

# **SCOLIOSIS**





**San Francisco Unified School District**  
Student Support Services Department  
1515 Quintara St.  
San Francisco, CA 94116  
415/242.2615  
Fax: 242.2618  
[Http://www.healthiersf.org](http://www.healthiersf.org)

Dear Parents/Caregivers:

Scoliosis is a curvature of the spine which can develop during periods of rapid growth such as during the teenage years. Although SFUSD has conducted scoliosis screenings in the middle schools in the past, Scoliosis Screening will not be conducted within SFUSD during the 2010-2011 School Year. Screening for scoliosis, however, is part of the annual physical exam recommended for teenagers. We would like to encourage each of you, if you have not done so already, to make an appointment for your middle school child's annual physical exam. **If you don't have a physician, please contact your medical insurance for a referral. If your child is without insurance, please refer to following link for a list of San Francisco Department of Public Health Clinics: <http://www.sfdph.org/dph/default.asp>.**

#### **What is Scoliosis?**

Scoliosis is a curvature of the spine which can develop during periods of rapid growth such as the teenage years. . If scoliosis is detected early and properly treated, progressive spinal deformity can be prevented.

#### **What is the incidence of scoliosis?**

Scoliosis occurs in approximately four percent of the adult population. It occurs more often among girls than boys and may begin in the preadolescent years and progresses during periods of rapid growth.

#### **What happens?**

The deformity of the spine, from causes still not understood, begins as a slight bending which may continue to increase more with growth and accelerate in severity during the growth spurt. If it occurs in the lower back, the waistline may become asymmetrical, giving the appearance of one hip "being too high". If it occurs in the upper spine, the ribs on one side may become more prominent, giving rise to a rib hump and a prominent shoulder blade.

#### **How is scoliosis recognized?**

Scoliosis can be detected during an exam of the back. Screening for scoliosis is a standard part of the annual physical exam.

#### **What is the treatment?**

Treatment varies with each case and may depend on how likely it is for a curve to worsen. Some mild curves never progress and treatment is not usually necessary. More serious curves may be treated with a brace which help keep the spine as straight as possible during subsequent growth. In special circumstances, surgery may be required.

#### **What happens if the child does not have treatment?**

Scoliosis that progresses can cause severe deformity, may lead to a painful spine in the middle age, and can shorten life span. Self esteem can also be affected because of the progressive deformity.

#### **Some important things to remember about scoliosis:**

- It is relatively common.
- It can be easily recognized, thus every child should have yearly exams during growth.
- Early recognition is essential if simple treatment is to be successful.
- In the growing child, exercises alone will not prevent an increase in spinal curvature.
- Untreated scoliosis may lead to serious consequences.
- Surgery, when necessary, is usually very successful.

Estimados padres de familia/encargados:

La escoliosis es una curvatura de la columna vertebral y que se puede desarrollar durante períodos de crecimiento rápido, como sucede durante la adolescencia. En el pasado, en las escuelas intermedias del SFUSD se llevó a cabo revisiones contra la escoliosis, pero dichas revisiones no se llevarán a cabo dentro del SFUSD durante el ciclo escolar 2010-2011. Sin embargo, se recomienda que la prueba de escoliosis forme parte de la revisión anual para adolescentes. Si aún no lo han hecho, les animamos a que cada uno de ustedes hagan una cita para el examen físico anual de su hijo. Si no tiene médico, por favor comuníquese con su seguro médico para que le recomiende uno. Si su hijo no tiene seguro médico, consulte el portal de internet para la lista de Clínicas del Departamento de Salud Pública de San Francisco: <http://www.sfdph.org/dph/default.asp> .

#### **¿Qué es la escoliosis?**

La escoliosis es la curvatura de la columna vertebral y se desarrolla durante períodos de crecimiento rápido, como en la adolescencia. Si la escoliosis se detecta a tiempo y se da el tratamiento adecuado, puede prevenir la deformación progresiva de la columna vertebral.

#### **¿Con qué frecuencia se diagnostica la escoliosis?**

La escoliosis se presenta en aproximadamente el 4% de la población adulta. Es más frecuente en niñas que en niños, puede comenzar en los años de la preadolescencia y desarrollarse durante períodos de crecimiento rápido.

