



# 患上面神经炎怎么办

一觉醒来发现嘴巴歪了，有可能是患上了面神经炎。面神经炎又称面神经麻痹、面瘫，该病是临床上较为常见的周围神经系统疾病，主要表现为面部肌肉的瘫痪或功能减弱。

面神经负责面部肌肉的运动和表情控制，当面神经受到损伤或发生炎症时，会导致面部肌肉的功能障碍。表现为一侧面部肌肉瘫痪、额纹消失、眼睑不能闭合或闭合不全、鼻唇沟变浅或消失、口角歪向健侧，不能吹口哨与鼓腮等，发病初期可伴有患侧耳后或下颌角后疼痛。面神经炎发病急，无明显季节性，可发生于任何年龄段，但多见于中青年，男性略多于女性。

## 面神经炎的成因

面神经炎确切的病因尚不明确，可能与多种因素有关。其中病毒感染是最常见的病因之一，常由带状疱疹病毒引起。当这些病毒侵犯面神经时，会引起神经炎症和水肿，

从而导致面部肌肉功能障碍。面部受凉、疲劳、精神压力等因素也可能诱发面神经炎。另外，中毒、代谢障碍疾病（如糖尿病、维生素缺乏）等，都可以引发面神经炎。

其发病机制主要涉及神经缺血、水肿和压迫等过程。当面神经受到损伤或发生炎症时，神经纤维会发生水肿和变性，导致神经传导功能受阻。同时，面部肌肉的血液供应也会受到影响，进一步加剧肌肉功能障碍。

## 面神经炎的症状

面神经炎主要表现为一侧面部表情肌瘫痪。

1. 瘫痪侧额纹消失，不能皱眉，眼裂增大，眼睑不能闭合或者是闭合不全。

2. 闭眼时，瘫痪侧眼球向上转动，露出白色巩膜。

3. 患侧鼻唇沟变浅，口角下垂，露齿时口角歪向健侧，鼓腮或吹口哨漏气。

4. 进食时，食物常滞留于患侧的齿颊间隙中，并常有口水

自患侧流下。

5. 部分患者起病前几天可能有同侧耳后、乳突区轻微疼痛，体检时发现患侧舌前2/3部位味觉减退，听觉过敏，外耳道疼痛和疱疹。

## 如何治疗面神经炎

大量临床实践表明，在起病的一周内采取治疗措施是治愈面神经炎的最佳时机。因此，确诊面神经炎后，临床医生应尽快查明病因，给予积极治疗，以改善病变神经部位血液循环，减轻面神经水肿，减轻周围组织对面神经的压迫，从而促进面神经功能的恢复。

面神经炎的治疗方法主要包括药物治疗、物理治疗、康复治疗和手术治疗。具体治疗方法的选择应根据患者的病情和病因来确定。

1. 药物治疗：使用皮质类固醇激素（急性期尽早使用皮质类固醇，可以减轻炎症和水肿）、B族维生素（维生素B1、维生素B12，以促进神经再生和

功能恢复）、抗病毒药物（如阿昔洛韦等）。

2. 物理治疗：急性期可局部热敷，或在茎乳口附近行超短波透热疗法、红外线照射等。

3. 神经康复治疗：疾病恢复期可行针灸、电针治疗等。不能闭合眼睑的患者，可使用眼罩防护眼睛，用滴眼液滴眼以预防角膜感染，保护角膜。按摩瘫痪的面肌，每日数次，每次持续5分钟至10分钟。当神经功能开始恢复后，病人可对着镜子练习瘫痪肌的各单个面肌的随意运动，以促进肌肉功能的恢复。

4. 手术治疗：如果面神经麻痹病情严重，恢复效果差，严重影响生活质量，可考虑神经外科手术手术治疗。

面神经炎一般预后良好，通常于起病一两周后开始恢复，2个月至3个月内痊愈，约85%病例可完全恢复，不留后遗症。6个月以上未见恢复的患者，预后较差。完全性面瘫一般需要2个月至8个月甚至1年时间恢复，预后较差，常留后

遗症。若患者合并糖尿病、高血压等疾病，预后较差。对于预后较差的患者，早期干预和康复训练尤为重要，以尽可能减少后遗症的影响。

## 如何预防面神经炎

1. 增强免疫力：通过均衡饮食、适量运动和充足睡眠增强免疫力。

2. 避免受凉：免受寒风直吹，遇到大风和寒冷天气时，出门要戴好口罩。轻拍或轻按面部、耳后、颈部的一些重要穴位，增加御寒能力。避免空调、电扇直吹，避免冷水洗脸，遇天气变化及时添加衣物，防止感冒。

