



## 急診頭部外傷病人自我照顧護理指導

1998.12 制定

2020.04 修訂

2023.01 審閱

- 1.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) 嗜睡、叫不醒、神智不清、注意力無法集中。
  - (2) 抽搐
  - (3) 嚴重頭痛
  - (4) 劇烈嘔吐
  - (5) 單側肢體無力
  - (6) 視力模糊或複視
- 2.請多臥床休息，並將頭部抬高 30~40 度。
- 3.避免過度用力、擤鼻涕、提重物或做激烈運動，以防腦壓上升。
- 4.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。
- 5.儘量避免開車或騎機車，以防意識改變時發生意外。
- 6.請勿吸煙、喝酒或食用刺激性的食物（如辣椒、咖啡）。
- 7.下床活動時採漸進式下床，避免頭暈發生意外。
- 8.請依醫師指示按時服藥，勿自行服用藥物（尤鎮定劑）。
- 9.請依醫師指示按時返院複診或於神經外科門診追蹤治療。
- 10.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：