

掏钱理赔心不平,她突然口歪眼斜;工作娱乐两不误,可她变得面无表情……

冬病夏犯:年轻人怎么样远离面瘫

今日女报/风网记者 李诗韵 通讯员 许秀峰

瞪眼、嘟嘴、“死鱼眼”……“面瘫”一词,对小年轻们并不陌生,常被用来吐槽明星演戏差劲,嬉笑怒骂皆一个表情。然而,你却不知道,真正的“面瘫”离我们的生活并不遥远,即便是炎热的夏季,也可能摊上这个“木鱼脸”。

也许你还在疑惑,面瘫不是冬季高发疾病吗?先看看长沙市中心医院今年6月以来的就诊数据——1个月时间,医院接诊了25名面瘫患者,且以年轻人为主。那么,他们究竟干了什么?

■故事

掏钱理赔后,较真的美女脸“歪”了

谨言慎行、做事认真的个性本是好的品质,可对25岁的王女士而言,却成了一个威胁到健康的“毛病”,不仅伤了心,还让身体吃了亏。

近日,王女士照例下班骑车回家,途经一个转弯处时,身边急驰而过一辆奔驰轿车,慌乱中,自行车有些失去控制,摇晃了一下后,竟然蹭到奔驰轿车的尾部,并致其掉漆。事情发生后,双方各执一词,最终王女士拿出1000元现金给付对方,此事才得以平息。

王女士平日性格内向,少言

寡语,做起事来,更是谨小慎微。面对这样的一场交通事故,她回到家中也百思不得其解——“因为他们车速过快,惊吓我在先,导致车失去平衡,碰到轿车。所以,他们应该自行修车,凭啥让我理赔?”

越是纠结,王女士越感觉怒火中烧,浑身颤抖。哪怕是躺在床上,她仍在想着理赔不当的事故,慢慢地,她在怒气中睡着了。殊不知,第二天醒来时,家人发现王女士的口角一直处于抽搐状态。紧急送医后,经医生诊断,王女士生气睡觉导致了面瘫。

■专家帮帮忙

情绪暴躁“加速”面瘫



陈立早(长沙市中心医院康复医学科副主任医师)

“俗称的‘面瘫’在医学上称之为面神经炎,是一种周围性面神经麻痹。”长沙市中心医院康复医学科副主任医师陈立早介绍,受凉、感染、中耳炎、情绪暴躁及面神经在面神经管出口处

受压、缺血、水肿等情况均可引起发病。一般来说,这种疾病冬季寒冷天气高发,但随着夏季高温的到来,暴躁的情绪也让患面瘫的病人越来越多。

面神经炎的主要症状为一侧面部表情肌瘫痪、额纹消失、不能蹙眉、眼裂闭合不能或闭合不完全、病侧鼻唇沟变浅、口角歪向健侧、吹口哨及鼓腮不能等。

“个别女性面瘫患者照镜时,发现自己的面容变丑陋,害怕见人,情绪变化。也有不少面瘫患者产生焦虑、恐惧、忧郁的情绪,导致心情紧张、激动,有的患者担心治不好会留下后遗症而整天唉声叹气,内心充满苦恼。”陈立早表示,除了药物治疗,面瘫病人还需要配合心理治疗,避免心理压力太大,反而加重病情。

■故事

下班后熬夜打麻将,她变得面无表情

无独有偶。在长沙市中心医院病房内,一名因通宵打麻将而面部“麻木”的美女正后悔不已。原来,美女小陈因近段时间迷上了打牌,多日无规律作息,白天要上班,晚上又继续熬夜和朋友通宵打牌。经过连续“作战”不休息后,体力严重透支。

三日后,小陈突然感到头晕怕冷,左耳有些胀痛,

■专家帮帮忙

出现“口眼歪斜”,先与中风症状鉴别

“夏日太爱吹空调,也得当心面瘫。”陈立早表示,一般来说,春季和冬季是面瘫的多发季节,但随着空调等电器使用频率的增加,如今夏天发病人数也不在少数。分析原因,面瘫由内因和外因两方面因素导致。外因多与患者受风、受凉有关,但起主导作用的还是内因。

