

Težavo odpravi akupunktura

PAREZA

OBRAZNEGA ŽIVCA

PIŠE: MAŠA MARUŠA CVELBAR

Pareza obraznega živca (pogost izraz je tudi »paraliza obraza«) je nevrološka težava, ki se pojavi čez noč pojavi kot negiben in povešen obraz, največkrat samo na eni strani obraza. To bolezensko stanje se izjemno dobro odziva na zdravljenje z akupunkturo. Če se pacient zgledi pri zdravniku kitajske medicine takoj, ko se težave pojavijo, se stanje normalizira že po nekaj akupunkturah in tako se zmanjšajo možnosti za trajne posledice.



FOTO: JANI PERNELJ

»Pareza obraza ima zelo negativen učinek na kakovost bolnikovega življenja. Obrazna masaža in akupresura je način, kako lahko čim več naredimo sami, ko pride do te težave. Obstaja posebna masaža za parezo obraza, ki je odličen način za izboljšanje tonusa obraznih mišic. Masaža tudi preprečuje hiranje in atrofijo obraznih mišic. Tuina terapijska masaža pomaga tudi pri hitrejšem okrevanju pri pacientih, ki imajo začasno parezo obraza,« poudarja **Chen Shan**, zdravnik Centra za tradicionalno kitajsko medicino v Ljubljani, Novem mestu in Novi Gorici, specializiran za terapijsko masažo.

Pareza obraznega živca (pareza facialisa, bellova paraliza) nastane kot posledica poškodbe obraznega živca, ki nadzira mišice ene strani obraza. To povzroči, da mišice popustijo in postanejo ohlapne ter se povesejo. Po zahodni medicini je vzrok za to stanje lahko okužba z virusom (herpes zoster, herpes simpleks) ali bakterijska okužba (lymska borelijoza, ki jo prenašajo klopi), vnetje srednjega ušesa ali tumorja slušnega živca. Največkrat pa nastane zato, ker navadni prehlad prizadene tudi ovojnico obraznega živca, tako da ni več mogoča normalna oživčenost mišic obraza na prizadeti strani in polovico obraza »potegne v stran«.


Več hkratnih težav z delovanjem obraznih mišic

Pareza zaradi ohlapnih obraznih mišic prizadene tudi bolnikov občutek za okus, izločanje sline, premikanje jezika in vpliva na zapiranje vek ter solzenje. Najbolj pogosto se pojavlja pri mlajših odraslih, starejših ljudeh, sladkornih bolnikih in nosečnicah, vendar se lahko zgodi komurkoli. Težava pogosto izzveni sama od sebe, kadar pa ostanejo trajne posledice, kot je povešenost obraza, je to za bolnika zelo travmatično. Tudi sam nastop te bolezni je za človeka zelo velik šok, saj se pojavi nenadoma, največkrat čez noč, brez očitnih opozorilnih znakov. Bolniki se še posebej ustrašijo, saj običajno zamenjujejo to bolezen s kapjo,

kar pa to ni. Večina ljudi s tako boleznijo se zbudi z negibnimi mišicami obraza, pred tem pa niso opazili nobenih opozorilnih znakov ali pa so jih spregledali, saj niso tako očitni (bolečina v vratu, za ušesom, v zatilju). Ljudje, ki jih je prizadela pareza obraznega živca, imajo lahko več hkratnih težav z delovanjem obraznih mišic: nenadzorovano zapiranje oči, oteženo hranjenje ali smejanje, slinjenje, otežen in nerazločen govor. Stanje se lahko izboljša samo od sebe v nekaj tednih. Medtem ko bolnik čaka, da se stanje izboljša samo od sebe, obstaja nekaj učinkovitih in naravnih načinov, kako pospešiti proces okrevanja. Zagotovila, da bo dejansko sledilo izboljšanje samo po sebi, ni, pri mnogih bolnikih pareza »zastara« in obrazne mišice za zmeraj ohlapno visijo.

