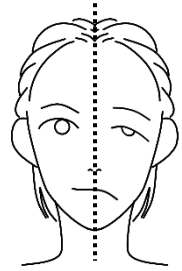


顔面神経麻痺のリハビリテーション

顔面神経麻痺とは、顔の筋肉を動かすための神経(顔面神経)が、麻痺を起こしてしまった状態の事です。

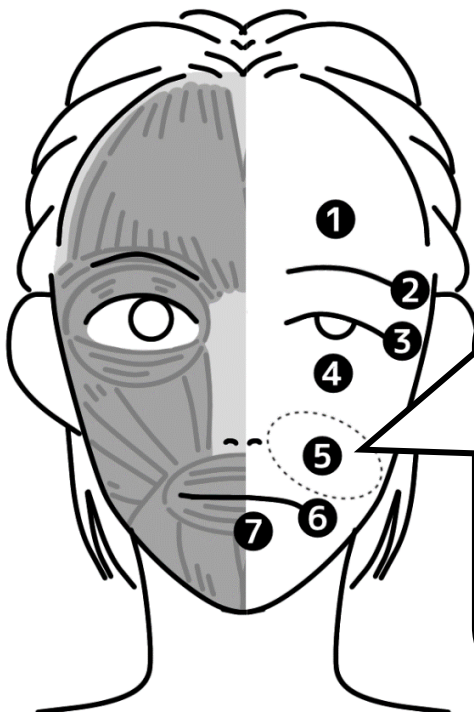
顔面神経麻痺になると、突然顔の片側だけで顔の筋肉を動かしにくくなり「目が閉じられない、眉が上がらない、口の端から水がこぼれる」といった症状が出てきます。他にも耳の痛み、難聴、耳鳴、めまい、味が変に感じるなどの症状が出ることもあります。



麻痺の影響で顔の筋肉をうまく動かせなくなるため、筋肉が痩せて固まってしまわないように、マッサージで筋肉を動かしてあげることが、顔面神経麻痺のリハビリテーションです。



無理に目を開けたり閉じたり、口元を動かしてしまうと、目元と口元を動かす神経が入れ違い、目や口がひきつるなどの後遺症になることがあります。
必要以上に動かさず、手でマッサージを行う程度に留めてください。



①～⑦の場所に指をあて各1分、上下・左右・ぐるぐると円を描きます。

皮ふではなく、筋肉をほぐすようにゆっくり触れていきます。



⑤はほうれい線の下を押さえ、ほほ全体を上引き伸ばすように動かします。

①～⑦まで各1回ずつマッサージしたら、もう一度同じように繰り返します。

※蒸しタオル等で血行をよくしてから行うと、より効果的です。

これを1セット(約5～10分)として、1日3回ほど行います。