

3. **臉部運動**：對著鏡子做各種臉部表情，每個動作做3次，各維持5-10秒鐘，一天做3回。

- (1) **抬眉毛**：訓練額肌肌力。
- (2) **皺眉頭**：訓練皺眉肌肌力。
- (3) **皺鼻**：訓練降眉間肌肌力。
- (4) **用力將眼睛閉起**：訓練眼輪匝肌肌力。
- (5) **嘟嘴噘嘴並嘗試往患側動**：訓練口輪匝肌肌力。
- (6) **用嘴巴吸氣**：訓練頰肌肌力。
- (7) **翹嘴巴**：訓練頰肌肌力。
- (8) **微笑、嘴角上揚**：訓練顴肌肌力。

4. 用吸管用力吹和吸、吹口哨、用患側嚼口香糖等動作，來**訓練臉部肌肉**。



非常緩慢，可能要兩年以上，且常常恢復的不完全，而留下永久性的臉部肌肉無力。有時神經纖維再生會長錯地方，造成連帶動作，例如閉眼睛時，嘴角也同時上揚；吃東西時流眼淚卻不流口水。

### 自我評量(是非題)

- ( ) 1. 顏面神經麻痺就是中風。
- ( ) 2. 顏面神經麻痺的症狀包括臉部癱瘓、耳朵後面疼痛、無法緊閉眼睛等。
- ( ) 3. 眼皮閉不緊且淚液分泌功能有障礙時，白天可戴太陽眼鏡，必要時點人工淚液潤濕角膜。

### 參考資料

Cabrera,G.& Pravikoff,D.(2016). *Be11's Palsy:Rehabilitation*. CINAHL Nursing Guide:EBSCO

制定日期：2009年10月  
修訂日期：2016年7月(第五版)  
編碼：5600-單張-中文-022-05

題號	1	2	3
解答	X	O	O

# 認識顏面神經麻痺



突然發現臉歪了！

神經科、護理部製作

諮詢專線：(04) 7256652

諮詢專線服務時間：

週一到週六上午8：00-12：00

週一到週五下午1：30- 5：30

讚美專線：(04) 7238595轉3920

抱怨專線：(04) 7238595轉3925



JCI國際認證



SINCE 1896

**彰化基督教醫院**  
CHANGHUA CHRISTIAN HOSPITAL

給予『認識顏面神經麻痺』護理指導及單張

家屬/病人簽名

編碼：5600-單張-中文-022-05

## 一、什麼是顏面神經麻痺？

是神經科常見的疾病之一，其中最常見的是**特發性顏面神經麻痺-貝爾氏癱瘓**（Bell's palsy），不少患者會誤以為中風或是腦內長了腫瘤。

常是**急性**發生，在**48小時**內達到最嚴重的程度。

## 二、顏面神經的功能

顏面神經是人體中第七對腦神經，從腦幹發出後，通過頭顱中的顱骨，再穿入腮腺，是很狹窄的孔道，並發出許多分枝，執行下列功能：

1. 運動神經纖維-支配臉部表情所有肌肉，和部分下頷與內耳的肌肉。
2. 副交感神經纖維-支配唾液腺、淚腺、和鼻腔口腔黏膜上的腺體。
3. 味覺纖維-舌頭前三分之二的味覺。
4. 體表感覺纖維-接受一小部分外耳道和耳朵皮膚的體表感覺。
5. 本體感覺纖維-顏面肌肉的本體感覺。

## 三、原因

貝爾氏癱瘓的病因不是很確定，可能與病毒感染有關，是由於顏面神經的膝狀神經節發炎引起，造成神經受到壓迫，而導致顏面神經功能障礙。

## 四、症狀

1. 同側上下臉部癱瘓並伴隨著同側耳朵後面的疼痛。
2. 無法緊閉眼睛、皺眉頭或是微笑。
3. 流淚和流口水功能異常。
4. 病變側的耳朵聽聲音變的較大聲、較吵雜的聽覺過敏現象。
5. 舌頭前三分之二喪失味覺，辨別食物味道能力變差，但很少持續超過兩個星期。

## 五、治療與照護

1. 在發病的第一個禮拜服用類固醇，可能加速復原並減少永久性臉部肌肉癱瘓的機會；對於嚴重的病人，可以考慮加上抗病毒藥物治療。

2. 因為眼皮閉不緊且淚液分泌功能有障礙，要記得保護眼睛。睡前用乾淨的透氣膠帶使眼睛閉緊，或點眼藥膏，再用紗布、眼罩覆蓋眼睛；日間活動應戴太陽眼鏡，必要時可點人工淚液潤濕角膜。



## 六、臉部復健運動

**急性期**過後，即可做臉部復健運動及按摩，增加患側臉部的血液循環、刺激麻痺的肌肉、減緩肌肉萎縮的速度。剛開始若動作不明顯，也可以用手來幫忙完成動作。

1. **按摩**：臉部先擦乳液或按摩油，注意避免壓迫眼球和鼻子，可維持肌肉彈性、促進血液及淋巴循環。
2. **熱敷**：按摩前後，用熱毛巾熱敷臉部10分鐘，以增加血液循環。

