



# 高雄市長小港醫院

(委託財團法人高雄醫學大學經營)

## 暈眩照護需知

### 一、何謂暈眩

與外界產生一種不穩定的感覺，是一種較嚴重的頭暈，有時感覺頭重腳輕，有時感覺周圍天旋地轉，時常還伴隨噁心及嘔吐現象。暈眩發作時，相當痛苦的，它是一種症狀而非疾病名稱，但背後可能有某種潛在的疾病存在，不可不慎，**必須找出其根本原因，做出最適當的治療。**

### 二、引起暈眩的原因

- 1.神經系統疾病：腦腫瘤、腦中風、癲癇或頸部疾病。
- 2.耳疾：梅尼爾氏症、聽神經腫瘤、突發性聽覺障礙、內耳炎或原因不明的突發性耳暈眩等。
- 3.**姿勢性低血壓：平躺時好些，坐起或站立時卻暈得厲害，可能與姿勢突然快速改變有關。**

### 三、預防方法

(先由飲食作息調整)

- 1.急性期多臥床休息，改變姿勢時，宜動作緩慢，採漸進式活動。
- 2.暫停抽菸及喝酒。
- 3.辛辣及油炸食物不要吃。
- 4.含咖啡因的飲料(如:可樂、濃茶、咖啡)宜少喝。
- 5.飲食以清淡、易消化的食物為主。
- 6.**保持安靜休息，避免情緒激動及減少頭部搖晃動作。**

### 四、治療

以內科療法為主，**運用藥物治療，減少噁心、想吐…等症狀，**

多半可以獲得良好療效；當暈眩症狀無改善或持續，必要時需請神經科或耳鼻喉科會診，並回門診追蹤治療及做相關性檢查。

## 五、如果有下列情形，請立刻回來急診複診

- 1.暈眩症狀持續或症狀加重
- 2.嚴重頭痛併有噁心及嘔吐
- 3.意識改變
- 4.一側手腳無力或麻痺
- 5.走路不穩
- 6.複視(看東西有重複的影像)
- 7.腹痛、胸痛、背痛等令您疑慮的情況

若有任何問題請電洽急診室諮詢：

TEL：(07) 8036783 轉 3119、3112~3115

~小港醫院急診科關心您~