

# “左眼跳财,右眼跳灾?” 为什么两边眼皮很少一起跳

俗话说“左眼跳财,右眼跳灾”,有些人右眼皮跳的时候就担心坏事降临,左眼皮跳的时候就琢磨低头捡钱外加买彩票。结果显然是既没有大祸临头,也没有大发横财。那为什么眼皮会跳呢?并且它们很少会同时跳。那么,眼皮跳究竟是不是一种病呢?

## 眼睑肌肉的神经受刺激, 肌肉收缩,导致眼皮跳

上海同济医院神经内科的靳令经医生告诉我们说:组成眼睑的肌肉中有一种叫做眼轮匝肌的,它环绕着眼睛,就像一个扁圆的车轮。当它收缩时,眼睛就会关闭。两只眼睛的眼轮匝肌分别被两根“面神经”掌控着,这两根面神经又被大脑深处的“核团”掌控着。

平时,我们的眼睛一直在不停地眨,这样就可以把泪液刷到角膜和结膜上,从而营养和保护眼球表面的结构,只是人并不会有什么明显感觉。但如果掌管眼睑肌肉的神经受到了过度刺激,就会指挥肌肉反复收缩,让眼皮连续活动,我们就感觉眼皮好像在跳了。

有人会说,眼皮跳有什么大不了?

的确,生活中谁还没有过几次眼皮跳呢,可大部分的眼皮跳都会转瞬即逝,你还没来得及琢磨它是什么毛病,就已经结束了。事实上,大多数的眼皮跳也确实不是什么大毛病,只是眼睛疲劳或者过度紧张罢了,稍微休息一下就会缓解了。

你想啊,跑完八百米,刚停下来下来的时候,腿部肌肉肯定都还在跳呢!对于眼睛来说也一样。这种生理性的眼皮跳,只要休息休息就好了。

但如果你的眼皮总是不听话,每天都要跳上很多次,并且越来越频繁,持续了一个月都还不见好,无论你是休息、滴眼药水,还是热敷都没有任何作用。那么,别等了,赶快去医院看看吧。



眼皮总是跳怎么办,老人们常说在右眼贴个白纸片,表示“白跳”。在调查中,竟然有超过10%的读者觉得这招管用 漫画 张冰洁

## 眼皮为什么会跳呢?

眼皮偶尔跳跳,压根儿不用放在心上,可如果跳起来没完,那可就真的有问题了。

小时候,常常听老人们说,治疗眼皮跳,有一个偏方。就是眼皮跳时,在上面贴个小纸片,这样就好了。这样做有用吗?出乎意料的是,在我们的调查中,竟然有超过10%的人觉得真的

有用。这种贴纸片的方法,应该是来源于“左眼跳财,右眼跳灾”的迷信说法,在右眼跳的时候贴上一个白色的纸片,就意味着“白跳”,这样就不会有所谓的灾难降临了。

如果要从医学上找理由,还真是没什么根据,但是如果你确

实贴上个纸片马上管用,或者用手碰一下立刻就好了,这反倒很可能是“感觉诡计现象”,真的需要怀疑是不是有其他的病了。

能够引起眼皮跳的疾病,最常见的有两种,一种叫做面肌痉挛,另一种叫眼睑痉挛。这两个病听上去很像,实际上是完全不同的两个病。

## 为什么左右眼皮很少同时跳? 左右两侧的面肌很少同时被压迫

有人会问了,为什么我们通常都是一边的眼皮在跳,很少有两边同时跳的现象呢?

这主要是面肌痉挛引起的。医学研究显示,面肌痉挛最常见的原因就是面神经根部受血管压迫所致。我们左右两侧的面肌分别受两根面神经控制,而两根神经很少会同时都被压迫到,所以面肌痉挛往往是单侧发病,比如早期的时候是一侧眼皮跳,严重了之后不仅眼皮跳,同侧的嘴角也会跟着抽动,甚至有人出现同侧的耳鸣、下巴抽动,但很少出现两边都跳的情况。

一些面瘫患者在恢复期也会

出现面肌痉挛。面瘫是因为面神经本身发生了病变,如果神经的某个位置被卡断了,在恢复期时,脑子里会慢慢发出一些细小的神经重新去支配,但新生的神经还没有发育完善,就会导致面部的抽动。比如眼皮跳,比如嘴角向上抽动,比如嚼东西的时候眼睛不由自主地闭起来。

有些人害怕自己眼皮跳是不是和面瘫有关,其实大可不必担心。这类眼皮跳都发生在面瘫之后,不会出现在面瘫前,所以没面瘫史的人,眼皮跳就不必考虑这个原因了,但长期面肌痉挛的患者会出现轻度面瘫迹象。

