

臺中榮民總醫院埔里分院復健科

顏面神經麻痺的復健

職能治療師 羅勻婷

一、症狀

顏面神經麻痺依發生的原因不同而有著不同預後。不明原因的貝爾氏麻痺 (bell's palsy) 中, 70%至80%在4至6個星期內會自然恢復, 尤其是在發作後1周內, 肌肉即開始出現動作者的預後是最好, 不會留下任何後遺症。治療對這類病人而言並非是絕對必要的。但若是因為病毒感染或外傷而引起的顏面神經變性 (degeneration), 就必須經過一段時間等神經再生 (regeneration), 才有希望恢復了。

顏面神經麻痺帶給病人的困擾不僅是在容貌上會造成歪嘴斜眼, 以及吃東西食物易卡在患側臉頰, 喝水易由患側嘴角流出, 還有眼睛因為閤不攏而容易發炎感染, 患側肌肉因無自主運動而會僵硬等, 這些問題迫使病人急於尋求醫藥上的幫忙。

二、復健的治療方法

電刺激(electrical stimulation):

藉電流刺激肌肉, 使其跳動, 以減慢肌肉萎縮的速度。對無神經的肌肉 (denervated m.), 常用間斷性的直流電 (interrupted galvanism) 刺激。待神經再生, 肌肉開始能自主收縮, 此時便改以交流電 (faradism) 刺激。根據經驗, 此時再使用直流電, 容易刺激到整條顏面神經 (nerve trunk), 引起所有肌肉同時收縮, 最後會造成我們所不希望存在的併發症--連帶性不自主動作 (associated movement), 也就是病人閉眼時, 嘴角會跟著翹起。

電刺激時, 負電極 (dispersive pad) 置於病人頸後, 正電極 (active pad) 則放在顏面肌肉的動點 (motor point) 上 (見圖 1)。每一塊肌肉電 30-90 次, 分 3 遍電完, 較不會引起肌肉疲乏。如果肌肉已經發生痙攣, 必須停止電刺激這項治療, 改以輕柔的牽扯運動 (gentle stretch)。

臉部按摩(massage):

主要作用是增加臉部血液循環, 減少患側顏面因肌肉不能動而有的僵硬感, 病人會覺得舒服些。按摩手法如下:

1、揉搓(stroking): 將臉部分上.中.下3部分, 上部以兩手完全覆蓋在額頭, 由中央往兩耳方向走, 中部以兩手從鼻往兩耳平行走, 下部從下巴往上至耳朵。注意手法要輕, 接觸要完全, 力量要平均施予, 要有刺激臉部的效果。

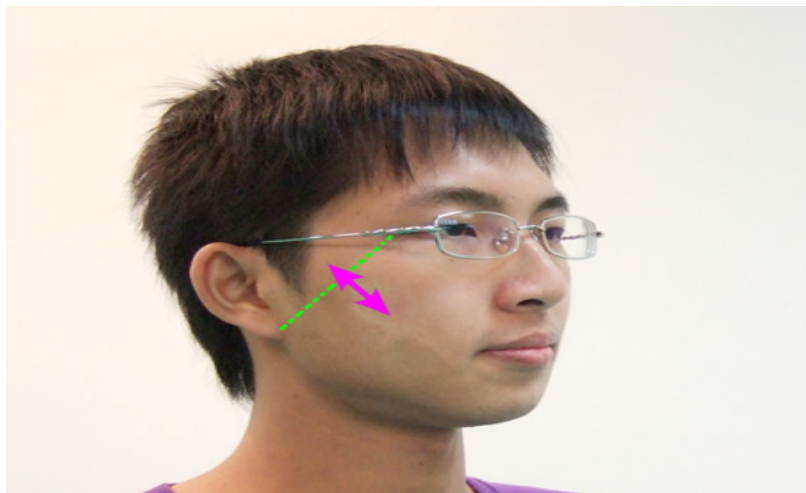
2、指端揉搓(finger kneading): 利用指端併攏, 以掌面 (palmar side) 接觸臉部, 稍往下加點壓力, 然後做繞環 (circular movement) 揉搓的動作。

3、扭搓(wringing): 以手指抓起臉部皮膚, 做來回推動的動作。

4、叩撫法(tapotement): 以五指指端輪敲在皮膚上, 動作要輕快。

5、深搓(friction): 目的在暖化臉上的疤痕, 特別是在顏面神經出現的位置, 此點大約在耳垂之下方或稍前方。

- 運動前準備--深層肌肉按摩：從眼睛到耳垂劃一條虛擬線，以食指和中指垂直隱型虛線按摩，可放鬆臉部僵硬的肌肉，每天 3 次每次 3 分鐘（如圖一）。



臉部運動(facial exercise)：

- 抬額運動：頭不動，眉毛向上抬，直至抬頭紋出現。

- 眼鼻收縮運動：用力閉眼及同時皺起鼻子。

透過抬額及眼鼻收縮這二項運動，可以改善患側眼睛無法閉合及面具臉。

- 嘴唇運動：嘴角上揚，同時發「一」的音，儘量張到最大，麻痺邊可用手指來幫忙做動作。維持 10 秒後接著張開嘴巴說「Y」，嘴型張到最大。

- 吹吸運動：將紙張或衛生紙放在面前距離 10 公分地方，用力吹氣讓紙張或衛生紙飄起(如圖二)。或可拿水杯和吸管，透過吸水來訓練。可改善流口水、喝東西易從嘴角流出的問題。

