

一月 107 个病例 他们“有口难开”

医生：颞下颌关节功能紊乱，长期颈前倾、单侧咬合等为诱因

文章来源 / 东南早报

爱吃零食的妈妈吃过坚果后发现再难张大嘴巴；18岁的小伙子一觉醒来发现有口难开，脸还歪了；63岁的老人牙疼一段时间后发现自己鸡蛋、馒头都难塞进嘴巴里……生活中很多人在不经意间遭遇了“有口难开”的困扰，还不知道该去哪里诊治。

记者从泉州市正骨医院康复科了解到，“有口难开”医学上称为颞下颌关节功能紊乱，该院7月份一个月就接诊了107例。

A04 | 泉州新闻·社会

2023年8月21日 星期一 编辑：陈伟 校对：阮斌 版式：李强 107个病例

一月107个病例 他们“有口难开”

医生：颞下颌关节功能紊乱，长期颈前倾、单侧咬合等为诱因

医线报道

泉州正骨医院康复科副主任吴昌跃 吴昌跃

“那段时间晚上睡觉，嘴巴总是张不开，感觉像是牙根卡住了，后来拍照发现脸一边大一边小。”18岁的小张是一名住校的高中生，发现自己张口偏歪伴关节弹响2个月了才就医。

“就吃了一点坚果，吃完发现左边牙关节疼痛，只能微微张口，张口或咀嚼时很疼。”40岁的刘女士说，那次吃完坚果后，嘴巴只能张开约2个手指的宽度，那段时间她只能吃稀饭、牛奶等流食，自己在家热敷按摩都不见好，拖了一周才就医。

“吃鸡蛋、馒头都只能剪成小块才能放进嘴巴里，根本张不开口。”63岁的李大爷出现这样的情况已经一个多月了，之前是牙疼，他拖着没有看，一直靠一边牙齿咬合。一个月前出现颞颌部疼痛，无法正常张嘴吃饭，家人带他看过牙科、耳鼻喉科都没能治好，最后在一位医生的建议下他才到正骨医院康复科进行治疗。

“63岁大爷开口难 馒头剪小块才能入口”

“那段时间晚上睡觉，嘴巴总是张不开，感觉像是牙根卡住了，后来拍照发现脸一边大一边小。”18岁的小张是一名住校的高中生，发现自己张口偏歪伴关节弹响2个月了才就医。

“就吃了一点坚果，吃完发现左边牙关节疼痛，只能微微张口，张口或咀嚼时很疼。”40岁的刘女士说，那次吃完坚果后，嘴巴只能张开约2个手指的宽度，那段时间她只能吃稀饭、牛奶等流食，自己在家热敷按摩都不见好，拖了一周才就医。

“吃鸡蛋、馒头都只能剪成小块才能放进嘴巴里，根本张不开口。”63岁的李大爷出现这样的情况已经一个多月了，之前是牙疼，他拖着没有看，一直靠一边牙齿咬合。一个月前出现颞颌部疼痛，无法正常张嘴吃饭，家人带他看过牙科、耳鼻喉科都没能治好，最后在一位医生的建议下他才到正骨医院康复科进行治疗。

“长期颈前倾、单侧咬合等为发病诱因”

“那段时间晚上睡觉，嘴巴总是张不开，感觉像是牙根卡住了，后来拍照发现脸一边大一边小。”18岁的小张是一名住校的高中生，发现自己张口偏歪伴关节弹响2个月了才就医。

“就吃了一点坚果，吃完发现左边牙关节疼痛，只能微微张口，张口或咀嚼时很疼。”40岁的刘女士说，那次吃完坚果后，嘴巴只能张开约2个手指的宽度，那段时间她只能吃稀饭、牛奶等流食，自己在家热敷按摩都不见好，拖了一周才就医。

“吃鸡蛋、馒头都只能剪成小块才能放进嘴巴里，根本张不开口。”63岁的李大爷出现这样的情况已经一个多月了，之前是牙疼，他拖着没有看，一直靠一边牙齿咬合。一个月前出现颞颌部疼痛，无法正常张嘴吃饭，家人带他看过牙科、耳鼻喉科都没能治好，最后在一位医生的建议下他才到正骨医院康复科进行治疗。

刊登于 2023 年 8 月 21 日东南早报 A04 版

63 岁大爷开口难 馒头剪小块才能入口

那天趴在桌上午睡，睡醒之后要喝水就感觉张不开口，感觉像是牙根关节卡住了，后来拍照发现脸一边大一边小。”18岁的小张是一名住校的高中生，发现自己张口偏歪伴关节弹响2个月了才就医。

“就吃了一点坚果，吃完发现左边牙关节疼痛，只能

微微张口，张口或咀嚼时很疼。”40岁的刘女士说，那次吃完坚果后，嘴巴只能张开约2个手指的宽度，那段时间她只能吃稀饭、牛奶等流食，自己在家热敷按摩都不见好，拖了一周才就医。

“吃鸡蛋、馒头都只能剪成小块才能放进嘴巴里，根本

张不开口。”63岁的李大爷出现这样的情况已经一个多月了，之前是牙疼，他拖着没有看，一直靠一边牙齿咬合。一个月前出现颞颌部疼痛，无法正常张嘴吃饭，家人带他看过牙科、耳鼻喉科都没能治好，最后在一位医生的建议下他才到正骨医院康复科进行治疗。

