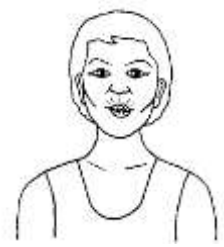
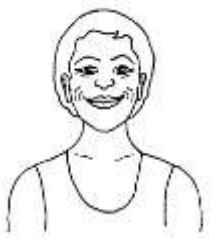
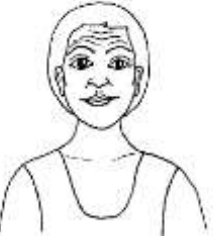


顏面神經麻痺之復健運動

 抿嘴運動 抿嘴，並將嘴角往兩邊移動，保持這個動作約 10 秒，再放鬆。重覆 10 次。	 皺眉運動 將眉頭和鼻頭皺起，類似生氣的表情，保持這個動作約 10 秒，再放鬆。重覆 10 次。
 嚼嘴運動 輕輕的嚼嘴，像在吸吸管一樣，保持這個動作約 10 秒，再放鬆。重覆 10 次。	 頸闊肌運動 將嘴角往下拉，並將頸部的肌肉繃緊，保持這個動作約 10 秒，再放鬆。重覆 10 次。
 微笑運動 嘴唇閉著，嘴角上揚微笑，保持這個動作約 10 秒，再放鬆。重覆 10 次。	 眨眼運動 先將一個眼睛閉起來，然後換眼。重覆 10 次。
 揚眉運動 眼球向上看，眼睛維持打開，眉頭上揚，保持這個動作約 10 秒，再放鬆。重覆 10 次。	 提頰運動 將臉頰的肌肉向上提，注意不要使鼻頭產生皺紋，保持這個動作約 10 秒，放鬆。重覆 10 次。