



急診頭部外傷病人自我照顧護理指導

1998.12 制定
2023.12 修訂

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：

(一)嗜睡、叫不醒、神智不清、注意力無法集中。

(二)抽搐

(三)嚴重頭痛

(四)劇烈嘔吐

(五)單側肢體無力

(六)視力模糊或複視

二、請多臥床休息，並將頭部抬高 30~40 度。

三、避免過度用力、擤鼻涕、提重物或做激烈運動，以防腦壓上升。

四、請多吃高纖維食物（如蔬菜、水果）以避免便秘情形，若有便秘習慣者，請事先告知醫師做為診治參考。

五、儘量避免開車或騎機車，以防意識改變時發生意外。

六、請勿吸煙、喝酒或食用刺激性的食物（如辣椒、咖啡）。

七、下床活動時採漸進式下床，避免頭暈發生意外。

八、請依醫師指示按時服藥，勿自行服用藥物（尤鎮定劑）。

九、請依醫師指示按時返院複診或神經外科門診追蹤治療。

十、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 3124；淡水 28094661 轉 2662

祝您 平安健康 馬偕紀念醫院急診室

項目：急診頭部外傷病人自我照顧護理指導

簽名：

關係：

日期：