

面瘫怎么办，针灸治疗有办法

古巧玲

西昌市中医医院 四川西昌 615000

〔中图分类号〕R745 〔文献标识码〕A 〔文章编号〕2095-7165 (2022) 03-063-02

面瘫，是一种常见的神经功能障碍，会导致面部肌肉失去动力，从而造成面部表情不对称。对于这种突如其来的疾病，许多患者感到非常恐慌。然而，针灸作为一种中医疗法，被广泛用于面瘫的治疗。本文将详细介绍针灸对面瘫的治疗作用，为患者提供一种有效的治疗方法。

一、面瘫的概念和原因

面瘫，也被称为面神经麻痹或面神经炎，是一种常见的神经系统疾病，导致面部肌肉失去运动能力，影响面部表情和口腔功能。面瘫的原因有多种，其中最常见的是特发性面神经麻痹，它通常是由于病毒感染或免疫反应导致的面神经受损。

面瘫的主要症状包括：

1. 患侧面部肌肉瘫痪：面瘫患者无法控制患侧的面部肌肉，如闭眼、皱眉、鼓腮等动作。
2. 口角歪斜：由于患侧嘴角肌肉无力，口角会向健侧倾斜。
3. 无法闭眼：由于患侧眼睑肌肉无力，患者无法闭眼或闭眼不完全。
4. 流口水：由于口角歪斜，患者容易在睡觉时流口水。
5. 味觉障碍：部分患者会出现味觉障碍，如无法感知食物的味道。

面瘫的病因包括：

1. 病毒感染：如流行性感冒、单纯疱疹病毒等病毒感染可能引起面神经炎，导致面瘫。
2. 免疫反应：免疫系统异常可能对面神经产生攻击，导致面瘫。
3. 其他原因：如面部创伤、中风、神经受压等也可能导致面瘫。

二、针灸治疗面瘫的机制和效果

针灸治疗面瘫的机制主要是通过刺激面部穴位，调节面部局部经气血脉，从而促进血液循环，使面瘫得以恢复。包括以下几个方面：

1. 促进血液循环：针灸可以刺激面部穴位，促进局部血液循环，从而提供足够的氧气和营养物质，帮助面部肌肉恢复正常。
2. 调整神经功能：针灸可以刺激神经穴位，对中枢神经系统产生调节作用，从而改善面部神经的功能状态。
3. 改善面部肌肉张力：针灸可以缓解肌肉紧张和痉挛，增强面部肌肉的弹性和收缩能力，使面部表情更加对称。

针灸治疗面瘫的效果因人而异。对于中枢性面瘫与病毒感染引起的周围性面瘫，可能需要持续较长时间才能起到明显效果。而对于面神经无菌性炎症引起的周围性面瘫，经针灸后 4 周左右即可出现疗效。总体而言，针灸治疗面瘫的效果通常可以改善面部肌肉的功能，并减轻疼痛和不适感。

