



面癱等於中風？

可能是貝爾氏麻痺症作怪

一覺醒來，發現自己半邊面動彈不得，大多人都會擔心自己是不是中風了？其實有六成面癱患者只是患上了貝爾氏麻痺症！註冊物理治療師林偉雄(Warren)告訴你，只要及早求醫，按指示用藥及接受物理治療，大多患者都可以完全康復。

顏面神經線

要知道何謂貝爾氏麻痺症？便要先了解顏面神經線！

顏面神經線是由腦幹分支出來的第七對神經線，左右兩邊成一對。

主要功能：

1. **操控面部肌肉**：兩邊的顏面神經各控制著左右臉的額頭、眼、鼻、臉頰及嘴的活動
2. **傳遞感覺**：將舌頭三分之二的味覺傳遞至腦部
3. **操控淚腺及唾液分泌**
4. **操控耳內骨肌**：穩定內耳鐮骨，令聲音不會放得過大，從而防止內耳受到傷害。

貝爾氏麻痺症的病因

貝爾氏麻痺症可發生於任何年齡及性別。Warren表示，在曾接觸的病人當中，年紀最小的求診者只有7歲，年紀最大的則達80多歲。現時此症並未有確實的病因，醫學界普遍相信是由於人體受病毒感染或免疫力下降，如感染流行性感冒病毒、腮腺病毒等，引致耳後的莖乳孔內發炎腫脹，從而壓迫顏面神經線，令神經傳遞功能喪失，出現一邊臉部肌肉癱瘓等徵狀。Warren指，大多的求診病人於發病前，都會有精神緊張、休息不足等情況，相信精神壓力亦是引致此病的因素之一。

高危人士及季節

- **孕婦**：發病風險較常人高出約3.3倍，尤其是在懷孕的最後三個月，患病風險會較高。
- **免疫系統功能較弱人士、糖尿病患者、有高血壓人士等**，都有較高風險發病。

亦有研究發現，相比其他的季節，貝爾氏麻痺症在冬天的發病率會較高，部份患者或因面部或頸部著涼、血液循環較差、免疫力下降等原因，以致出現顏面神經麻痺。

主要病徵

一般而言，貝爾氏麻痺症起病較急，及後病情便會於24至72小時內達至高峰，而大部分患者會出現以下的徵狀：

- 耳後疼痛，痛楚有機會延至頸部、肩膀，甚至有患者會感到頭痛
- 一邊面部表情肌肉麻痺、動彈不得
- 飲水或漱口時，嘴角會漏水
- 眼睛不能閉合，淚水分泌減少，感到眼睛乾涸、疲勞
- 說話發音開始不清
- 味覺減退或喪失
- 出現耳鳴

貝爾氏麻痺 vs. 中風

貝爾氏麻痺症與中風的徵狀相似，可如何分辨？

貝爾氏麻痺症	中風
因周邊神經感染而引起	因中樞性神經病變而引起
徵狀： <ul style="list-style-type: none">• 患者的額頭、眉毛、眼睛、嘴巴皆會受到影響，出現相對程度上的功能喪失• 只影響左或右邊臉，該半邊面部肌肉會感到無力、眼睛不能閉合等情況	徵狀： <ul style="list-style-type: none">• 上半邊面部，如額頭、眉毛、眼睛的部位，可正常運作；下半邊面部的活動能力，如鼻、臉頰、嘴，則會受阻• 不只面部受影響，患者的手、腳亦會出現相關的神經功能障礙

Warren補充，因大多患者都難以分辨兩者的病徵，所以一旦病發，應立刻找醫生，進行電腦掃描、磁力共振等檢查，以盡早接受相應的治療。

及早治療 加快復元

雖在不接受任何治療的情況之下，大部分貝爾氏麻痺症患者也有很大機會自行痊癒。惟有研究發現，比較有接受治療和選擇自行痊癒的患者，前者的復元率達83至94%，後者則降至65至85%，因此Warren建議，患者仍應及早接受治療，以助加快復元，及減低出現後遺症的機會。