Akupunktura za hitrejše in zanesljivo okrevanje

Znotraj tradicionalne kitajske medicine (TKM) je glavni vzrok za nastanek te bolezni t.i. »vdor vetra in mraza« (kitajsko ime za navadni prehlad) v predel obraza. Da do tega pride, mora pri bolniku že prej obstajati določena dovzetnost za prehlad, telesna šibkost oziroma oslABLJENA vitalna energija (či). Na Kitajskem se akupunkturo že tisočletja uspešno uporablja za okrevanje po parezi obraza. Cilj te terapije je odstraniti veter in mraz iz telesa, kakor tudi okrepiti telesno energijo ter pospešiti dotok krvi



Zdravnica Huang Youmin iz Centra TKM v Ljubljani pravi, da je najbolj priporočljiva terapija akupunkture v kombinaciji z masažo. Poleg tega pravi, da je priporočljiv, če ne celo obvezen, diagnostični pregled pri zdravniku TKM, saj so zelo pomembna tudi zelišča. Lahko se masira nekaj akupresurnih točk na obrazu in izvaja mokso (ogrevanje točk s cigaro divjega pelina) po telesu na točkah duqi, zusanli, hegu, quchi. Trajanje akupunkture je odvisno od tega, kako dolgo že traja pareza obraza; če traja manj kot en teden, se dela akupunkturo na tisti strani, ki ni prizadeta, če traja že dlje časa, pa lahko tudi na prizadeti strani.

k obrazu in po samem obrazu. To so pogoji, da lahko začnejo obrazne mišice zopet normalno delovati. Dosledno izvajanje akupunkture (priporočljivo je izvajanje dva- do trikrat na teden) pomaga ublažiti bolnikove težave, zmanjša možnosti trajnih posledic na obrazu in izboljša delovanje obraznih živcev in mišic. Bolniki, ki jih je prizadela pareza, imajo nekaj tednov časa, da bolezen izzveni. Počitek doma in odmik od vsakodnevnih opravil bodo pripomogli k hitrejšemu okrevanju, vendar ni zagotovo, da bo pareza sama od sebe izzvenela. Zato je TKM z akupunkturo in naravnimi zeliščnimi pripravki zagotovilo za hitrejše in bolj zanesljivo okrevanje. Daljše je okrevanje po kroničnih oblikah pareze obraznega živca. Pri t.i. centralni parezi obraznega živca (po možganski kapi) akupunktura pospeši sicer normalen potek zdravljenja. Trigeminalna nevralgija je stanje, kjer imajo pacienti hude, ostre bolečine v predelu ene od vej obraznega živca. Zahodna medicina te težave zdravi z visokimi odmerki analgetikov, medtem ko akupunktura ponuja izjemno učinkovito zdravljenje brez uporabe protibolečinskih sredstev. Že po nekaj obiskih se bolečina

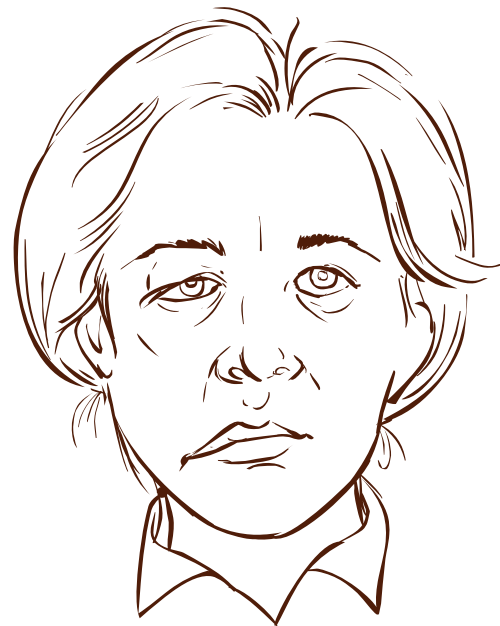
precej zmanjša, težave po končani terapiji izginejo in se praviloma ne ponavljajo.

Zelišča obnovijo delovanje živčnega sistema

Kitajska medicina s pravilno uporabo zdravilnih zelišč lahko zelo pomaga pri parezi, obnovi delovanje živčnega sistema, preprečuje psihični stres (dokazano poslabšuje paralizo obraza) in zagotovi terapevtski učinek tudi na nivoju večje odpornosti pacienta in boljšega zdravja. Seveda mora zelišča predpisati zdravnik kitajske medicine, specializiran za zeliščno medicino.

Tuina masaža za lajšanje simptomov

Nežna, a strokovno izvedena masaža področij obraza, ki so prizadeti in vsakodnevno izvajanje vaj za obrazne mišice lahko učinkovito pomagajo pri odpravljanju težav. Poleg vsega naštetega pripomore k hitrejšemu in uspešnejšemu okrevanju tudi masaža celega telesa. Stres poslabšuje stanje in lahko povzroči ponovitev bolezni, zato je sproščujoča masaža celega telesa zelo pomembna pri zdravljenju. □



Ljudje, ki jih je prizadela pareza obraznega živca, imajo lahko več sočasnih težav z delovanjem obraznih mišic: nenadzorovano zapiranje oči, oteženo hranjenje ali smejanje, slinjenje, otežen in nerazločen govor.