

冷风吹啊吹 定海一男子回家发现嘴歪了 中医综合治疗帮他把“面子”夺回来

□记者 高阳 通讯员 石冰沁 文/摄



出趟门吹了吹冷风,定海男子40多岁的阿强(化名)突然脸部发僵,嘴角歪斜,原来他患上了面神经麻痹,即面瘫。记者了解到,去年,市中医院针灸科就收治了200多例面瘫患者,今年以来已收治四五位面瘫患者。

“小到婴儿,大到老人,谁都有可能得这种病,但中青年居多。”市中医院针灸科、中医综合特色病区主任应海舟提醒,冬季是面瘫的高发季节,市民在日常生活中要注意头部和面部保暖;万一得了面瘫也不要着急,只要及时治疗,治愈率还是比较高的。

■深夜回家冷风吹一路,脸歪了

“一定要注意面部保暖,注意休息。”近日,在市中医院见到应海舟主任时,他正在叮嘱一位面瘫后治愈出院的患者。“这位患者60岁左右。面瘫不是老年人的‘专利’,孕妇、产妇、儿童也易中招,那些生活压力比较大、工作紧张、平时不注意饮食起居的年轻人,面瘫更易找上门。”

患者阿强自己做点小生意,最近一段时间经常忙到深夜。一天晚上,他深夜下班没戴手套、帽子就骑车回家,脸被冷风吹了一路。回到家后,他感觉右侧面颊麻麻的,口水顺着嘴角禁不住往下流。家人一看,惊呼:“你的脸咋歪了!”阿强感觉不对劲,立即到市中医院针灸推拿科求诊。

应海舟接诊后,仔细询问病史观其发病症状,认为是面神经麻痹症,随即安排针灸治疗。

“阿强的这个病治了很久不见好。我们要求其注意休息,不能熬夜,但他不听医嘱,说自己做生意忙,每天要熬大夜。因此本来1个月时间就能恢复的病情拖到3个多月还没好。”应海舟说,阿强意识到不能再熬夜后,不到半个月,通过针灸、穴位注射、面部经穴按摩、中药汤剂等综合治疗,其面瘫也就慢慢治愈了。

■夏季直吹空调,面瘫惹上身

为什么好端端的一张脸说“瘫”就“瘫”了?

据介绍,面瘫是由于面部神经受损导致的疾病,也是一种面部表情肌肉运动障碍症。

一般症状是额纹变浅或消失、抬眉困难、闭眼露白、眼裂增大、鼻唇沟变浅、鼓腮漏气、嘴角向健侧歪斜、流泪以及流涎等;还可出现味觉减退或听觉过敏的症状。此外,部分患者在恢复期还可出现面部连带运动、面肌萎缩、鳄鱼泪综合征等并发症,严重影响患者的生命质量。

可引起面瘫的疾病有100余种,我们常说的面瘫就是指贝尔氏(Bell)面瘫,它是一种茎乳孔内急性非化脓性面神经炎。

“以往我们说‘面瘫’有明显的季节性,尤其是秋季比较高发。但现在因为夏季频繁使用空调,所以夏季患者数量也很多。”应海舟介绍,“我们遇到过不少市民一觉醒来,嘴歪了,眼斜了。”

去年夏天,顾先生(化名)因为贪凉,用电风扇直接对着脸吹,结果第二天起床感觉右侧嘴角发麻,刷牙时嘴巴漏水,起先没放在心上,直到3天后,感觉右眼干涩,闭眼都无法做到,赶紧到市中医院针灸科寻求帮助,被确诊为“面瘫”。静脉输液、针灸、面部按摩、穴位注射、口服汤药……转入中医综合特色病区治疗一周后,顾先生在平静状态下面部基本对称。

应海舟提醒,空调的冷风属于风寒邪气,如长时间对着头面部直吹,风寒之邪会困于面部肌表,阻碍经络气血的循行,以致发生局部不仁、不用的症状,如果出现口角歪斜,不能做鼓腮、撅嘴,闭目不全等症状,一定要及时就医。



■冬季注意防风保暖,预防面瘫

据应海舟介绍,面瘫分为两种,一是中枢性面瘫,二是周围性面瘫。“从现有病症分析,多是由于患者受凉感冒以后,病毒入侵使得面部神经发炎引发‘面部神经罢工’。面瘫一旦确诊,应尽早使用抗病毒和神经营养药物治疗,最佳治疗时间为发病后2~3天,如果耽误了易造成面瘫后遗症。”

“面瘫最易发生在抵抗力差、经常吹风受凉的群体。”应海舟提醒市民,周围性面瘫还需要区别是否为疱疹引起的。

“这种面瘫往往就是我们所说的病毒性面瘫。由于面部神经是由耳部发出,遇到大风和极度寒冷天气外出,在保障安全前提下,尽可能戴上耳套和帽子保暖。有些患者在面瘫前还会出现耳后疼痛的情况。”应海舟说,“防治面瘫,首先要注意头部面部的防风保暖,其次要加强身体的调摄,同时注意保持有规律的生活起居。”

■面瘫及时治疗,治疗率较高

那么,一旦遭遇“面瘫”我们该怎么办?应海舟指出,虽然有些程度轻的患者会有自我恢复的可能,但最好还是急性发作时立刻就医。

据悉,目前市中医院针对面瘫患者的治疗方案主要有两种:对于病情较轻的患者,可采取普通针刺、穴位按摩等方法进行治疗;对于病情稍重的患者,可采取针灸加脸部按摩的方法进行治疗。

应海舟介绍,一般认为面瘫从发病至10天内为急性期,若时间超过10天,耳后疼痛仍有,则仍处于急性期,症状可能加重。“只要及时治疗,面瘫治愈率较高。若治疗时间拖延几周,完全恢复的可能性就下降了。”

■面瘫期间注意事项

面瘫期间应当适当休息,注意面部的持续保暖。外出时可戴口罩,睡眠时勿靠近窗边,以免再受风寒。注意不能用冷水洗脸,避免直吹冷风,注意天气变化,及时添加衣物防止感冒。

侧面部用温热毛巾外敷(热敷后需避风寒,建议睡前进行),水温50℃~60℃,每日3~4次,每次15~20分钟,并可对镜进行自我表情动作训练,比如皱眉、闭眼、吹口哨、示齿等,每日2~3次,每次3~10分钟。急性期后或耳后疼痛消失后,可早晚自行按摩患侧,按摩用力应轻柔、适度、持续、稳重、部位准确。由于眼睑闭合不全或不能闭合,角膜长期外露,易导致眼内感染,损害角膜,因此减少用眼动作。在睡觉或外出时应佩戴眼罩或有色眼镜,并用抗生素类滴眼液或眼膏涂眼,以保护角膜及预防眼部感染。

饮食方面,营养丰富,选择易消化的食物、禁烟戒酒,忌食刺激性食物,忌冷饮;进食后要及时漱口清除患侧颊齿间的食物残渣;保持心情舒畅,避免过度焦虑而影响疗效。