三、针灸如何治疗面瘫

1. 选取穴位：在针灸治疗面瘫的过程中，穴位的选择是非常关键的。常用的穴位如地仓、颊车、牵正、阳白、四白、印堂等等。

(1) 地仓穴：位于面部，口角外侧，上直瞳孔。刺激此穴可以调节面部气血，有助于改善面瘫、面肌痉挛等症状。

(2) 颊车穴：位于面颊部，下颌角前上方，耳下大约一横指处。刺激此穴可以缓解面肌痉挛、牙痛等症状。

(3) 牵正穴：位于面部，耳垂前方 0.5 寸，与下颌骨关节距离的中点。刺激此穴可以改善面瘫、口角歪斜等症状。

(4) 阳白穴：位于前额部，眉上 1 寸，瞳孔直上的地方。刺激此穴可以调节面部气血，有助于改善面部肌肉松弛、水肿等问题。在前额部。

(5) 四白穴：位于面部，目正视，瞳孔直下，当眶下孔凹陷处。刺激此穴可以改善眼肌痉挛、眼疲劳等症状。

(6) 印堂穴：位于额部，两眉头之间连线中点。刺激此穴可以调节头部气血，有助于改善头痛、头晕等症状。

除了这些常用穴位，医师还会根据患者的具体情况，如面瘫的类型、病程长短等，灵活选择其他相关穴位以达到最佳治疗效果。

2. 针刺操作：针刺操作需要由经验丰富的中医师进行。他们通常会使用非常细的针，确保患者不会感到过多的疼痛。插入的深度和刺激的方式都会根据穴位和患者的反应进行微调。例如，顺转针可以增强气血流通，提插针可以调节气血平衡，而轻轻旋转针则可以起到舒缓肌肉紧张的作用。

3. 针灸疗程：针灸治疗面瘫不是一蹴而就的，需要连续多个疗程。每个疗程的次数和时间间隔都会根据患者的病情和恢复进度来定。通常，病情较重的患者可能需要更频繁的治疗，而病情较轻或处于恢复期的患者则可以适当减少治疗次数。一般来说，每周接受一到两次的治疗是比较常见的安排。

4. 针刺配伍：为了增强针灸的治疗效果，中医师常常会结合其他中医疗法进行治疗。例如：

(1) 中药熏洗：使用具有舒筋活络、祛风除湿的中草药进行面部熏洗，可以进一步促进面部血液循环和肌肉放松。

(2) 火针：一种将针尖加热后刺入穴位的治疗方法，其温热作用可以深入肌肉组织，有助于缓解僵硬和疼痛。

(3) 艾灸：通过燃烧艾叶对特定穴位进行热刺激，可以温通经络，促进气血流通。

根据不同的病情和个体差异，中医师会选择最适合患者的治疗方案，可能是单一疗法，也可能是多种疗法的组合。这样的综合治疗通常能够取得更好的效果。

四、注意事项和疗程

1. 寻求专业医师的帮助：针灸治疗应由经验丰富的中医师进行。

(下转第 64 页)

小儿哮喘别乱治，必须做好这些事

李 娅 邓 涛

成都市郫都区人民医院 611730

〔中图分类号〕R725.6 〔文献标识码〕A 〔文章编号〕2095-7165 (2022) 03-064-01

在临床上将小儿哮喘又称为支气管哮喘，是儿童时期比较常见的一种慢性呼吸道性疾病。小儿哮喘是由多种细胞以及细胞的组分共同参与的一种气道慢性炎症性疾病，这种慢性的炎症不仅会增加小儿患者的气道反应性，同时还会导致患儿出现广泛且多变的可逆性气流受限的情况，从而引发患儿出现反复喘息、气促、胸闷以及咳嗽的症状，并且这些症状多在夜间以及清晨发作。一般情况下这些症状都能够自行缓解或者在进行有效治疗后都能够很好改善。引发小儿哮喘的病因非常的复杂，主要与儿童的生活环境以及儿童自身的免疫功能、神经因素、精神因素以及内分泌因素和遗传因素等有关，多在 5 岁以下的儿童或者婴幼儿中常见。

一、诱发哮喘的因素

当患有小儿哮喘的患者接触到动物的毛发以及花粉、尘螨或者吃螃蟹、鸡蛋、牛奶、花生和鱼以及受到病毒和支原体的感染而导致呼吸道也出现感染，就会诱发哮喘的发作。同时不稳定的天气变化以及儿童自身的情绪波动、过度的运动或者药物的作用、粉尘等都会诱发儿童哮喘的发作。所以对于小儿哮喘的患者应该有效的避免这些能够诱发哮喘的危险因素，虽然有些因素只会导致小儿患者出现支气管痉挛的情况，但是有些因素则会加重疾病的发展，从而导致患儿出现死亡，所以应该加以重视。

