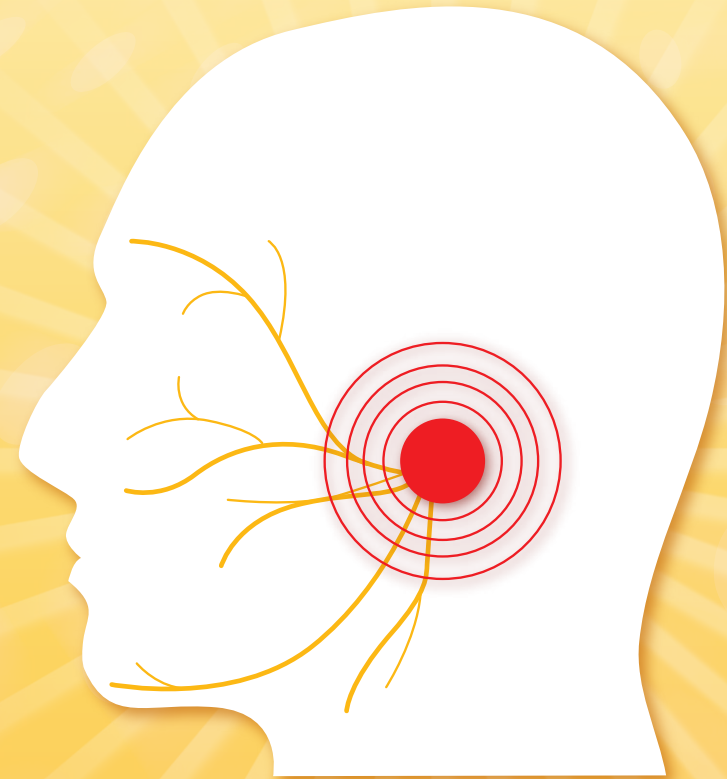


# 顏面神經麻痺 物理治療手冊



如對本單張內提供的資料有任何疑問，  
請諮詢您的物理治療師。

2017 年編印



九龍中醫院聯網  
Kowloon Central Cluster

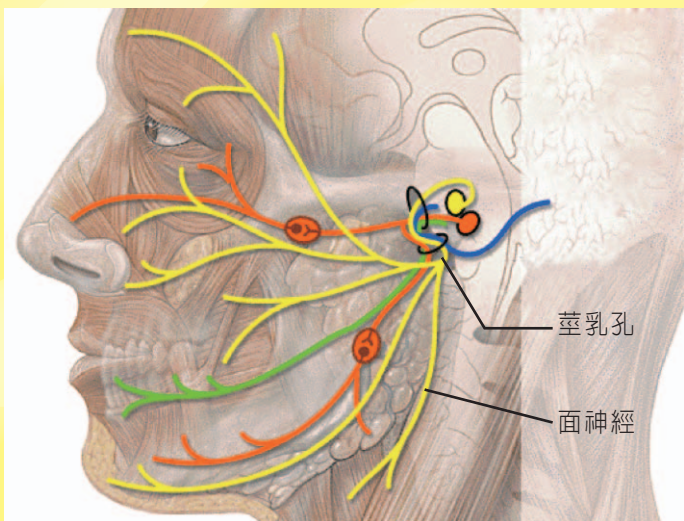
## 認識顏面神經麻痺

顏面神經 (Facial Nerve) 是腦幹分支出來的第七對神經線，它主要控制面部肌肉，使我們能做出各種面部表情及開合眼睛。貝爾氏麻痺 (Bell's Palsy)，是指原因不明，急性發病的顏面神經麻痺。這是一種常見的疾病，可發生於不同性別及年齡的人士上；其中，孕婦及糖尿病患者患上的風險較一般人士為高。有部份患者有可能於受涼或頭面部受冷風刺激後發病。



## 顏面神經麻痺的病因

確切病因未明。醫學界上普遍認為面癱是由於患者受病毒感染或自身免疫反應的異常，導致位於耳後方的莖乳孔內發炎腫脹，顏面神經因而受壓麻痺，引致臉部一側肌肉癱瘓及部份味覺功能銳減。



