

# Perifer facialispårese, øvelsesprogram til patienter med ansigtslammelse

*Ergoterapi*

*Patientinformation*

Fysio- og Ergoterapi



Region Syddanmark

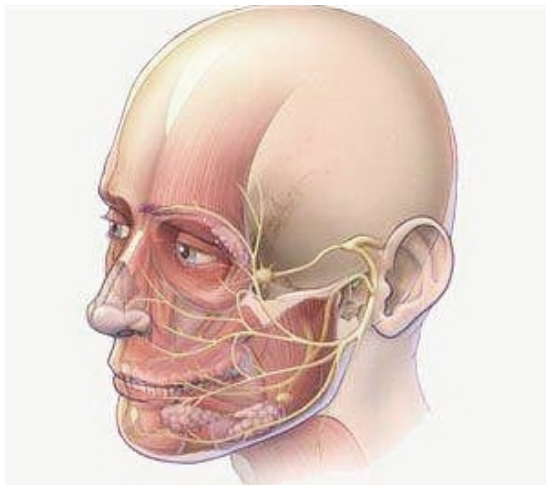
# Perifer facialispause

## Hvad er en perifer facialispause

En perifer facialispause er en ansigtsslammelse, som skyldes en skade af ansigtets nerve (nervus facialis) i dens forløb fra hjernen til musklerne i ansigtet. Lammelsen kan være perifer, det vil sige på grund af skade af nerven efter nervens afgang fra centralnervesystemet (hjernen), eller en central skade, der skyldes en skade i centralnervesystemet.

## Baggrund

Ansigtssneren ligner et "telefonkabel" og indeholder 7.000 individuelle nervefibre. Hver fiber bærer elektriske impulser til en bestemt ansigtssmuskel. Information fra denne nerve giver os mulighed for at grine, græde, smile eller rynke panden. Ansigtssneren bærer også nerveimpulser til tårkirtler, til spytkirtler samt til en muskel i mellemøret, hvor lammelse kan give lydoverfølsomhed. Endvidere overføres smag fra forsiden af tungen. Idet funktionen af ansigtssneren er så kompleks, kan der opstå mange symptomer, når fibrene af ansigtssneren skades.



## **Symptomer på ansigtslammelse**

Ansigtet vil se asymmetrisk ud, hvis kun den ene side er lammet. Der kan ses hængende mundvig samt pande og øjenomgivelser.

Følesansen kan være påvirket. Der kan have været forudgående ubehag eller smerter omkring øret, og der kan være ændret hørelse. Smagssansen på den forreste 2/3 af tungen kan også være påvirket.

En forstyrrelse af ansigtsnerven kan derfor resultere i trækninger, svaghed eller lammelse af ansigtet, tørhed i øjet eller i munden, eller forstyrrelse af smag.

Følgende bevægelser kan ikke eller kun vanskeligt udføres:

- Smile
- Puste kinderne op
- Spidse læberne
- Knibe øjnene sammen
- Rynke panden

## **Behandling**

Skyldes ansigtslammelsen en infektion med virus eller bakterier, skal der behandles med antibiotika rettet mod den mikroorganisme, der har forårsaget lammelsen. Skyldes lammelsen en irritation af nerven gives der medicin som mindsker irritation og hævelse.

Det kan være nyttigt, at man træner ansigtsmuskulaturen.

## **Prognose**

De lettere lammelser bedres ofte i løbet af 4-6 uger. De mere omfattende lammelser kan vedvare i mellem 3-9 måneder - nogle gange længere. Selv om man ikke bliver bedre før efter længere tid, er der fortsat chancer for, at man bliver helt rask.

## **Hvis lammelsen ikke går helt væk**

Operation kan afhjælpe gener efter en ansigtslammelse. Mimikken i ansigtet kan reetableres ved forskellige metoder f.eks. en nervetransplantation fra underbenet til ansigtet.

## **Målet med øvelserne**

Målet med øvelserne er at vedligeholde og/ eller forbedre ansigtsmimikken.

- Træn 3 gange dagligt og gentag hver øvelse 10 gange
- Sæt dig foran et spejl
- Lav øvelserne langsomt og roligt
- Skift mellem at holde muskelspændingen i ca. 3 sek. og slap af

Det kan være en god ide, at hjælpe bevægelserne på vej - eller hæmme en eventuel overaktiv side.

## **Vejledning:**

Det er muligt at få vejledning eller en opfølgning i forhold til øvelsesprogrammet hos en ergoterapeut, hvis der er behov for det.

# Øvelsesprogram

Rynk panden (se vred ud).



Løft øjenbrynene (se overrasket ud).



Knib øjnene sammen.



Spær øjnene op.



Rynk på næsen.



Lav spids-mund (tysse på).



Overlæbe over underlæbe.



Underlæbe over overlæbe.



Smil med lukkede læber.



Smile med åbne læber.



Puste begge kinder op.



Skifte luft fra kind til kind.





Træk mundvigene nedad.



Sug kinderne ind.



Puste/ fløjte.



Suge luft ind/ suge af sugerør.



Gab højt - slap af.



Udspænd kinden med pegefingeren.





Billedmateriale i denne folder er trykt med tilladelse fra CADDI Exercise Planning

Vejle Sygehus  
Terapiafdelingen  
Beriderbakken 4 . 7100 Vejle  
Tlf. 7940 5000  
[www.vejlesygehus.dk](http://www.vejlesygehus.dk)

## **Kommentarer, ris eller ros.**

Hvis du har kommentarer, ris eller ros i forhold til dine oplevelser med din genoptræning og/eller indholdet i denne pjece, er du velkommen til at kontakte afdelingsledelsen skriftligt og gerne på mail.

Kommentarerne indgår i en løbende evaluering og kvalitetsforbedring af afdelingens tilbud og behandling.

Send sikker mail til Fysio- og Ergoterapien via dette link:  
[www.sygehuslillebaelt.dk/wm468503](http://www.sygehuslillebaelt.dk/wm468503)