

针灸治疗面瘫的方法与误区有哪些

黎 艳

茂县人民医院 四川阿坝州 623200

【中图分类号】R745.1

【文献标识码】A

【文章编号】1002-3763 (2023) 07-077-01

面瘫是以口、眼歪斜为主要表现的常见病症。针灸是目前治疗面瘫最常用的有效方法，临床通过针刺和艾灸等技术活血通络、疏调经筋，从而促进面部外观和功能的恢复。虽然针灸治疗过程中可能会产生一点疼痛感，但是坚持治疗后，会得到显著的疗效。今天我们一起看看针灸治疗面瘫的方法与误区有哪些吧！

针灸治疗面瘫的方法

邪之所凑，其气必虚。正气存内，邪不可干。面瘫患者要尽量避免头、颈项、面部吹风受寒，以免加重病情；避免熬夜，保证充足的睡眠与休息，正气充足是康复的必要条件。针灸治疗面瘫的方法是通过针刺和艾灸等技术刺激患者的经络穴位，疏通局部气血运行，温补阳气，促进神经、肌肉和组织的恢复与重建，从而达到调节患者人体内气血阴阳平衡。穴位一般采用面颊局部、手、足阳明胃经等。发病一周以内的为初期，用针灸治疗可祛风通络，可选用合谷穴、外关穴、风池穴、翳风穴、太阳穴、颊车穴、地仓穴，流泪可用太冲穴等，手法平补平泻轻刺激。面瘫一周以后进入恢复期可用穴位透刺，如迎香透颧髻，地仓透颊车，阳白透鱼腰等。电针，取太阳、阳白；地仓、颊车，采用断续波，强度以能耐受为度，每次 10—20 分钟，以增加刺激量。还可用皮肤针叩刺局部，及面部闪罐，以潮红为度。如果错过一月以内的最佳治疗时期，或是由病毒导致的面瘫（亨特氏面瘫）往往由于邪气重，或正气虚，可根据具体情况以扶正祛邪。久病必虚，正气虚可用面部麦粒灸以取风气；艾灸神阙、足三里温扶人体正气。久病必淤是指感觉面部肿胀甚至发硬，可采用患侧颊粘膜刺络放血。

针灸治疗面瘫的时间和注意事项

一般来说，需要连续进行一段时间的治疗，以达到最佳的疗效。治疗时间通常持续 2—4 周左右，每天接受 1—2 次治疗，每次治疗时间 30 分钟左右。

在针灸治疗面瘫的过程中，还需要注意以下几点：

1. 选择正规医院：患者需要到正规的中医医院进行诊疗，

而且需要选择有相关专业技术资质的医师进行针灸治疗。

2. 遵医嘱：根据医生的指导，严格遵从中医医生的诊疗方案，如避风，不熬夜。

3. 注意卫生：在针灸治疗过程中，需要保持受治部位的清洁卫生，以免感染。

4. 避免剧烈运动：在治疗期间，需要避免剧烈的运动或者重体力劳作。

5. 饮食调节：患者需要注意饮食，多吃容易消化的食物，避免辛辣刺激、生冷和油腻的食物。

针灸治疗面瘫误区有哪些？

针灸治疗面瘫是中医传统的疗法之一，尤其在治疗病程短、病情轻的患者时，疗效异常显著。不过，由于针灸在国内的应用广泛，可能会造成一些误区：

1. 所有面瘫患者都用相同针灸治疗方法。中医是个体化治疗，通过望闻问切和辨证论治，每个人的体质证候都不尽相同，有寒热虚实，在针灸选穴补泻手法也不会完全一样。如果应用不当，重则会加重病情，轻则疗效不佳。

2. 疗效理所当然，一次治疗就能解决问题。面瘫治疗是一个循序渐进的过程，需要患者经过一段时间的治疗，慢慢恢复面部肌肉的功能。如果患者只是一次治疗就期待立刻痊愈，显然是不现实的。

3. 自己也可以在家里针灸。针灸治疗需要专业的技能和医学知识，在专业医生的指导下进行。如果自行进行的话，不仅有可能治疗失误、成效不彰，还有可能出现意外。

4. 治疗面瘫不需要采用其他疗法，针灸就可以治愈。综合治疗才是最好的治疗方法，即在针灸外，还需要采用其他疗法如按摩、物理疗法等，以达到更好的疗效。

总之，针灸治疗面瘫是相对安全可靠的治疗方式，但是也需要患者以及治疗人员理性认识，避免用人工的想象去误解中医。需要注意的是，患者在接受针灸治疗前需要咨询专业医生的意见，并充分了解该治疗方法的效果、安全以及注意事项，以确保治疗的安全性和有效性。

（上接第 76 页）

饮水量最好控制在 3000 毫升左右，这样才能使患者的呼吸道以及咽喉等部位保持湿润，增加黏膜免疫的屏障，也会使痰液稀释，更好的排出。

（7）患者平时也应该注意防寒保暖，适当着衣，因为患者的身体素质一般比较差，不耐寒，一旦遇到寒冷刺激时，就很容易引发上呼吸道感染或者感冒发热等疾病。根据科学调查表明，大多数的感冒都会引发肺部感染，因此防寒保暖对于慢阻肺患者至关重要，患者要及时关注外界的天气变化，进行衣服的增减必要时戴好口罩和围巾。

（8）正因为慢阻肺的身体素质比较差所以要及时的进行适当的锻炼，以达到增强身体抵抗力的目的。如果是年龄比较大的患者，可以进行一些运动不太剧烈的锻炼，比如根据

自己的兴趣爱好在室外呼吸新鲜空气，气打打太极拳、散散步、练气功、深呼吸等，这样有利于患者肺部的气体交换，将污浊的空气排出体外，增加氧气的吸收，以及身体的代谢，改善患者的心肺功能。同样的，慢阻肺患者应该尽量避免去人比较聚集的地方，比如超市、商场、菜市场、夜市等公共场所，因为这些地方空气比较污浊，不利与患者的病情。同时患者应该保持积极良好的心态，积极进行治疗。

综上所述，老慢支、肺气肿、慢阻肺对人体的危害显而易见，极大的影响着患者的生活，如若不及时进行诊治就会危及生命，因此当患者出现了上述类似的症状时，患者一定要重视起来，不能掉以轻心，及时前往医院就诊，一旦确诊一定要积极配合专业医生去进行治疗，并且在日常生活中做好护理工作，争取早日康复。