

Gabay sa Kalusugan ng Awtoridad ng Ospital Bell's Palsy

(1) Bell's Palsy

Ang Bell's palsy ay isang anyo ng paralysis ng mukha na nagreresulta sa matinding pamamaga ng ikapitong cranial nerve at ang sanhi ay hindi pa batid. Ayon sa mga pag-aaral malamang na nauugnay ito sa impeksyon na dulot ng virus o baterya.

(2) Mga Karaniwang Sintomas

1. Ang kondisyon ay nailalarawan ng pagbagsak ng isang bahagi ng mukha, pagpaling ng bibig, hirap sa paggalaw ng mukha, at hindi maisara ang mga mata na nagdudulot ng dry eye. Dahil sa pagkaparalisa ng mukha, ang pagkain ay naiipon sa pagitan ng mga ngipin at ng pisngi, na nagdudulot ng pagbagsak ng mukha sa isang bahagi ng bibig.
2. Ang pasyente ay maaaring maging sensitibo sa ingay sa paligid, o magkaroon ng tinnitus, o sakit sa ibabang bahagi ng panga o sa likod ng tenga.

(3) Lunas

Layunin ng paunang lunas na maibsan ang pamamaga, mapangalagaan ang mga ugat at mabawasan ang pinsala. Ang gamutan na gumagamit ng steroid (kung walang kontraindikasyon) ay irerekomenda sa loob ng isang linggo, kung kailan ang pasyente ay dapat magpahinga at manatiling nakarela. May maliit na porsyento ng mga pasyente ang maaring magkaroon ng malubhang sintomas at kakailanganin ng 1-2 taon upang makarecover at magkaroon ng paglala para sa ibang kaso.

(4) Pag-aalaga tungo sa Rehabilitasyon

1. Ang pasyente ay dapat magkaroon ng angkop na proteksyon sa mata dahil ang kawalan ng kakayahan na maisara ang mga mata ay nagdudulot ng dry eye, corneal abrasion at pamamaga. Magsuot ng sunglass kapag umaga at maglapat ng malinis na gasa para takpan ang mata kapag gabi. Ang artificial tears (lubricant eye drops) o eye ointment ay maaring regular na ilapat kung inireseta upang panatilihin basa at maproteksyonan ang mga mata.
2. Para sa kalinisan ng bibig agad magsipilyo ng ngipin at magmumog ng bibig matapos kumain upan maalis ang mga naiwang pagkain sa bibig.

3. Magsagawa ng ehersisyo para sa mukha (tingnan ang pigura 1) : tumayo sa harap ng salamin, ikulubot ang noo, palobohin ang pisngi at pumito, atbp. upang maiwasan ang muscular atrophy.

Pagtataas ng mga kilay	Paggawa ng mga kulubot sa pagitan ng mga kilay	Pagpikit ng mahigpit sa mga mata
Pagkulubot sa nose bridge	Pagtawa	Pagbuga ng hangin
Pangnguso ng iyong bibig	Pag-alis ng mga angulo ng bibig	Pagpapatindi ng mga angulo ng bibig



提起眼眉
Raising the eyebrows



皺眉頭
Making vertical wrinkles between eyebrows



緊合雙眼
Closing eyes tightly



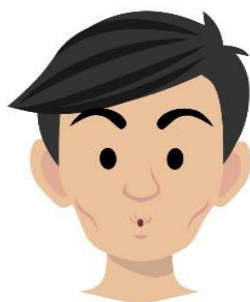
皺起鼻樑
Wrinkling bridge of nose



大笑
Laughing



吹起漲大面額
Blowing air out



“嘟”長咀
Protruding your mouth



拉開咀角
Retracting angles of mouth



咀角拉下
Depressing angles of mouth

(Figura 1)