一般而言，高達八至九成患者，可在6星期至3個月內完全康復；同時，在臨床表現上，如患者在發病初期，已開始接受藥物及物理治療，病情更可於2星期內已見改善。

長者康復率較低

惟如患者於接受治療三個月後仍未完全復元，便有可能是出現後遺症。而不能完全復元的風險因素，包括(一)患者年齡於60歲以上、(二)患者於接受治療前面部已完全麻痺、(三)出現味覺減退、(四)淚液或唾液的分泌減少，如出現上述的情況，便會大大增加患者不能康復的風險。

Warren補充，有研究顯示，60歲以上患者可完全復元的機會只有約四成，而他們亦會有較大的機會出現後遺症。相反，30歲以下的患者可完全復元的機會則升至八成半至九成，出現後遺症的機會亦會較低。

如有後遺症，患者或會出現臉部聯帶運動，如眼睛閉合時，臉頰亦會一併提起；亦可能會出現殘留肌肉無力，如微笑時，兩邊臉會不對稱等。面對這些情況，患者可在醫生的建議下，接受肉毒桿菌注射，以再作治療。

物理治療助復元


在治療貝爾氏麻痺症中，患者應先接受藥物治療，如服食口服類固醇及維他命B群。同時，配合物理治療，可協助加快患者肌肉的恢復，預防因面癱期間引起的後遺症。而Warren表示，一般患者在接受4至5次的物理治療後，情況已有明顯改善。而常用的治療包括：

- **超聲波治療**：有助顏面神經線的消炎
- **肌肉電刺激**：刺激受影響的面部肌肉，幫助肌肉收縮，從而減低出現肌肉纖維化、萎縮的情況
- **針灸治療**：常用穴位有四白、合谷等，可加速患處的復元
- **手法治療**：針對患處進行按摩伸展及鬆弛，從而激活肌肉的運動，及減低出現肌肉痙攣的情況
- **冷凍刺激療法**：用冰粒按摩面部，以助消腫


面部運動及按摩

Warren表示，除接受物理治療外，患者亦可自行做一些面部運動及按摩，以改善面部肌肉的功能。


面部運動例子



大笑：把嘴角向上翹，露牙齒，感到顴骨肌肉收縮




「嘟」嘴：閉合嘴唇，擠壓並突出嘴唇




緊閉眼瞼：如不可閉上，可用手輔助合上

*每日做3至5次，每個表情重覆10次

面部按摩例子



手指尖放在患側眉上，用力把眼眉拉至額頭頂部



用手指輕推按顴骨肌肉，左右邊臉交替進行

*每日做2至3次，每個動作重覆10次

日常護理小貼士

◆ 眼部護理：

- 使用眼藥水或人工淚液，以防出現眼睛乾澀的情況
- 若出現眼睛不能閉合的情況，應減少看電腦或手機屏幕的時間；亦可用手協助眼皮閉合，令眼睛得到適當的休息
- 睡覺前，建議在眼睛上放上紗布，以防外物進入眼睛
- 外出時，應戴上太陽眼鏡，以免沙塵吹入眼睛，造成眼睛發炎
- 不宜淋浴、游泳，以免眼睛發炎

◆ 面部護理：使用適當的潤膚霜，保持面部肌膚滋潤

◆ 口腔護理：勤刷牙或使用牙線，以免食物殘留於口腔

◆ 注意保暖：避免冷風直吹頭或頸部

◆ 使用飲管飲水，除了可避免飲料外漏，亦可訓練嘴部的肌肉



註冊物理治療師林偉雄

個案分享

有一名20多歲的女子，發現自己出現面癱，到腦神經科作檢查，確診患上了貝爾氏麻痺症，醫生為她處方了10天劑量的口服類固醇及維他命B群。及後被轉介接受物理治療，治療初期並未有明顯好轉，她仍會出現不自覺流口水、耳後疼痛等情況，惟在接受約5次治療後，她的額頭已可恢復活動；在接受10次治療後，她差不多已完全康復，不需再覆診。在患病期間，該患者在家亦會常做面部運動及按摩，以助復元。