

## 顏面神經麻痺須知

### 什麼是顏面神經麻痺？

顏面神經麻痺是一種急性神經發炎，患者常常一覺醒來發現一側嘴巴歪斜、口水外流、眼睛閉不緊。可能合併味覺異常、耳後痛、耳朵怕吵等症狀，其原因多與病毒感染侵犯顏面神經有關，最常見的就是貝爾氏麻痺（Bell's palsy）。另外若因帶狀疱疹病毒感染，除顏面神經麻痺症狀外，在外耳道與耳後還會出現紅疹與水泡。

### 顏面神經麻痺如何診斷？

一般而言，醫師可以就病人的病史，臨床症狀與理學檢查便診斷出顏面神經麻痺。也可以藉助神經電生理檢查，如神經傳導與肌電圖，幫忙診斷與預測未來恢復情況。

### 顏面神經麻痺恢復情況如何？

一般來說顏面神經麻痺發生後前幾天症狀持續惡化，一週後才逐漸穩定，在第二到第三週開始恢復，八成左右病患在三個月內可恢復。少數較嚴重的病人，恢復的時間可能會長達1-2年，其顏面神經功能恢復的情形也不完全，而會留下後遺症。如：眼皮或眼角會不自主抽動、鱷魚淚（吃東西時流眼淚）、眨眼或微笑時伴隨嘴角抽搐等。

### 如何自我照顧？

- 刺激局部血液循環，維持肌肉張力（依附件圖示）
  - 臉部按摩：每天以手輕柔向上的按摩數次以增加臉部血液循環、減輕麻痺肌肉的僵硬感。
  - 臉部肌肉運動：站在鏡前施行皺眉頭、用力鼓起雙頰、吹口哨等運動，以防止肌肉萎縮。
  - 建議找復健科醫師評估，安排局部復健治療，加速療程。
- 進食  
患側咀嚼較不靈活，且湯汁易流出，但進食時仍應盡量兩側平均咀嚼，以利復原。
- 個人衛生
  - 罹病期間因眼睛不能閉緊，會導致眼角膜的乾燥、發炎甚至潰瘍，所以需注意眼睛的保護。多滴眼藥水或人工淚液以維持眼

## 顏面神經麻痺須知

睛濕潤。白天應戴太陽眼鏡、晚上睡覺時應戴上眼罩，或以膠帶黏住患側眼皮，避免角膜直接接觸空氣而造成傷害。

- 飯後3~5分鐘刷牙、漱口，以清除口腔內殘留的食物渣質，維持口腔清潔。
- 因顏面神經麻痺會造成流口水，應隨時保持臉部清潔及乾燥。

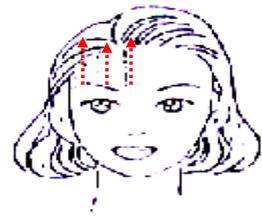
### 1. 顏面神經麻痺患者按摩法：



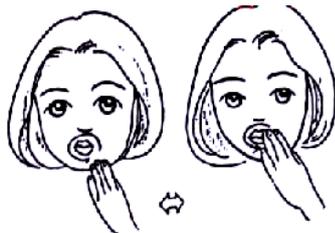
- 1 由鼻側到太陽穴
- 2 由嘴角至耳中
- 3 由下額至耳下



由眼角起，由上而下  
繞眼瞼一圈



用拇指由眉毛處，分別  
向上髮際方向按摩



唇部周圍環形按摩



交替拉扯左右嘴角

### 2. 顏面神經麻痺患者運動法：



\* 咀嚼口香糖



\* 作吸吮動作



\* 吹氣球動作



\* 出聲閱讀書報



\* 雙眼緊閉(眨眼動作)



\* 作鬼臉動作



\* 皺眉及提眉動