

嘴巴張不開 顛顎關節退化惹禍

文/口腔顎面外科 呂明怡 醫師

40歲的李小姐在高二時嘴巴突然張不開，連最愛吃的漢堡和玉米都沒法張口吃，有時張開嘴巴會有卡卡的聲音，吃了醫師開的肌肉鬆弛劑後情況有改善，因此不以為意。八年前開始雙頰顛顎關節處疼痛，動不動就頭痛、肩頸痠痛，甚至頭暈想吐，吃鬆弛劑也不見改善，最後甚至無法上班工作，晚上也睡不著，讓她痛不欲生。到本院口腔醫學部檢查，發現李小姐顛顎關節骨被嚴重破壞，長期顛顎關節退化造成無法張口咬合無力，經施打玻尿酸後明顯改善顛顎關節卡卡問題，也讓她可以順利張口吃玉米了。

顛顎關節疼痛是指顛顎關節及臉部咀嚼肌出現疼痛或功能異常的一種症狀，發生原因不明，男女性發生比率約3：7，嚴重可能造成臉歪嘴斜、或出現嘴巴無法咬合。一般正常嘴巴約可張口至4.5公分左右，若有顛顎關節問題，嘴巴可能只能張2、3公分，或開口顛顎關節處會出現喀啦聲。

臨床常見的患者除了人體老化出現功能顛顎關節退化引起的疼痛外；壓力過大易

緊咬臉部肌肉，造成顛顎關節疼痛，常見的患者包括百貨公司櫃姐、學校老師及業務人員，通常是因為常需要講話或工作壓力過大造成緊咬臉部肌肉，長期緊繃就容易造成顛顎關節疼痛。

急性期的顛顎關節疼痛可以使用肌肉放鬆藥物緩解症狀，若有需要則會幫患者訂製咬合板，放鬆肌肉及關節。另外使用二極體雷射治療可以減輕患者顛顎關節疼痛感，效果高達八成，嚴重的顛顎關節疼痛就需要搭配核磁共振及關節造影檢查，再評估採注射玻尿酸或是關節鏡、開刀手術治療。

提醒民眾平常應避免過度張口，有時間應該讓嘴巴多休息，另外應多學習正向的情緒管理、養成均衡的飲食習慣及搭配適度的運動，都有助於顛顎關節症候群的預防及治療，若出現顛顎關節疼痛千萬別輕忽，應盡速就醫，避免病情惡化導致治療困難，並且要記得顛顎關節痛第一線的診療科別是牙科。



呂明怡醫師提醒出現顛顎關節疼痛千萬別輕忽



呂明怡醫師施打玻尿酸