

Informationen für PatientInnen mit Fazialisparese (Lähmung der Gesichtsmuskulatur)

PHYSIOTHERAPIE

Die Rückbildung der Lähmung der Gesichtsmuskulatur erfordert viel Zeit und viel Geduld.

Ausdauer, regelmäßiges und häufiges Training unterstützen den Heilungsprozess.

Durch die Lähmung der Gesichtshälfte ergeben sich für Sie u.a. Probleme beim Essen und Trinken. Es ist völlig normal, dass Sie die Nahrung in Ihrem Mund nicht kontrollieren können und Speisen und Flüssigkeiten wegen des fehlenden Lippenschlusses teilweise herauslaufen.

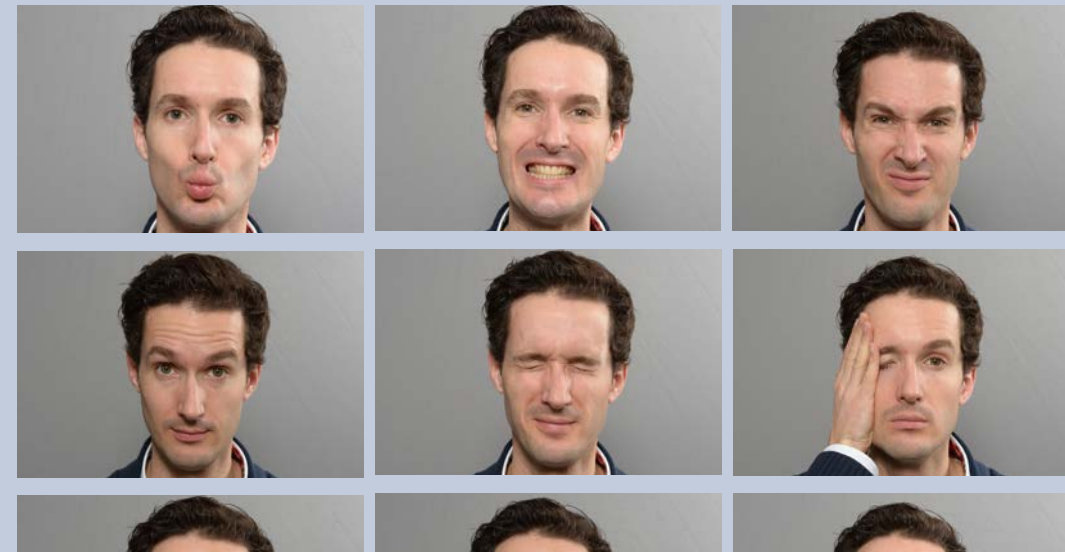
- Setzen Sie sich beim Essen aufrecht hin
- Teilen Sie Ihre Mahlzeit in kleinere Häppchen auf
- Nahrungsmittel lassen sich leichter aufnehmen als Flüssigkeiten
- Konzentrieren Sie sich auf das Kauen und schlucken Sie bewusst
- Unterstützen Sie den Lippenschluss mit der Hand
- Beim Trinken achten Sie besonders darauf, kleine Schlückchen zu sich zu nehmen. Versuchen Sie hauptsächlich mit der nicht betroffenen Seite zu trinken, vielleicht mit einem Strohhalm.
- Nach dem Essen sollten Sie jedesmal den Mund ausspülen und mit der Zunge die Wangentaschen kontrollieren. Achten Sie auf eventuelle Verletzungen und Speisereste in der Mundhöhle; evtl. mit Spiegel kontrollieren.

Evangelisches Klinikum Bethel

Physiotherapie
Burgsteig 13
33617 Bielefeld

Stempel

Version 05



Fazialisparese

(Lähmung der Gesichtsmuskulatur)
Informationen und physiotherapeutische Übungen für Patientinnen und Patienten

Physiotherapeutische Übungen

Die nachfolgenden Übungen sollten Sie mehrmals täglich vor dem Spiegel wiederholen – jede Übung wird für ein paar Sekunden kurz mit max. Kraft gehalten und ca. 5 mal wiederholt.

Es handelt sich hier um Grundübungen. Ihr persönliches Übungsprogramm sprechen Sie bitte mit Ihren PhysiotherapeutInnen ab.

Ihre Hand als Trainingspartner:



Mund spitzen



Mund breit ziehen



Nase kraus ziehen



Nase kraus ziehen
(mit Finger unterstützen)



Augenbrauen hochziehen



Augen zukneifen



Mit flacher Hand über die Gesichtshälfte streichen



mit flacher Hand auf die Gesichtshälfte klopfen



Wangen „aufpusten“



Wangen einziehen



Bleistift halten



die Fingerspitzen von der Nase zu den Ohren nach außen ziehen.