



急診眩暈及頭暈病人自我照顧護理指導

2004.06制定
2022.03修訂
2023.06審閱

一、若有下列情形，請立即告知醫護人員，已離院者，請立即返院：

- 1.眩暈症狀持續或加重。
- 2.頭部或頸部劇烈疼痛或意識改變。
- 3.視力模糊或複視。
- 4.嚴重噁心、嘔吐、聽力受損或耳鳴。
- 5.步態不穩、走路偏一邊、單側手腳無力或麻痺。
- 6.口齒不清、臉歪嘴斜

二、返家休息注意事項：

- 1.請多臥床休息，在改變姿勢時應緩慢進行。
- 2.採漸進式下床，下床活動時需有人在旁協助，以預防跌倒。
- 3.應養成正常的睡眠習慣及良好的運動習慣；避免過度疲勞、熬夜及情緒緊張。
- 4.避免攝取含鹽量過多的食物，如醃漬物、醬瓜類、洋芋片、花生、堅果、起司、啤酒、罐裝的湯等。
- 5.避免接觸菸酒、刺激性食物，或避免攝取含咖啡因、酒精等食物。

三、請依照醫師教導按時返院複診或於神經內科門診或耳鼻喉科門診追蹤治療。

四、若有問題請隨時提出，護理人員非常樂意為您服務。

諮詢電話 台北25433535 轉3126；淡水28094661 轉2662

祝您 平安健康 馬偕紀念醫院急診室

項目：急診眩暈及頭暈病人自我照顧護理指導

簽名： 關係： 日期：