

頭部外傷注意事項衛教指導



1.頭部受到撞擊後 72 小時內是最容易發生危險的時期，建議病人盡可能住院觀察，若選擇回家休息，則請家屬特別注意，病人若有下列症狀，須盡速回院接受進一步檢查。

(1)劇烈頭痛、頭暈或嘔吐

(2)嗜睡不容易喚醒

(3)躁動不安或對外界漠不關心

(4)視線模糊，或看見重疊影像（複視）或瞳孔一邊大一邊小

(5)單側肢體乏力或行動困難

(6)高燒不退，頸部僵硬無法點頭

(7)有液體（清澈或是血色）自鼻子或耳內流出

(8)抽搐（痙攣）

(9)脈搏呼吸不規律

(10)步態不穩

2.除醫師准許外，住院期間需臥床休息，並將頭部抬高約 30-40 度，以防腦壓上升，造成頭痛、噁心、嘔吐等症狀。

3.意識不清或昏迷的病人，請家屬務必在旁陪同並將床欄拉起，以免發生意外。

4.不可喝酒、抽菸、進食刺激性食物，如：辣椒。

- 5.除非醫師囑咐，否則不要服用阿斯匹靈等止痛藥與安眠鎮靜劑。
- 6.請多吃高纖維食物（如蔬菜、水果等）以避免便秘，若有便秘習慣，請告知醫師。
- 7.請避免用力解便或擤鼻涕，以防腦壓上升。
- 8.保持頭頸部平直，不可受壓迫或扭曲，以免影響腦內血液循環。
- 9.病人任何改變姿勢的動作皆應放緩慢，包括起床、翻身、蹲下再站起來，以防頭部再受震動引起不適。
- 10.保持環境寧靜，減少刺激來源，盡量不要讀書、看報、看手機或看電視，引起頭暈不適。
- 11.出院後依醫師建議定期至神經外科門診複診。

參考文獻：

林貴滿(2015)·創傷處理·於林貴滿編著，*實用急症護理學*(二版，136 頁)·台北市：華杏。



寶建醫療
社團法人
PAOCHIENTHOSPITAL

寶建醫院 關心您

總機：08-7665995

院址：屏東市中山路123號

救護專線：08-7330290

網址：www.paochien.com.tw