

# 長短腿

◎林口長庚兒童骨科主治醫師 高軒楷



**雙** 下肢不等長（長短腿）是一個常見的現象，有研究報告指出，約一半的人口有長短腿的現象，但大部分都相差小於 1 公分而不自覺。而根據步態分析的研究顯示，一般成年人雙下肢的長度要差距 2 公分以上，才會對行走造成影響，2 公分以內一般都看不出來。另外，許多人會擔心長期的長短腿會造成骨盤不正，進一步造成脊椎側彎。關於這一點，到目前為止，沒有明確的證據證明長短腿會造成脊椎側彎或是背痛，大家不必過於憂慮。

長短腿形成的原因包括先天及後天的疾病。先天的原因包括：短股骨、半邊肥大或萎縮、神經纖維瘤、骨骼發育不良等病因；後天的原因則包括：腫瘤、骨折外傷、感染等原因。嚴重的長短腿，不只造成外觀上的缺陷，還會影響到日常生活的行動能力。

長短腿的治療，首先要仔細尋找病因。找出是哪個部位發生什麼問題，造成長短腳，才能對症下藥，徹底解決。例如髖關節脫臼的兒童，只要把髖關節復位了，長短腳的問題自然就解決了。除了尋找病因外，長短腿的治療，主要是根據雙腿相差的程度，來決定治療方式。由於兒童還會長大，雙腿的差距可能會隨著時間變化。因此，有時候需追蹤

數年，才能夠較準確地預測骨骼發育成熟時雙腿的差距，也才能夠擬訂適當的治療計畫。目前主流的治療建議如下表：

| 兩下肢長短差距  | 治療建議           |
|----------|----------------|
| 小於 2 公分  | 觀察或穿鞋墊         |
| 2~6 公分   | 生長板融合手術或穿鞋墊    |
| 6~20 公分  | 骨延長術＋／－生長板融合手術 |
| 大於 20 公分 | 穿著義肢           |

在這群病人中，雙腿相差 2 至 6 公分是最常見的情形，可以先嘗試以鞋墊矯正長短腿。但雙腿差距愈大，則鞋墊需墊愈高，造成鞋墊愈重且不穩定，不方便穿著。另外要注意的是，兒童若穿著太高的矯正鞋，經常會成為同儕之間關注甚至取笑的對象，家長需特別留心，適時給小朋友正向的心理建設。

若患者是未成年的兒童，如果能及時處理，就能夠以小傷口的手術方式，在股骨或脛骨的生長板上，施行生長板融合手術，抑制較長腳的生長。相對來說，較短腳的生長就有機會可以追上來。到兒童發育成熟時，雙腳可以等長。

目前常用的生長板融合手術，是用小的鋼釘，固定較長腳的生長板兩側，造成生長板生長減緩，等到另一側的腳繼續生長到一樣長時，再次手術將鋼釘

移除，雙腳就會等長（圖一）。目前新的發展是使用微創的方式來做生長板融合手術，在內視鏡的幫助之下，只要兩個約 1 公分的傷口，就可以精確的定位生長板，然後施行融合手術（圖二、圖三）。使用內視鏡的好處是傷口小、復原快、不用再次開刀移除鋼釘。

若病人雙腿差距較多或已經接近成年了，才要處理長短腿的問題，就只能採用截骨矯正手術（骨頭切短）或骨延長術了。骨延長術是個很吸引人的手術，基本上需要把骨骼切斷，再拉長。好處是身高不會變矮，但是療程較長。

如果雙腿差距 2~4 公分，可以嘗試一次手術延長到足夠的長度。但若雙腿差距更多，則必須在骨骼切斷後，使用外固定鋼釘，慢慢延長。等延長到適當的長度後，再將外固定鋼釘移除（圖四）。使用外固定鋼釘的優點是可以達到更多的延長，但缺點是療程更長、傷口感染率高以及容易造成膝關節及踝關節僵硬。

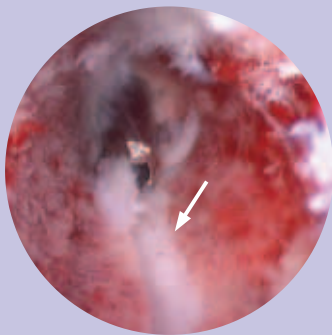
長短腿是一個常見的現象，大部分的人都很輕微，不必太過憂慮。若是較明顯的長短腿，如果能及早治療，就能夠以微創、小傷口的手術方式，得到很好的治療結果。🦋



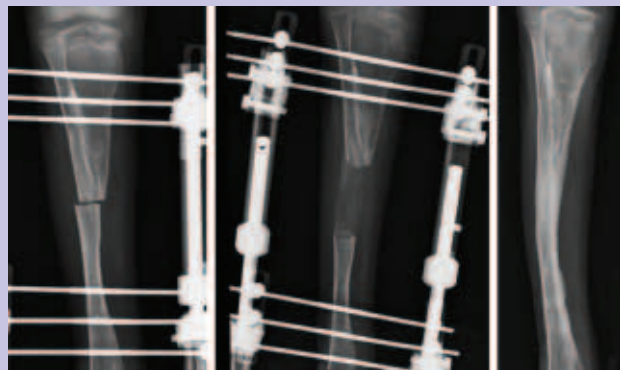
▲圖一：使用鋼釘之生長板融合手術



▲圖二：使用內視鏡之生長板融合手術。可見遠端股骨的生長板有手術的痕跡，沒有使用鋼釘



▲圖三：使用內視鏡之生長板融合手術。可以清楚看到白色的生長板



▲圖四：使用外固定鋼釘之骨延長術