

“瘫”不过去的面子问题，面瘫患者如何治疗？

彭燕利

荣经县人民医院 625200

〔中图分类号〕R246

〔文献标识码〕A

〔文章编号〕2095-7165 (2024) 08-083-01

面瘫，通俗一点讲就是人们常说的“歪嘴巴”，它的学名叫面神经麻痹。对于患者来说，突然面对镜子里那张不太对称的脸，无疑是一种心理上的冲击。尤其是在人际交往中，面容的变化很可能会带来尴尬和自卑。因此，无论是患者还是家属，初期都会感到无所适从。那么，当面瘫来袭时，我们应如何理性面对并采取相应的治疗措施呢？

首先，了解面瘫背后的原因是关键。大多数面瘫是暂时性面神经功能失常的表现，通常与病毒感染、受凉和压力等因素相关。这意味着大部分面瘫是可以通过时间和适当的医疗护理逐渐恢复的。因此，患者和家属不必过于紧张，保持冷静积极应对即可。

在治疗选择上，通常医生会建议先做一些基本检查以排除其他严重病因，如中风或脑部病变。在确定没有复杂问题时，治疗面瘫的核心在于促进面神经功能的恢复。早期，医生可能会开一些针对性药物，以帮助减轻神经的炎症和水肿。与此同时，物理治疗也被认为是重要的手段之一。通过专业的面部按摩和特定的肌肉训练，可以帮助面部肌肉保持一定的活力，避免长期不动导致肌肉萎缩。

很多人可能会选择中医的针灸疗法来辅助治疗，其理论基础是通过刺激特定穴位来改善面部的血液循环和神经功能。针灸治疗的接受度因人而异，患者在选择时可根据自身情况以及对治疗方式的理解做出决定。需要注意的是，无论选择哪种方法，都建议与医生充分沟通，以便制定出全面合理的治疗计划。

除了医学上的措施，日常生活中的细节护理也不可忽视。由于面瘫患者常常无法闭合眼睑，可能需要使用人工泪液或眼药膏来保持眼部湿润，以防止眼睛干涩和发生感染。同时，饮食上也要注意，以避免进食时因面部肌肉的不协调而可能导致的食物残留、呛咳等现象。

心理支持在面瘫的恢复过程中同样重要。患者容易因面部的异常感到自卑或焦虑，此时家人的理解与关爱显得尤为重要。通过积极的心理疏导和适时的鼓励，可以帮助患者建立信心，积极配合治疗。很多过来人与患者的交流和经验分享，能够有效减轻患者的心理负担，让他们了解到自己的处境并不孤单。

在面对面瘫的治疗过程中，患者和家属常常会因为误解而影响康复的效果。首先，许多人误以为面瘫一定是由严重疾病引起的，因此不论症状轻重都立刻想到最坏的情况。这种误解可能导致过度焦虑和不必要的压力，其实大多数的面神经麻痹是轻度或自限性的，可能通过适当的方式得到改善。有时候，只要在专业医护人员的指导下进行基本的护理和治疗，症状即会逐步好转。

另一个常见误解是关于治疗速度的期望。很多患者希望能通过某种方法实现快速康复，但实际情况是面瘫的恢复往往需要循序渐进。患者应充分理解这个自然过程，不同个体的恢复时间不尽相同。因而，过于急躁和频繁更换治疗方案实际上可能适得其反。面对这样的情况，耐心和持续的治疗才是成功的关键。在此过程中，遵循医生的建议，定期复查，调整方案，是实现有效康复的重要途径。

此外，关于自我治疗的误区也需要引起重视。一些患者可能会在未经专业指导的情况下尝试自行按摩或者使用偏方。这种做法往往存在风险，不仅可能对面部神经造成更多刺激，甚至有可能引发更复杂的问题。基于这一点，所有治疗措施的实施应建立在科学的基础上，并在医疗专业人士的建议指导下进行，避免由于盲目尝试而延误病情或者引发不可预知的后果。

另一个需要澄清的认知是很多人认为面瘫完全自动痊愈不需要任何干预。这种态度过于乐观，虽然有些患者可能不需要复杂的治疗就会自然恢复，但许多情况下，一定程度的医疗介入如物理疗法或适当的药物治疗可以加速恢复并减少后遗症的风险。忽视初步的处理和观察可能导致恢复期延长，甚至在某些情况下留下持续的功能障碍。

有的家庭中可能存在面瘫遗传的误解，认为一旦家族中有人患病，其他成员也非常容易受到影响。这种担忧往往没有实际依据，通常，面瘫更多由于个体的生活习惯和环境因素所致，与遗传相关性不强。然而，保持积极健康的生活方式，预防感冒和过度压力，是保护神经系统健康的基本途径。

在处理面瘫的问题时，识别并纠正这些错误认知是极其重要的。患者和家属要明白，科学合理的医疗干预和日常细致的护理才能够全方位支持面瘫的康复。

（上接第 82 页）

利益工作，普及急救知识也将得到政府的大力支持和推广。立法保障和资金投入将逐步建立，形成一整套完善的公共急救服务体系。综合来看，普及急救知识不仅对个体、社会都有实实在在的益处，它的前景无比光明。

7 结束语

这部作品着眼于当前公众急救知识的短缺现状，针对有

效的急救技术如止血、清理伤口、处理灼热伤等进行深入的科普，使读者能够了解黄金救援时间的重要性，增强对突发状况的应对能力。通过推广公共教育课程和制作急救操作短视频，运用互动、形象、直观的方式让急救知识深入人心，以期普及急救知识，提高全民的生存技能。最终，社会的每一个个体都将成为急救网络中的重要节点，形成立体化的救援网络，为生命安全与健康保驾护航。