长期颈前倾

单侧咬合等为发病诱因

“7月1日到8月1日，一个月共有107例这样的病例，平均每天都有三五个病人，很多人是不知道去哪看，所以拖了很久才来看。”泉州市正骨医院康复科副主任医师吴昌跃介绍，这种病症在医学上称为“颞下颌关节功能紊乱”。

他介绍，颞下颌关节就像是脸部的“活动连接点”，它位于耳朵前面，帮助我们张嘴、咀嚼以及进行各种脸部表情。当这个关节发生问题时，就会引发颞下颌关节功能紊乱，主要症状包括张口弹响、颌面部疼痛、张口受限、咀嚼困难、大小脸，不同程度地影响吃饭、说话，

严重的甚至造成脸型改变。

“原因有很多，比如现代人电脑办公或刷手机，常有颈前倾的姿势，长期维持这个姿势会引发颞颌关节功能紊乱。”吴医生表示，长期单侧咀嚼、常咬硬物、低头、大张口、牙齿不齐、情绪紧张等等都可能引发颞颌关节功能紊乱。

他提醒，生活中如果有颞下颌关节疼痛或者张口受限（小于3横指），要及时寻医救治。一般来说，结合物理因子治疗、手法治疗和运动治疗，两个疗程就能见效。平时要注意保持良好的坐姿、站姿，避免过度咀嚼硬物，保持双侧咀嚼，减少牙关紧闭和颌面部紧张等。

供稿 / 疼痛微针科 涂银勇 王金鑫

警惕“缠人”的“飞蛇”！

“医生，我的这颈椎跟右上肢疼痛了十来天了，在外院拍了颈椎MRI，医生告诉我是颈椎间盘突出压迫神经了，吃了快一周的止痛药，还是疼得厉害，这几天还伴有烧灼感，尤其晚上更是疼得睡不着，您赶紧帮我治疗一下。”

近日，我院疼痛微针科涂银勇医生出诊时接诊了一位68岁阿伯，经过查体，发现患者右侧肩背部及右上肢前侧长满了水泡，原来患者不是颈椎间盘突出压迫神经引起的疼痛，而是因为带状疱疹所致。



带状疱疹，多发生在身体一侧



一般不超过正中线

什么是带状疱疹

带状疱疹在民间俗称“缠腰龙”或“飞蛇”，主要是由水痘-带状疱疹病毒（Varicella-zoster virus, VZV）感染引起的。

这种病毒长期潜伏于人体内，当人体免疫力良好时，病毒不被激活，若是由于免疫力下降，比如劳累、失眠、感冒、化疗、手术后等情况均容易引起潜伏的病毒再活化、大量复制并沿感觉神经纤维转移，向所支配的皮节扩散到皮肤，引起带状疱疹，它具有一定的传染性，临床上主要表现为在皮肤上有局限性簇集样小水泡，最常见于颜面部、肋间、四肢等周围神经节段分布区域。



治疗后，疱疹逐渐结痂脱落

经过系统治疗，患者疼痛缓解，疱疹已消退

哪些人群或者因素容易得带状疱疹？

1. 50岁以上的中老年人
 2. 免疫力低下或缺陷的人群
 3. 长期工作压力大或过度疲劳的人群
 4. 患有系统性疾病（如糖尿病、高血压等）人群
- 考虑带状疱疹病毒生长速度较快，故应该及时干预治疗，告知患者具体病因及治疗方案

后，患者接受了住院治疗，住院期间，医生给予局部中药外用擦剂促进疱疹结痂，口服抗病毒及营养神经药物，因患者疼痛剧烈，故医生选择在彩超下行疱疹对应的颈神经根封闭注射术治疗，经过一周治疗，患者疼痛明显减轻，右上肢的疱疹逐渐结痂脱落，患者满意出院。

什么情况下的疼痛要高度怀疑带状疱疹引起的？

涂医生介绍，由于带状疱疹初期以疼痛表现为主，患者如果疼痛部位在颈、腰部及四肢，往往容易误认为椎间盘突出压迫神经所致，而带状疱疹的疼痛程度一般呈进展性，有时疼痛部位可伴有瘙痒、灼

热感，尤其是夜间疼痛更甚，一般7天左右皮肤可见散在水疱，初次感染可伴全身症状，如乏力、发热、头痛、食欲不振、睡眠不佳等，如果患者有以上症状，应高度怀疑带状疱疹引起。

当患上了带状疱疹后，除了寻找医生及时干预治疗外，平时我们自己还需要注意什么呢？

涂医生说道，一是饮食方面，发病期间宜清淡饮食，避免进食辛辣刺激食物，可适当多食蔬菜、水果；二是运动方面，早期因为疼痛因素，肢体不敢活动，造成人体运动的失能，或造成了部分肌肉萎缩，肌力下降，建议带状疱疹患者在情况允许之下，要恢复肢体正常运动，避免长时间不活动

造成废用性萎缩，影响日常生活；三是避免熬夜，规律作息，保证充足睡眠。

如果早期治疗不及时，带状疱疹皮疹愈合后会持续1个月及以上的疼痛，进入带状疱疹后遗神经痛（Postherpetic Neuralgia, PHN），这种疼痛的治疗会显得更加棘手。