



## 認識顏面神經麻痺

### 一、何為顏面神經麻痺？

顏面神經麻痺是一種急性神經炎，其原因多與病毒感染有關，出現的症狀有：口水外流、嘴巴歪斜、眼睛閉不緊，耳後痛、味覺異常、耳朵怕吵等症狀。大部份病患在三個月內可恢復，是屬於可恢復的疾病。

### 二、居家自我照顧：

(一)刺激局部血液循環，以維持肌肉張力。

1. 臉部按摩：每天以手輕柔向上的按摩數次以增加臉部血液循環減輕麻痺肌肉的僵硬感。
2. 臉部肌肉運動：站在鏡前施行皺眉頭、用力鼓起雙頰、吹口哨等運動，以防止肌肉萎縮。

(二)進食：

1. 少量多餐。
2. 避免進食堅硬的食物，如核果類、花生、開心果、瓜子等。
3. 盡量食用粘稠度較高的飲食，如濃稠的粥等。

(三)個人衛生：

1. 因眼睛不能閉緊，所以需注意眼睛的保護，白天應戴太陽眼鏡，晚上睡覺時眼睛先蓋上以生理食鹽水浸濕並稍擰乾的消毒紗布且戴上眼罩，以維持眼睛濕潤。必要時由醫師處方給予人工淚液使用。
2. 進食後馬上刷牙、漱口，以清除口腔內殘留的食物渣質，維持口腔清潔。
3. 因顏面神經麻痺會造成流口水，應隨時保持臉部清潔及乾燥。
4. 醫囑定時服藥並返回門診追蹤。

三、參考資料:馮容芬(2024)·神經系統疾病之護理·於劉雪娥總校閱，成人內外科護理

(九版，171-177 頁)·華杏