## 顏面神經麻痺的主要病徵及病狀

顏面神經麻痺一般起病較急，初起病時患者或會感到下額角或耳後疼痛，發現一側口角及臉歪斜。其後症狀會在一至兩天內更為顯著。顏面神經麻痺的主要徵狀有：

一側面部表情肌肉癱瘓，無法皺眉蹙額及微笑，前額紋消失；受損半邊臉看起來呆板、沒有表情；微笑時嘴角歪向正常的一側。

患側的眼睛無法緊閉，眼睛有乾澀的現象。

耳朵下後方的突出處疼痛，部份患者聽力有受影響的現象。

患側嘴巴無法緊閉，嘴歪斜向一邊且不時會流口水。

舌頭麻木，影響味覺；患者容易口渴。

吞嚥困難，無法正常地飲食；吃的食物易滯留於患側齒頰之間，喝的飲料易從嘴角漏出。



## 顏面神經麻痺的治療

顏面神經在受壓後仍可以恢復功能。患者約一至兩周內會開始逐漸恢復，症狀會明顯地好轉。藥物及物理治療可幫助加速康復。

### 藥物治療

醫生首先詳細檢查患者，有需要時會使用抗炎藥或類固醇來消炎。有部份患者需要接受物理治療幫助康復。

### 物理治療

物理治療可以促進顏面神經麻痺的康復，防止肌肉僵硬及預防部份功能喪失後遺症。

#### 物理治療提供：



● 肌肉電刺激法



● 面部肌肉運動練習



● 冷凍刺激療法

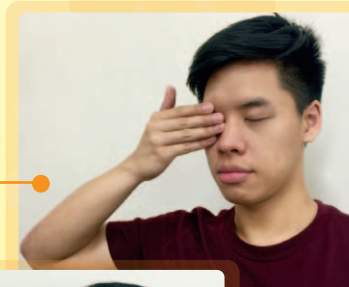


● 針灸療法

## 顏面神經麻痺的日常護理

以下的日常護理方法可以幫助顏面神經麻痺患者避免眼睛乾澀、眼部發炎、面部肌肉僵硬及容易哽喉等問題的發生：

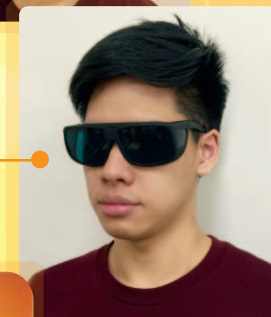
若眼睛無法閉合或眨眼，可用手指輕推幫忙把眼皮閉上。一天內應重覆多次這個動作，以讓眼睛得到適當的休息。



使用合適的眼藥水或人工淚液，以保持眼睛濕潤。



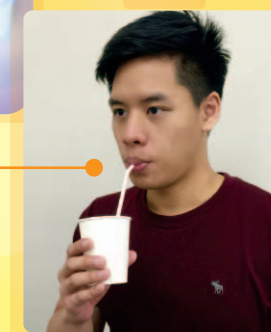
外出時，戴太陽眼鏡，以防止沙塵入眼，引致眼睛發炎。



常用潤膚霜，保持面部皮膚柔軟滋潤。



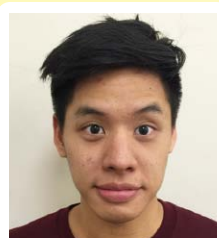
用飲管吸啜水或飲料，以免外漏。



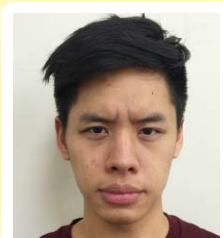
## 面部運動

以下面部運動能幫助患者恢復面部表情肌肉的功能。患者應在物理治療師的指導下在鏡子前勤加練習，以達到預期的良好效果：以下運動，重複十次，每天可做一至三次。

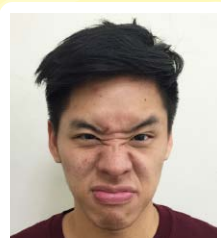
提起眼眉



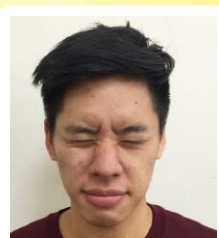
皺眉頭  
(眉頭向內)



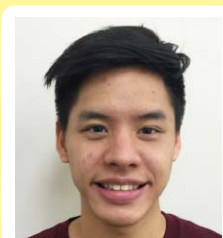
皺起鼻樑



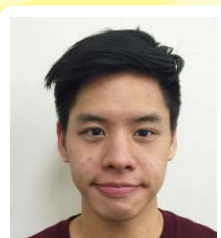
緊合雙眼



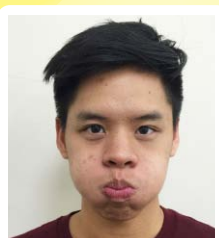
大笑



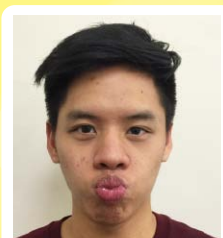
拉開嘴角



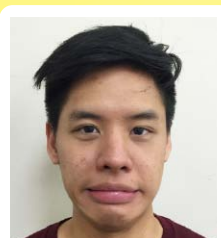
吹氣漲起面頰



“嘟”長嘴

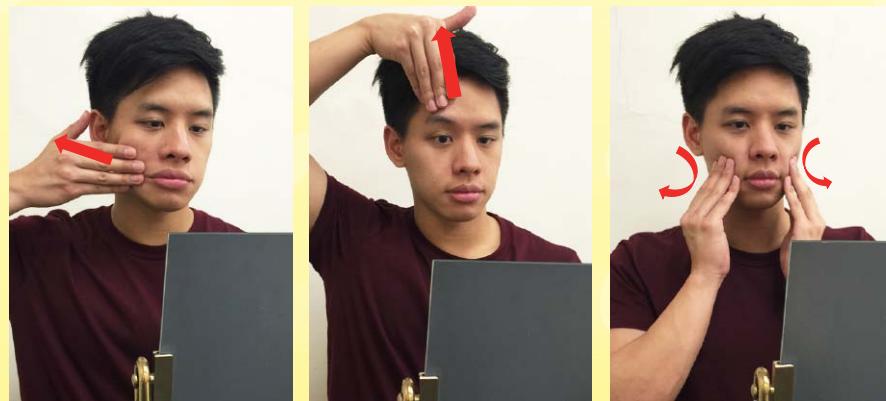


拉下嘴角



## 面部按摩

面部按摩可以刺激面部肌肉的感覺，並可促進肌肉的控制及收縮。進行面部按摩之前，患者可先在面部塗上潤膚膏以減少摩擦力。面部按摩的力度應適中，不宜過份大力地揉擦面部。



患者亦可用冰塊按摩，幫助刺激面部肌肉；配合適當的面部運動，加強肌肉鍛鍊的效果。

