

眩暈病患之護理指導

■ 簡介

眩暈原因有許多，常見原因包括：周邊性前庭病變（44%）、精神疾患（16%）、中樞性（11%）、其他原因（26%）和不明原因（13%），不平衡感亦為眩暈的原因之一。

■ 照護措施分為「暈眩發生當時」和「平時注意事項」

■ 當眩暈發生時：

- (1) 應該馬上找地方坐下或躺下。
- (2) 若開車或騎乘機車發生眩暈時，應緩慢減速，並停置安全位置；不可立刻下車以免發生危險。
- (3) 症狀發作期間最好有家人陪同照顧。
- (4) 症狀改善後可採取漸進式活動避免大動作起身或站起。

■ 平時應注意的事項：

- (1) 應注意起居處有充足的光線。
- (2) 注意下床、行進間或日常生活活動的安全。
- (3) 應避免從事劇烈或易引起眩暈的活動，如旋轉。
- (4) 規律生活作息及適度的身體活動。

■ 眩暈症狀通常仍會持續數日，請回門診繼續追蹤治療。



■ 緊急返院提醒。

- 眩暈症狀持續或症狀加重。
- 嚴重頭痛併有噁心、嘔吐。
- 意識改變。
- 一側手腳無力或麻痺。
- 走路不穩。
- 複視(看東西有重疊的影像)。
- 腹痛、胸痛、背痛等令您不適的情況。

■ 請回神內/耳鼻喉科複診。

■ 複習一下

問題1：()當眩暈發生時，應該馬上找地方坐下或躺下，是否正確？

問題2：()平時可從事劇烈活動？

問題3：()若出現單側手腳無力或麻痺、複視，都應立即就醫？

正確答案

問題1：○ 問題 2: X 問題3：○

參考資料：

Joseph ,M .,&Michael,J .,&Janet ,L(2022) .Patient education:Vertigo(Beyond the Basics).*UpToDate*. Retrieved July ,30, 2022, from https://www.uptodate.com/contents/vertigo-beyond-the-basics?search=caring%20of%20vertigo&topicRef=5099&source=see_link

吳仁傑、陳坤詮（2005）。頭暈之評估與處置。慈濟醫學雜誌，17(5_S)，35-40。

呂居學、周汎濤（2008）。暈眩症患者生活品質之護理照護論述。嘉基護理，8(1)，16-21。

諮詢電話：(02)2737-2181 分機 8396

制訂單位/日期：君蔚病房/1111225

PFS-3800-011



本單僅供參考，實際治療以醫師診治為主



以病家為尊、以同仁為重、以北醫為榮