二、哮喘治疗的误区

1. 大部分的家长都会认为是药三分毒，所以在小儿哮喘的患者病情好转以后就停止给孩子服用药物，其实这是不规范的治疗方法。因为擅自中断药物的使用会非常的危险，很有可能会引发患儿出现意外以及死亡的情况。所以家长一定要遵医嘱指导孩子服用药物。

2. 还有不少的家长在孩子发作哮喘以后，由于非常的担心和着急，所以就乱用药，通过自行购买所谓的中药对患儿进行治疗。但是，自行购买的中药中是含有一定量的激素的，服用这些药物以后只能暂时的缓解哮喘的症状，但是长期服用后会导致出现很多的副作用以及引起其他疾病的

情况，所以一定要合理的使用药物。

3. 有些家长知道采用激素进行治疗就会产生恐惧的心理，所以拒绝对孩子使用药物或者擅自停止药物的使用。但是糖皮质激素虽然起效快，但是副作用很小，并且也不会出现耐药的情况，能够很好的控制哮喘的情况，可以完全的放心并且长期的进行使用。

4. 只咳不喘就不是哮喘，在大家的印象当中，哮喘是肯定要喘的，但是在临床上哮喘的症状不单单只是喘，长期的慢性咳嗽也可能是哮喘，因为在哮喘中有一大类型叫做咳嗽变异性哮喘，这种哮喘的类型占哮喘病的 1/3，这类型的哮喘很容易与呼吸道感染以及气管炎发生混淆，从而延误疾病的最佳治疗时间。

三、规范的进行治疗，控制哮喘的发展

对于小儿哮喘的治疗方法可以通过吸入糖皮质激素以及联合支气管扩张剂、白三烯受体拮抗剂进行治疗，并且随身携带急救的药品如沙丁胺醇吸入剂，能够有效的控制哮喘的病情。目前我国对于哮喘治疗的技术已经非常的成熟，只要哮喘的患者进行规范的治疗，就能够完全的控制哮喘。在临床上大约有 80% 的患者进行规范的治疗以后，可以在几年甚至是几十年间都不发作 1 次，这种效果也相当于治愈的效果。

四、日常护理

对于小儿哮喘来说，家长应该尽量的减少患儿与花粉以及粉尘等过敏因素进行接触，减少诱发哮喘的因素，并且适当的为小儿哮喘的患者增减衣物，避免发生感冒的情况，同时还应该适当的进行运动，增强自身的免疫力，降低肥胖。家长应该定期的带领小儿哮喘的患者进行复诊，并且及时的根据病情来调整治疗的方案，掌握病情的发展。如果没有及时的对小儿哮喘进行治疗，就会导致小儿哮喘患者的气道出现不可逆性狭窄以及气道重塑的情况，严重时还会造成小儿哮喘患者出现气道广泛堵塞的情况，引发闭锁肺，所以应该进行早期的治疗和护理，对于小儿哮喘患者来说是非常重要的。

(上接第 63 页)

师进行，确保针灸操作安全有效。

2. 个体化疗程：面瘫的严重程度和原因不同，针灸治疗的疗程可能因人而异。在治疗开始前，医师将制定个体化的治疗计划。

3. 修复过程：针灸治疗需要一定时间来修复面部神经和肌肉的功能。治疗期间要保持耐心和稳定的心态。

此外，饮食调整、情绪管理和适当的运动也是面瘫康复的重要因素。与医生和其他康复专家密切合作，将针灸治疗

与综合康复计划结合，可以更好地促进面瘫的康复进程。

总的来说，针灸治疗面瘫是一种非常有效的中医疗法。通过选取特定的穴位，插入细针进行刺激，可以调节面部气血和神经功能，改善面部肌肉张力，从而缓解面瘫症状。同时，结合其他中医疗法如中药熏洗、火针或艾灸等，可以进一步增强治疗效果。虽然每个人的情况不同，但只要积极配合治疗，保持乐观的心态，就有可能恢复正常的面部功能。如果您或身边的人正在经历面瘫的困扰，建议尽快寻求专业中医师的建议和治疗。