



顏面神經麻痺

◆ 簡介

顏面神經麻痺是種急性神經損傷，可分為兩種：

1. 中樞型顏面神經麻痺：肇因於腦中風、創傷性腦損傷、腦腫瘤等狀況。
2. 周邊型顏面神經麻痺：多肇因於病毒感染、侵犯顏面神經。



◆ 症狀

- 周邊型顏面神經麻痺患者：無法抬眉。
- 眼睛無法對稱地閉攏、溢淚。
- 耳後疼痛、耳朵怕吵、聽覺異常。
- 嘴巴歪斜、嘴巴無法對稱地閉攏、無法噉嘴、流口水、喝水時會漏出來、食物堆積於癱瘓側牙齒與臉頰之間、味覺障礙。

◆ 預後

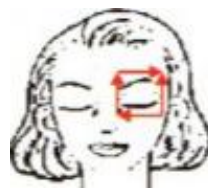
1. 顏面神經麻痺發生後的前幾天：症狀還會持續惡化。
2. 1~2 週後：病況趨於穩定，並開始進入恢復期。
3. 約 80% 病患可於 3 個月內恢復。其餘患者，恢復的時間可能長達 1~2 年。
4. 每個患者顏面神經功能恢復狀況不一，部分甚至會留下永久的後遺症。

◆ 物理治療

- 熱敷或紅外線：
促進循環，供給神經、肌肉修復所需養分；減緩癱瘓的肌肉僵硬之情形。
- 電刺激：
減緩癱瘓的肌肉萎縮及纖維化之速度。
- 按摩：
促進感覺的輸入；促進循環、降低水腫情形；減緩癱瘓的肌肉萎縮及纖維化之速度；減緩癱瘓的肌肉僵硬之情形。（建議按摩前抹一些乳液潤滑）



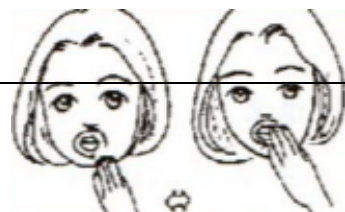
1. 由鼻側至太陽穴。
2. 由嘴角至耳中。
3. 由下頰至耳下。



沿著眼睛周圍
繞圈按摩。



由眉毛處向上方
髮際處按摩。



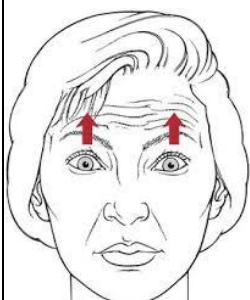
沿著嘴唇周圍
繞圈按摩。

● 臉部肌肉運動：

■ 促進臉部肌肉力量與靈活度。

■ 項目：

- 嚼口香糖：訓練咀嚼肌。
- 吹衛生紙：由薄紙（如：衛生紙）→ 厚紙（如：兩張影印紙）；訓練口輪匝肌。
- 吸管喝水：由細 → 粗；訓練頰肌。
- 對著鏡子練習以下動作：



抬眉直到額頭出現皺紋。



皺眉。



閉眼。



皺鼻。



咧嘴笑。



吸緊雙頰。



嘴角下壓。

◆ 注意事項

- 避免食用堅硬食物，如：核果類。建議食用黏稠度較高食物，如：粥類。
- 適量攝取維他命B群，良好作息，避免熬夜，幫助受損的神經與肌肉修復。
- 因為眼睛無法閉攏，建議白天戴太陽眼鏡，晚上戴眼罩睡覺，保護眼睛。
- 用餐完畢應盡快刷牙漱口，保持良好口腔衛生。
- 勤做臉部按摩與臉部肌肉運動，減緩肌肉萎縮、纖維化之速度，促進修復。

◆ 若有任何問題，請諮詢醫師或物理治療師。

◆ Reference of the Figures

電話：(02)8926-9666

地址：新北市永和區竹林路139號1-4樓

永馨用心，體貼您心