

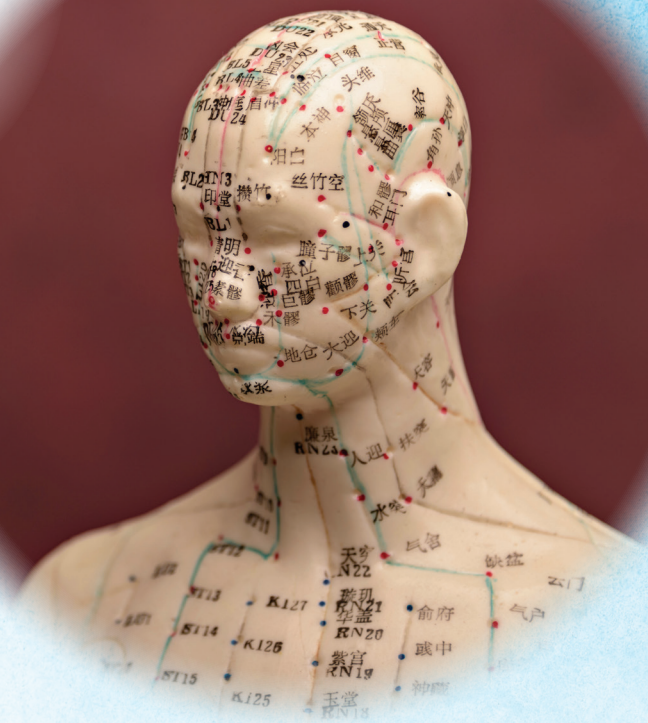


撰文◎張育瑄／專訪◎曾怡嘉

中醫

治什麼？

系列專題之一



臉痠、緊、痛，中醫來幫忙！

不少人曾因反反覆覆發作的臉痛、頭痛，或是痠、緊等怪怪的感覺，白天吃不下飯，夜晚無法安眠。恩主公醫院中醫部曾怡嘉醫師表示，曾有顫顎關節症候群的患者，因為咀嚼時臉部感到痠及疼痛，想吃又害怕，十分難受，經轉介至中醫門診處理疼痛及肌筋膜問題，重拾想吃就吃的愉快生活。也曾有原因不明的臉痛麻患者，痛了快一年，經中醫治療後，在兩個月內明顯減輕疼痛，生活品質改善不少。

成因複雜 需跨科診斷

臉痛不就是臉在痛嗎？為什麼會複雜？曾怡嘉醫師舉例，當天氣變化時容易打噴嚏、流鼻水，眼睛、鼻子癢，很可能就是過敏性鼻炎，進一步檢查診斷後通常也八九不離十。但當病人自述臉痛、或臉感覺到痠、緊、麻等不適感時，卻有多種可能的病因，由於不同病因會有不同的治療方式組合，因此患者有時需要西醫專科來鑑別診斷，例如口腔顎面外科等。

門診中有些患者能找到明確的病因，而某些患者在接受各項西醫專科檢查後，雖排除了一些可能的疾病，但仍找不出明確的原因，只能任由異樣的面部不適感影響日常生活。

經絡不通 痠緊痛上門

中醫認為，無論患者經過檢查後是否找到原因，只要感覺「臉痛、怪怪的、不舒服」就代表身體出了狀況，且有跡可循。曾怡嘉醫師指出，臉部的痠、緊、痛通常不單是臉部局部出了問題，而是全身積累的失衡狀況在臉部一次爆發出來。這與整體體質失去平衡、以及多處經絡不通有很大的關連性。

俗話說：「頭痛醫腳，腳痛醫頭。」我們頭部的側邊、前後、臉上，有許多條不同的經絡經過，並遊走到身體各處，如手、腳等。所以當我們身體有任何一個地方失衡、經絡堵住不通了，就會連帶影響到整個頭臉部的正常氣血循環。

剛開始可能不會感覺到明顯異狀，或只是偶爾冒出「好像怪怪的」的念頭，但是久而久之，頭面部的經絡愈來愈不通、氣血循環愈來愈差，最後再加上一個誘因，例如：咬了比較硬的東西、壓力大、熬夜等，就成為壓倒駱駝

