



حضرت إلى قسم الطوارئ بسبب ضعف في جانب واحد من وجهك. فحصك الطبيب ويرى أن السبب هو شلل بل وليس جلطة دماغية. توضح لك هذه الورقة ما تتوقعه وكيف تحمي عينك.

ما هو؟

شلل بل هو ضعف مفاجئ في عضلات جانب واحد من الوجه، يحدث عندما يلتهب العصب الذي يحرّك هذه العضلات، وغالباً بعد عدوى فيروسية. قد لا يُغلق جفنك تماماً، وقد تشعر بصعوبة عند الأكل أو الشرب. يبدأ معظم الناس بالتحسن خلال أسابيع قليلة ويتعافون تماماً خلال بضعة أشهر.

كيف تعتني بنفسك في المنزل

- احم عينك: إذا لم تُغلق تماماً، استخدم قطرات العين نهاراً ومرهم العين ليلاً.
- أغلق الجفن برفق بشريط لاصق ليلاً أو ضع رقعة على العين كما أوضح لك الطبيب.
- ارتد نظارة عادية أو شمسية في الخارج لحماية عينك من الغبار والهواء.
- تناول طعاماً طرياً وامضغ على الجانب الآخر، وتأكد من عدم بقاء طعام داخل خدك.
- دلك وجهك برفق وتمرن على حركات الوجه أمام المرآة عندما تستطيع ذلك.

المتابعة

- راجع الطبيب العام أو المركز الصحي خلال أسبوع واحد.
- راجع طبيبك مرة أخرى إذا لم يحدث أي تحسن بعد 3 أسابيع.
- راجع طبيب العيون قريباً إذا احمرت عينك أو تألمت أو أصبحت رؤيتك مشوشة.

الأدوية

- حبوب الكورتيزون التي تبدأ في الأيام الأولى قد تساعد العصب على التعافي. أكمل العلاج كما وُصف لك.
- استخدم قطرات ومرهم ترطيب العين بشكل متكرر، واتبع التعليمات على العلبة أو تعليمات طبيبك.

عُد إلى قسم الطوارئ أو اتصل بالإسعاف فوراً إذا:

- ضعف أو خدر في الذراع أو الساق
- صعوبة في الكلام أو تشوش ذهني أو صعوبة في فهم الكلام
- احمرار العين وألمها أو تغيير في النظر
- صداع شديد أو دوخة أو صعوبة في المشي
- رؤية مزدوجة، أو صعوبة في البلع أو الشترق عند الشرب
- انتشار الضعف إلى جانبي الوجه

