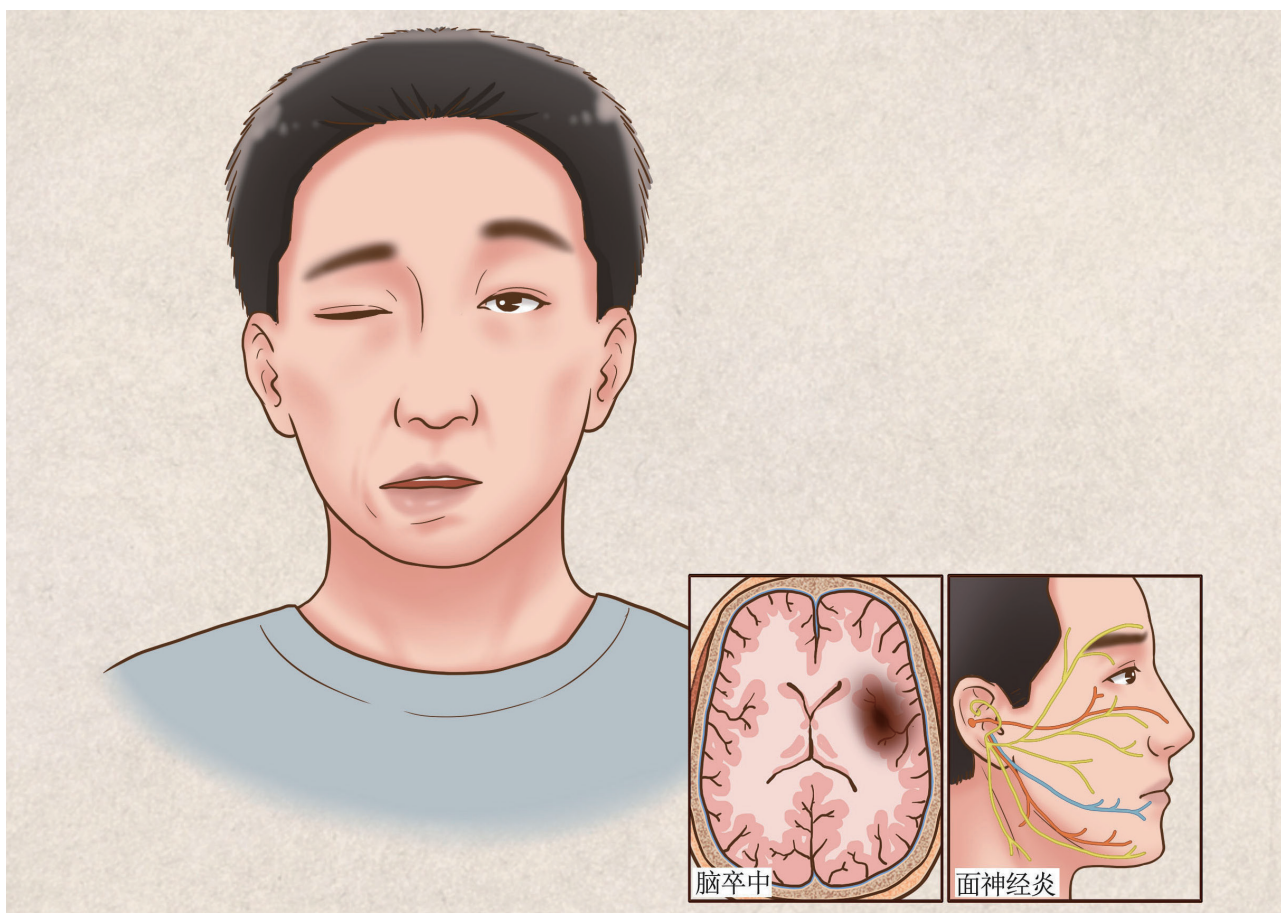


中医针灸巧治面瘫

文 / 西安市人民医院 (西安市第四医院) 陈慧琴



在生活中,我们可能会看到一些面部表情僵硬、口眼歪斜的人,这很可能是面瘫的表现。面瘫,医学上称为面神经炎,是一种常见的面神经疾病,不仅影响患者的外貌,而且还会给患者的心理和日常生活带来极大的困扰。中医针灸,作为一种历史悠久且行之有效的治疗方法,在面瘫治疗方面展现出独特优势。接下来,让我们深入了解面瘫这一疾病,并探讨中医针灸如何帮助面瘫患者重绽自信笑容。

