

顏面神經麻痺之中醫穴位按摩護理衛教

一、定義：

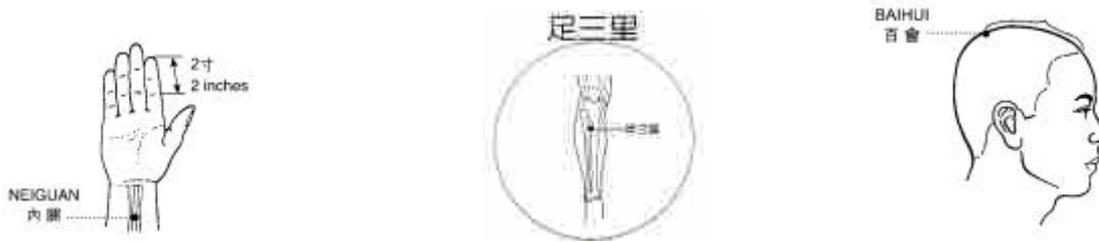
人體的第七對腦神經稱作顏面神經，它支配我們臉部各種表情和閉眼肌肉。當顏面神經位於腦幹的神經核或顏面神經的路徑受到損傷，則會造成顏面神經麻痺。中醫學稱本病為「面癱」、「口眼歪斜」、「吊線風」、「歪嘴風」等。

二、症狀：

顏面肌肉無力感、麻木感、不協調、無力移動下臉部、嘴巴與閉眼為主要症狀。臨床可見患者眼瞼閉合不緊，露睛流淚，嘴巴下垂，口角向健側歪斜，無力作微笑，露齒，吹口哨動作，伸舌多偏向健側，口角流涎，漏食漏水，前額肌異常平滑。

三、穴位按摩自我保健：

- 1.按摩法：順時鐘按壓，每個穴位按摩 2~3 分鐘。
- 2.沒有額紋：推揉陽白（眉毛中央至頭髮邊聯線的下 1/3 處）、頭臨泣（眉毛中央至頭髮邊聯線）。
- 3.眼睛閉合不全：雙拇指按睛明（內眼角向外向上一分靠近眼眶骨內緣），推瞳子顙（外眼角外五分處）。承泣（眼平視，瞳孔直下，當眼球與眶下緣之間）。
- 4.嘴角歪斜：按揉地倉穴（眼睛正看，正對黑眼珠正中與嘴角平齊處）、頰車（下頷角直上約四分在牙齒咬緊時有一塊肌肉凸起處），按揉翳風（將耳垂往後，耳垂邊緣處）。
- 5.沒有法令紋：按揉四白（眼睛正看，正對黑眼珠正中從眼眶骨邊直下約三分處，用手指掐切有各凹窩）、迎香（鼻翼外 5 分處）。
- 6.內關：手掌向上，離腕橫紋二寸，手臂正中之兩筋間。
- 7.足三裏：大腿伸直或彎曲成 90 度，外膝眼直下三寸處。
- 8.百會：位在頭頂正中直線與耳尖（耳朵向前對摺），連線的交點處。
- 9.上肢偏癱可採用肩隅、曲池、手三裏、合穀、內關等穴。
- 10.下肢偏癱則取環跳、陽陵泉、足三裏、三陰交、太谿等穴位。



四、一般注意事項：

- 1、避免頭面部吹風，可戴帽或頭巾保護，避免直吹電扇或久處於冷氣中。
- 2、眼睛保護：
 - (1)平時戴保護眼鏡。
 - (2)睡前點眼藥並戴上眼罩，以防異物侵入眼內。
 - (3)勿用手揉眼睛。
- 3、注意食物的溫度，避免燙傷舌頭及嘴唇，並維護口腔衛生。
- 4、穴位按摩，按摩前先塗抹一些乳液或甘油，一天做3次，每次15~20分鐘。
- 5、熱敷：按摩後，以熱毛巾熱敷臉部，每次10分鐘，以增加血循環。
- 6、對著鏡子作各種臉部表情自主運動，每天至少3次，每次5~10分鐘
 - (1)提眉（額頭顯出皺紋）及皺眉（雙眉間）動作。
 - (2)閉眼動作（雙眼緊閉）眨眼動作。
 - (3)作吸吮動作。
 - (4)吹氣球運動。
 - (5)作鬼臉活動臉表情。
 - (6)咀嚼口香糖。
 - (7)出聲閱讀書報。
- 7、顏面神經麻痺預後，為發病後三星期有85%患者可自然緩解而復原，其餘者15%則出現顏面神經變性退化，直到第三、四個月才恢復功能，但會產生一些後遺症，例如：顏面肌肉無力、顏面肌肉收縮、顏面抽搐。
- 8、如果一發病即馬上以針灸治療，大多數皆可痊癒。