3. 及时治疗感染：如有上呼吸道感染或其他病毒感染，应及时就医治疗。

4. 保持乐观平和的心态，保证充足的休息时间，减轻心理压力，避免过度劳累。如果面部出现麻木等不适，应及时就医。

（柳州市工人医院 唐友莲）

# 谨防整形变成“馒化脸”

在现代美容行业中，注射美容已成为许多爱美人士的首选方式。通过注射玻尿酸、脂肪等填充物到人体面部，可以改善皱纹，增加面部体积，紧致皮肤，让面部看起来更加精致、有活力。然而，在追求美的过程中，一些问题也逐渐显现——面部过丰导致的不协调感，即所谓的“馒化脸”。那么，什么是“馒化脸”？该如何避免成为“馒化脸”呢？

## “馒化脸”的表现

“馒化脸”并不是医学术语，而是一种口语化的表达。医学上所谓的“馒化脸”，是由于面部的过度填充或注射层次不当而造成的过度填充综合征，表现为面部轮廓不自然、线条不清晰，特别是在做表情

时，出现明显的肿胀和僵硬感。具体表现为：

1. 寿星额：额头过于饱满，缺乏自然骨相高光，呈现肿胀感。可能伴随太阳穴饱满，整体面部显得僵硬。通常为不合理的剂量（过度填充导致额头过满）、骨骼支撑不足（填充剂堆积压力过大导致无法自然分布）等原因所致。

2. 饱满苹果肌：苹果肌过于填充，导致表情僵硬和位移，面部产生表情时伴有明显的阶梯感。因过量填充苹果肌下方而挤压鼻唇沟，重力作用下填充物堆积，使苹果肌显得过度饱满。

3. 法令纹明显：法令纹（鼻唇沟）过于明显，缺乏自然的曲线感，周围表情出现僵硬和不协调性。

4. 太阳穴填充过度：太阳穴饱满，面部显得过于圆润。过量填充太阳穴部位导致面部呈现“寿星公”式太阳穴形态。其他部位的填充不协调，形成不自然的整体效果。

## “馒化脸”的成因

“馒化脸”主要由于过度的填充，以及操作医生手法不当等问题诱发。

1. 过度填充：填充剂量未掌握好，导致填充过量，面部出现过度膨胀感或浮肿感。求美者盲目追求饱满的效果，却忽视了面部结构的自然和谐。

2. 填充材料选择不当：选择了不适合个人面部特征和需求的填充材料，使用了未经临床验证或质量不可靠的填充产品。

3. 注射技术不当：医生对面部解剖结构不熟悉，对填充材料的特性掌握不够，注射层次和剂量把控不当，导致填充效果不佳或出现并发症。

4. 术后护理不到位：未能及时处理术后出现的肿胀或不适，未能遵医嘱进行术后护理，如避免按摩注射部位、保持面部清洁等。

## 预防变成“馒化脸”

1. 选择正规机构和专业医生 不正规的医美机构可能使用劣质材料或不具备足够的技术能力，导致注射后出现不良反应，甚至影响面部的健康。要使用正规渠道、经过认证的玻尿酸品牌，正规产品经过严格的质量控制，安全性较高。坚持个性化需求，根据个人面部特征选择合适的填充量和类型（玻尿酸或脂肪），通过测试确定最适合自己的方案。避免过量使用玻尿酸等填充物而导致“馒化脸”，建议咨询医生调整剂量。

同时，医生的专业程度也很重要，应选择经验丰富且口碑良好的医生进行面部填充，尤其是注射玻尿酸和脂肪时，医生的专业知识和审美能力直接影响整形的效果和安全性。

2. 少量多次、精细调整 遵循少量多次的注射原则，避免一次性注射过多填充物。目前我国大部分填充物首选是玻尿酸，但也有部分使用脂肪填充。过量的玻尿酸填充

后，可以使用玻尿酸酶进行调整，如果是过量的脂肪填充，就只能通过手术治疗，甚至不能做干预治疗。

## 3. 术后护理、遵医嘱

严格按照医生的护理建议进行术后护理，避免按摩注射部位，保持面部清洁以防止感染。选择温和的润肤霜或修复凝胶，保护皮肤免受刺激，并促进伤口愈合。

“馒化脸”是一种因过度填充而导致的面部不自然现象。为了避免这一现象的发生，应选择正规机构和专业医生进行面部填充，并遵循少量多次、精细调整的注射原则。同时需要注意的是，注射玻尿酸虽然是微整形，但也存在一定的风险。人的面部有复杂的血管，如果注射者经验不足或者技术不过关，会有不小心把玻尿酸注射入血管的风险，轻则淤血，重则导致软组织坏死、失明甚至死亡等严重后果，所以求美需谨慎，应选择正规渠道进行。

（柳州市工人医院医疗美容科 王佳）

推动健康知识普及 提高全民健康素养

## 健康科普

指导单位：柳州市卫生健康委员会 主办单位：柳州日报社  
稿件报送：2971813915@qq.com 电话：13977219936