一、认识面瘫

面瘫是由于面神经受损导致面部肌肉运动功能障

碍的一种疾病。面神经从脑部发出,支配着面部的表情肌。当受到病毒感染、寒冷刺激、外伤等因素影响时,面神经可能出现炎症、水肿,从而影响神经的正常传导,导致面部肌肉瘫痪。

面瘫主要分为周围性面瘫和中枢性面瘫。周围性面瘫是面神经本身的病变引起的,常见病因包括特发性面神经麻痹、病毒感染等。周围性面瘫患者的主要表现包括:一侧面部表情肌完全瘫痪,额纹消失,不能皱眉,眼睑不能闭合或闭合不全,鼻唇沟变浅,口角下垂,露齿时口角歪向健康的一侧。中枢性面瘫则是由脑部疾病(如脑卒中、脑出血等)引起的。除面部肌肉运动障碍外,中



枢性面瘫患者往往还伴有其他神经系统症状,如肢体无力、言语不清等。中枢性面瘫患者的额纹一般是存在的。

据统计,面瘫的发病率并不低,且可发生于任何年龄段,好发于20~40岁人群。面瘫不仅影响患者的外貌,使他们在社交中感到自卑和尴尬,而且还会影响咀嚼、漱口、吞咽、言语功能,给日常生活带来诸多不便。此外,长期面瘫还可能导致暴露性角膜炎等眼部并发症,严重者可影响视力。

二、中医对面瘫的认识

中医认为,面瘫的发生与人体正气不足、脉络空虚导致风寒或风热之邪乘虚侵袭面部经络有关。《灵枢·经筋》中就有关于面部经络和肌肉关系的记载,指出经筋“主束骨而利机关”,当经络气血不畅时,就会导致面部肌肉功能失调。

在中医理论中,面部有诸多经络循行,如足阳明胃经、足太阳膀胱经、手太阳小肠经等。这些经络与面神经的分布区域密切相关。风寒或风热之邪侵袭面部经络,导致气血痹阻及经筋失养,从而出现面部肌肉瘫痪。此外,情志失调、劳累过度等因素也可能导致人体

正气虚弱,易受外邪侵袭而引发面瘫。

中医将面瘫分为不同的证型,常见的有风寒型、风热型和气血亏虚型。风寒型面瘫患者多有面部受凉史,主要表现为面部拘紧、恶寒、舌淡苔薄白等;风热型面瘫患者则伴有发热、口苦、舌红苔黄等症状;气血亏虚型面瘫患者病程较长,主要表现为面色无华、神疲乏力、舌淡苔白等。针对不同的证型,中医采用不同的治疗方法,以达到祛风通络及调和气血的目的。

三、中医针灸治疗面瘫的原理

针灸是中医治疗面瘫的主要方法之一,它通过刺激面部经络和穴位,调节人体的气血运行及脏腑功能,从而促进面神经的修复,恢复面部肌肉功能。

从经络学说来看,针灸可以疏通面部经络,使气血通畅。当针刺穴位时,能够激发经络的气血运行,调节经络的虚实,从而改善面神经的营养供应,促进神经细胞的修复和再生。例如,针刺阳白、四白、颧髎等穴位,可以直接刺激面部的经络和肌肉,促进局部血液循环,帮助面肌恢复正常功能。