#### **¿Qué sucede?**

La deformidad de la columna vertebral, por causas aún desconocidas, comienza como una ligera flexión que aumenta con el crecimiento y se acelera gravemente durante un crecimiento rápido. Si ocurre en la parte inferior de la espalda, la cintura se vuelve asimétrica, dando una apariencia de una cadera “demasiado elevada”. Si ocurre en la parte superior de la espalda, las costillas de un lado pueden llegar a ser más prominentes, dando lugar a una joroba en las costillas y un omóplato prominente.

#### **¿Cómo se reconoce la escoliosis?**

La escoliosis se puede detectar mediante un examen de la espalda. La revisión para detectar la escoliosis es parte esencial del examen físico anual.

#### **¿Cuál es el tratamiento?**

En cada caso el tratamiento es diferente, y podría depender de la probabilidad que una curvatura empeore. Algunas curvaturas son suaves y nunca progresan y generalmente no se necesita tratamiento. Las curvaturas más prominentes se pueden tratar con un aparato ortopédico el cual ayuda a que la espalda se mantenga lo más recta posible durante el período de crecimiento rápido. En circunstancias especiales, se podría necesitar cirugía.

#### **¿Qué pasa si el niño no recibe tratamiento?**

Cuando la escoliosis avanza puede causar una deformidad severa, puede ser causa de un dolor en la columna vertebral durante los años intermedios y puede contribuir a que el período de vida se reduzca. Debido al progreso de la deformidad también afecta el autoestima.

#### **Cosas importante que debe recordar sobre la escoliosis:**

- Es relativamente común.
- Se reconoce con facilidad, por lo que durante su crecimiento todos los niños deben hacerse exámenes anuales.
- Para que el tratamiento sea exitoso la detección temprana es esencial.
- Cuando un niño está en crecimiento y se quiere prevenir el desarrollo de una curvatura en la columna vertebral, el ejercicio no será suficiente.
- Si la escoliosis no se trata, podrán haber serias consecuencias.
- Generalmente, cuando es necesario, la cirugía puede ser muy exitosa.

致：家長/監護人

脊柱側彎指脊柱彎曲，可能在青少年發育期發生。雖然三藩市聯合校區過去為初中生進行脊柱側彎檢查，但 2010-2011 學年不會進行。然而，青少年每年進行的體檢，應包括脊柱側彎檢查在內。因此，我們鼓勵各位為就讀初中而仍未進行這檢查的子女約見醫生檢查。若未有醫生，請向各位的醫療健保計劃查詢，要求轉介。若子女沒有保險，請瀏覽 <http://www.sfdph.org/dph/default.asp>，查詢三藩市公共衛生局診所名單。

#### 什麼是脊柱側彎？

脊柱側彎指脊柱彎曲，可能在青少年發育期發生。若及早發現，進行適當治療，可防止脊柱逐漸變形。

#### 脊柱側彎的發生率有多高？

大概有 4% 的成人患有脊柱側彎，而女生患者較男生患者多。脊柱側彎情況可能發生於發育期前，並在發育期迅速惡化。

#### 脊柱側彎患者會出現什麼情況？

脊椎變形，起因至今未明。開始時，脊椎輕微彎曲，繼而隨身體發育而變壞，到發育高峰期則迅速惡化。如果下背出現側彎，則腰線可能會不對稱，令到臀部一邊高一邊低。如果側彎在上脊椎出現，則有一邊肋骨可能會較突出，令到一邊的肋骨隆起和一邊的肩胛突出。

#### 如何發現脊柱側彎？

可在檢查背部時發現。脊柱側彎檢查是年度體檢的必要部份。

#### 如何治療？

治療方式視個案而定，因病情而異。如果側彎輕度維持不變，則患者不需接受治療。若側彎程度屬中度，則患者可能需穿戴背架，以盡量幫助脊椎保持直立生長。情況特別的話，則可能需通過手術來矯正。

#### 如果孩子沒有接受治療，後果會怎樣？

脊柱側彎變壞除了可造成脊椎嚴重變形，更可能導致孩子在中年時期出現脊椎疼痛症，甚至縮短其壽命。孩子的自尊心亦可能會因脊椎逐漸變形而受到傷害。

#### 脊柱側彎需知：

- 脊柱側彎屬相當普遍現象。
- 脊柱側彎容易辨認，所以每個孩子都應在發育期初每年接受檢查。
- 若要簡單的治療方法成功，及早發現至為重要。
- 對於發育中的孩子，單靠運動並不能預防脊椎彎曲惡化。
- 如果不予治療，可能會造成嚴重後果。
- 需要時，要做手術，通常成功率非常高。