## 眼皮跳有什么危害? “功能性盲”可能导致严重后果

很多人不把眼皮跳放在心上。有些人可能已经持续跳了一年,直到出现了嘴角抽动才去看医生。如果是面肌痉挛,虽然不会有太严重的后果,但一只眼睛频繁抽动,读书看报等还是会有影响的。如果是眼睑痉挛,问题就比较严重了。

眼睑痉挛的症状除了眼皮跳,有时候还会表现为眼皮发紧发沉,睁眼睛比较费劲,甚至有时候看起来眼皮往下耷拉着。因为眼睑痉挛都是两侧的眼皮同时出毛病,严重时如果两只眼睛同时睁不开,问题就麻烦了。

有的病人一倒开水眼睛就睁不开了,有的病人一过马路眼睛就闭起来了,这种“功能性盲”很容易造成一些严重的后果。况且,病总是越到晚期越难治,眼睑痉挛严重时可能吃药已经控制不了了,需要长期注射肉毒毒素来控制。

所以提醒大家,有病赶紧治,早治早轻松。

此外,还有一种单眼跳,无需防范脑血管病。所谓单眼跳,就是在眼球突出的同时伴有与脉搏相一致的搏动,常有眼胀痛、视力下降等现象。患者常常误以为患了眼病,到眼科诊治。实际上,有时候是一种脑血管疾病——颈内动脉海绵窦瘤的症状。

海绵窦位于眼睛后、脑中心,左右各一个。如果由于某种原因,如外伤、先天性缺陷等,造成动脉破裂,导致脉血直接流入静脉。由于动脉血直接流入静脉窦内,造成窦内压增高,使颈内静脉血液流至海绵窦受阻,造成眼球内血液淤滞、水肿、眼压增高、眼球凸出、球结膜水肿,并可有出血。

所以,如果眼皮一直跳,千万不要怕麻烦,赶紧去医院排查一下,以免耽误病情。

《搜狐·人体实验室》

## 1 面神经“短路”,面肌活动增强,导致眼皮跳



面肌痉挛往往会致一边眼皮不停地跳

让我们从根儿上讲起。如果你能看穿自己的大脑,就会发现我们的大脑里面有着比整座城市复杂、繁忙千万倍的交通。在我们柔软的脑子与坚硬的脑壳之间,有一个由密密麻麻的血管交织而成的网络,每一根血管都在随着心跳而搏动,一刻不停地为大脑供应着血液。

控制全身的各种神经在致密的血管之间穿梭而过,其中有两根从脑子里发出的神经叫做面神经,这两根面神经分别控制我们的左半边脸和右半边脸,掌管着两边脸的表情和味觉。

平时,神经和血管各司其职,相安无事。但随着人的成长、老化,血管也在慢慢发生变化。年轻时,我们的血管就像一棵生机勃勃

的杨树,所有的枝干都笔直地伸向远方。而随着年龄的增长,血管好像也松懈了,慢慢变得弯弯曲曲。

弯曲了的血管有时候会不小心碰到周围的神经,随着心跳每搏动一次,这根血管就对神经产生一次压迫,天长日久之后,神经表层的髓鞘就被局部磨损了,就好像电线用久了,外面的那层塑料皮被磨掉了一样。如果电线的塑料皮没了,绝缘性变差了,就可能跟它周围的电线发生短路,神经也类似。

同样,如果面神经“短路”了,局部神经的电传导就发生了改变,面肌活动就会增强,我们就出现了眼皮跳,甚至整个半张脸都在抽动的现象。

眼睑痉挛的患者就会两眼同时跳,而且是上下眼皮都在跳。

除此之外,梅杰综合征也同样会引起眼皮跳,而且发病的原因也同样是脑内核团兴奋性增强,所以它跟眼睑痉挛到底是同一个病还是不同的两个病,学者们还在争论。梅杰综合征的早期也是双侧眼皮跳,跟眼睑痉挛几乎没办法鉴别,但是到了后期,大多数人会出现嘴巴不停地动,才会被诊断为梅杰综合征。医生们现在也只能靠这点来判断。

## 2 核团出问题,导致眼睑痉挛,两眼上下眼皮一起跳



眼睑痉挛会导致两眼上下眼皮同时跳

此外,还有一种眼皮跳叫眼睑痉挛。面神经能指挥我们的脸部肌肉,这两根神经以及人体其他神经的运动又受到更高一级的司令部统一指挥,指挥官就是大脑深部的核团(我们的神经都是有根的,这个根叫做神经元,而一堆神经元所在的地方就叫做核团)。如果核团出了问题,就可能引起眼睑痉挛。这下毛病出在更高一级了,控制面神经的司令部出毛病了,所以两根面神经和它们控制的肌肉都会被乱指挥,于是