



高雄市立小港醫院(委託財團法人高雄醫學大學經營)

眩暈症

眩暈或頭暈為門診常見主訴之一。眩暈和頭暈的症狀不同，眩暈時會感覺到周圍有如天旋地轉般地在旋轉、搖晃或傾斜，並伴隨著無法維持平衡；而頭暈則是感覺到輕微的頭暈，就像爬到高樓往地面瞧看時所產生不穩定的感覺。

一、常見的原因及症狀

- (一)梅尼爾氏症：為一種內耳疾病，常見症狀為眩暈、單耳聽力受損、耳鳴及內耳悶塞感，發作持續時間為數分鐘至數小時，可自行恢復，但也可能反覆發作。
- (二)良性陣發性姿勢性眩暈：是因為脫落的耳石隨著頭部的姿勢改變如轉頭、低頭、抬頭或床上翻身，刺激平衡感覺細胞所造成，通常持續時間為數秒。
- (三)椎底動脈循環不全：會產生眩暈、複視、吞嚥困難、頭痛、講話不清楚、面頰麻木、半身無力、動作不協調或意識喪失等症狀。
- (四)前庭神經炎：因病毒感染造成平衡神經腫脹引起，症狀有突發性眩暈、噁心、嘔吐、無法站立或走動，多發生在青壯年。
- (五)腦部病變：常合併有腦神經方面症狀，如手腳無力、臉部有麻木感、吞嚥困難、胡言亂語，甚至會喪失意識。

二、檢查及治療

- (一)檢查：確認造成眩暈的原因，常見的檢查為：
 - 1.血液檢查：排除貧血所引起。
 - 2.電腦斷層或核磁共振檢查：排除腦瘤或腦中風之可能。
 - 3.聽神經誘發電位：評估腦幹功能，排除聽神經瘤之可能性。

4.頸動脈超音波:排除脊椎基底動脈循環不良。

(二)治療：以藥物治療緩解症狀為主，須於門診持續追蹤治療：

1.臨床上常見用藥為抗膽鹼、抗組織胺、鎮靜劑、止吐劑等。

2.若為感染引起的則以抗生素、類固醇等用藥為主。

三、照護需知

(一)平日注意事項：

1. 按時服藥及定時回診，勿自行停藥導致治療中斷，使症狀加劇惡化。

2. 禁止抽菸及喝酒，保持充足的休息及睡眠，避免熬夜。

3. 放鬆心情，減少壓力產生。

4. 養成規律之生活起居習慣以及適量運動。

5. 居家環境走道及地板保持通暢、整齊及乾燥，避免意外事件發生。

6. 飲食原則: (1)低鈉飲食，避免攝取醃製品、香腸、臘肉。(2)採清淡飲食，如新鮮蔬果、糙米。(3)避免攝取含咖啡因食物，如咖啡、濃茶、巧克力。

(二)當出現眩暈時：

1. 應採臥床休息及漸進性活動，活動時務必注意安全，必要時應使用輔具如：輪椅、助行器等，避免跌倒。

2. 記錄發作時間、型態及頻率，回診時向醫師說明，作為治療的依據。

3. 若有以下情況，請立即就醫:

1.嚴重頭痛 2.視力模糊或複視 3.聽力喪失 4.說話不清楚

5.意識不清楚 6.手腳無力。

若有任何問題請電洽：

總機：(07)8036783 轉 3802 或 3803(神經科病房)

小港醫院神經科關心您