从现代医学角度来看,针灸可以调节人体的免疫系

统,减轻面神经的炎症反应。研究表明,针灸能够调节神经内分泌系统,帮助内啡肽等神经递质释放,起到镇痛、抗炎和调节免疫的作用。此外,针灸还可以促进神经生长因子的分泌,加速面神经的修复。

针灸治疗面瘫的选穴需根据面部经络的循行和穴位的功能。常用的穴位包括攒竹、鱼腰、丝竹空、阳白、四白、颧髻、颊车、地仓、合谷等。其中,合谷为手阳明大肠经的原穴,针刺合谷可以起到疏风解表和疏通经络的作用,与面部穴位配合治疗,能够增强治疗效果。

四、中医针灸治疗面瘫的过程和方法

根据病程进展,面瘫一般分为急性期、恢复期和后遗症期三个阶段,每个阶段的治疗方法和针刺手法略有不同。

1.急性期

一般发病后7天内为急性期。此时面瘫处于进展期,面神经炎症水肿明显,针灸治疗以浅刺、轻刺激为主,避免过度刺激加重面神经的水肿。一般选取阳白、四白、攒竹等面部穴位,针刺深度较浅,手法轻柔,同时可配合合谷、太冲等远端穴位,以起到祛风通络及调和气血的作用。在这个阶段,还可以配合使用具有清热解毒、祛风散寒功效的中药方剂,如银翘散、牵正散等。

2.恢复期

恢复期大约从第2周开始,持续1~3个月。在这个阶段,面神经的炎症逐渐消退,针灸治疗强度可适当增

加。在继续选取面部穴位的基础上,可采用透刺法,如地仓透颊车、阳白透鱼腰等,以增强针刺的刺激量,促进面部肌肉功能的恢复。同时,可配合艾灸治疗,选取面部穴位进行温和灸,起到温通经络、散寒除湿的作用。此外,患者还可以进行面部肌肉的功能锻炼,如皱眉、闭眼、鼓腮等,以促进肌肉的恢复。

3.后遗症期

病程超过3个月未愈者即进入后遗症期。部分患者可能会遗留面部肌肉痉挛、联动等症状。此时针灸治疗除继续调节面部经络气血外,还需要针对后遗症进行特殊处理。对于面部肌肉痉挛的患者,可在痉挛的肌肉局部选取穴位进行针刺,采用平补平泻的手法,以缓解肌肉痉挛;对于联动症状的患者,可通过针刺不同的穴位来调整面部肌肉的协调性。此外,还可以配合推拿、理疗等方法,以提高治疗效果。

五、中医针灸治疗面瘫的优势和注意事项

中医针灸治疗面瘫具有独特的优势。第一,针灸是一种绿色疗法,无副作用,避免了药物治疗可能带来的不良反应。第二,针灸能够有效促进面神经的修复和面部肌肉功能的恢复,大部分患者经过针灸治疗后能够恢复正常的面部表情。第三,针灸治疗面瘫还可以根据患者的具体情况进行个体化治疗,针对不同的证型和病情选择个性化的治疗方案。

然而,用针灸治疗面瘫时需要注意:第一,患者要选择正规的医疗机构进行治疗,确保安全性和有效性;第二,在治疗过程中,患者要注意面部保暖,避免受凉,尤其是在外出时要戴口罩、围巾等;第三,患者要保持良好的心态,积极配合治疗,避免焦虑、紧张等不良情绪影响治疗效果;第四,患者应注意休息,避免过度劳累,保证充足的睡眠,以促进身体的恢复。

中医针灸作为一种传统的治疗方法,在面瘫的治疗中发挥着重要的作用。随着医学的不断发展和对中医针灸研究的深入,相信中医针灸在面瘫治疗领域将会取得更加显著的成果,为更多的面瘫患者带来福音。

希望通过本文的介绍,能够让对面瘫及中医针灸治疗面瘫有更深入的了解,也希望广大面瘫患者能够及时接受正确的治疗,早日康复。