“不少患者在发病前有明显的情绪波动,如生气、着急上火;或者有明显的疲劳病史,如长途旅行、过度劳作等。”陈立早指出,两类人是面瘫的高发人群。一类患者属于脾胃气虚、正气不足,面部脉络空虚,遭受风寒侵袭后,外邪乘虚入中;第二类患者是患有肝气郁滞、肝火上炎之证,肝气或肝火循

而漱口时合不拢嘴,有些漏水。起初自己并未特别在意,像往常一样去上班。直到中午时,同事们发现小陈的左侧脸歪向一边,眼睛也歪斜,嘴也合不拢了,才急忙把她送到医院。最终,经医院诊断为周围性面瘫。

经上犯面颊、耳窍,出现面瘫症状。因此可以说,面瘫的发病,内因是主导,外因是直接诱发因素。

陈立早认为,若发现“口眼歪斜”的症状,首先要把面瘫和脑血管病引起的面部肌肉瘫痪进行区分——脑血管疾病如中风引起的面瘫症状,患者多表现为口舌歪斜,也就是说舌头和面部出现歪斜,而眼睑的闭合功能多数不受影响,并且一般额纹不会变浅或消失;但对于神经炎引起的面瘫,最主要的症状是口角和眼出现歪斜,舌头活动正常。另外,中风引起的瘫痪,除面部瘫痪以外往往伴有上、下肢的偏身瘫痪,并且患者可能出现言语不利等症。

■养生堂·健康支招

怀疑自己面瘫,你该这样做

首先,马上就医,遵医嘱及时及连续性的治疗。急性期充分休息,避免去人多、空气污浊的场所,避免受风、受寒再加重病情。

其次,注意气候温、凉、湿、热变化,注意饮食清淡但营养丰富,多食瘦肉、豆类、骨肉汤等,主食尽量以半流食或软食为主。有味觉障碍的患者应注意食物的冷热度,以防烫伤口腔黏膜。同时,忌吃生冷硬及辛辣刺激性的食物。

另外,保持口腔清洁,饭后及时漱口,防止患侧食物残留。眼睑闭合不全者,平时外出或睡眠时应戴眼罩,睡前涂红霉素软膏(注意过敏),防止角膜炎或暴露性结膜炎。



面神经炎患者出院后怎么康复

首先,加强体育训练,增强体质。每天早睡早起,适当锻炼身体,合理规律地学习、工作和生活,避免过度疲劳,增强机体抵抗力。

其次,学会自我保健。出院后仍应注意不能用冷水洗脸,避免直接吹风,注意天气变化,及时添加衣物,防止感冒。

最后,保持乐观的情绪。保持心情愉快、乐观向上,保持情绪的稳定性,避免精神紧张。容貌仪表的完整性遭受严重的破坏时,其伤害性不仅仅是机体结构与功能的丧失,还会造成严重的心理负担。消除恐惧、害羞心理,积极配合治疗。同时,外出时可戴口罩、围巾或使用其它有效改善自身形象的恰当修饰。

OTC 国药准字 Z45022017

葛洪[®]桂龙药膏 调五脏治病补身

急病用猛药,慢病用补药,补药之中属膏方



葛洪牌桂龙药膏,精选28味野生中药,久熬成膏分入五脏,药材好药力强,入口即溶易吸收,方中三爪龙、狮子尾等入心经,青藤、万筋藤、四方藤、过岗龙、杜仲等入肝经,老鸦嘴、千斤拔、土茯苓等入脾经,五爪龙、牛大力、玉郎伞、高山龙、白芷等入肺经,黑老虎根、首乌藤、九牛力等入肾经,祛风湿止疼痛,活经络补气血,温肾阳调五脏,用于风湿骨痛、慢性腰腿痛、心悸气短、失眠多梦、肾虚尿频等慢病治疗。

这里有专家全天的陪伴
这里有医生一对一指导
养生知识天天都更新
食疗药方条条治大病
扫描二维码 关注五脏健康道



桂药广审(文)第2016030030号

限量超值体验优惠,另有豪礼相送!

体验
热线

400-750-8800

销售地址:岳麓区咸嘉湖路656号众泽堂大药房(省肿瘤医院后门旁)

请仔细阅读说明书并按说明书使用或在医师指导下购买和使用



广西邦琪药业集团有限公司

【禁忌】孕妇及小儿忌用;【注意事项】忌辛辣、生冷、油腻食物;其余内容详见说明书。