的最後一根稻草，臉開始產生疼痛、痠、緊等難受感。

疼痛不要忍 中醫可幫忙

曾怡嘉醫師表示，中醫門診有許多因臉部「痠痠緊緊怪怪的」或是「疼痛」而前來就醫的患者，一部分患者已經由西醫鑑別診斷，找出了什麼疾病、做過一些治療，但仍然覺得臉痛、痠、緊或怪怪的；還有一部分人則是經過多個西醫專科檢查後還是找不出原因，但備受疼痛或臉部痠緊等不舒服感折磨。

經曾怡嘉醫師在臨床經驗上的整理，中醫可以輔助治療的疾病及症狀包含：

一、頭面部異常感覺：

（一）查不出原因的頭面部疼痛、痠、緊，或怪怪的感覺

（二）三叉神經痛

（三）顳顎關節疾患／顳顎關節症候群或是一些診斷為原發性頭痛的患者，例如：偏頭痛、緊張型頭痛、叢發型頭痛

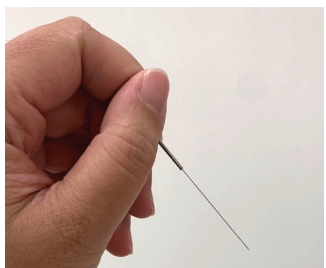
二、顏面部神經肌肉失調：

中醫也可以促進面部神經肌肉功能的協調跟恢復，例如顳顎關節症候群與肌筋膜有關的嘴巴張不大、開不順，或是貝爾氏顏面神經麻痺等。

其中，顳顎關節疾患對多數人來說是個陌生名詞，曾怡嘉醫師表示：「其實很多患者有這個問題，卻不知道該看哪一科，只好一直忍耐。」患有顳顎關節症候群的病人，經常有嘴巴打不開或打開時有喀喀聲、無法順暢移動下巴、吃東西會痛，還可能同時伴隨著側邊的頭痛、顳顎關節附近痛、肩頸僵硬、磨牙等症狀，由於拖久了會延伸出來其它問題，所以仍建議要積極治療。

改善不適 恢復功能

中醫在治療中的角色主要是改善頭面部的疼痛、不舒服，並促進頭面部神經肌肉功能的協調跟恢復。回顧前文，全身經絡會影響面部的氣血循環，因此中醫的治療方式以「綜觀整體，兼顧局部」為主，也就是用中醫的方式把全身跟頭面局部都盡量調整到氣血通暢、經絡協調平衡的狀態，以達到治療效果，而且通常一週只需回診一到兩次即可。



中藥、針灸，兼顧局部與整體，調理身體、通暢經絡。適用大多數病人。



雷射針灸，非侵入性治療，無痛、安全、省時。適合身體虛弱、怕針、需加強局部患處之恢復的病人。

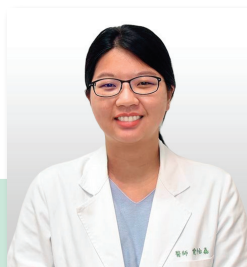


外用中藥貼布或中藥熱敷包（中醫部自研），適合伴有肩頸僵硬的病人。

以上是曾醫師在門診經常使用的治療方法，每位患者的體質及狀況不同，因此在臨床上會選擇不同的治療方式與組合，以達到最佳療效。

善待自己 好好生活

由於目前有研究資料顯示：壓力、睡眠差等等因素，跟某些頭面部疾病如顱顎關節疾患有著顯著的關聯。因此曾怡嘉醫師提醒，要避免復發或患病的最好方式，就是「吃好、睡好，善待自己」，把全身照顧好了，身體各部位才不會常常有狀況喔！🟢



姓名 曾怡嘉

現職 中醫部針傷科主治醫師

長庚中西醫雙主修，現任恩主公中醫部針傷科主治醫師。專長於頭面部疾病（三叉神經痛、顱顎關節疾患、復發性口瘡、面癱後遺症、偏頭痛等）、慢性疼痛、自律神經失調、無痛雷射針灸，與中醫體質調理。



掃我看影片版