



頭部外傷衛教單張

●頭部外傷：

當頭部受外力撞擊導致腦部有受損的情形。

受傷後 72 小時 (3 天) 之內為最重要的觀察時期，常見症狀如下：

1. 頭痛、眩暈、嘔吐。
2. 意識混亂，對人、時間及地點混淆不清。
3. 記憶力、判斷力、注意力變差或混淆。
4. 情緒個性大變、睡眠日夜顛倒。
5. 頭皮血腫、。
6. 浣熊眼、耳朵流血、鼻漏。
7. 局部運動或感覺障礙。
8. 癲癇、抽筋。

●頭部外傷住院後及返家所需注意的事項：

1. 安靜臥床休息頭部宜墊高，盡量減少聲光等刺激。
2. 受傷後(短期間)需有人陪伴，應固定時間與他對談，並觀察意識狀態。
3. 受傷後 2~3 個月內，切勿飲酒、抽菸及進食刺激性食物，如：辣椒、蒜、薑、蔥等。
4. 除非醫師囑咐，否則勿服用鎮靜安眠藥及阿斯匹靈或強效止痛藥等。
5. 頭部外傷之傷口縫合後，需保持傷口乾燥(勿碰水)，並依指示更換紗布。
6. 撞到處頭部血腫不可搓揉，易讓頭皮腫起更嚴重。受傷後 48-72 小時內以冰敷為主，可讓血管收縮；之後再改採熱敷，可吸收掉凝結的血塊。
7. 若從耳、鼻流出透明或血性液體時，不可用力擤鼻涕或使用棉花棒，立即臥床休息，並通知醫護人員。
8. 如有頭痛、噁心、嘔吐或躁動不安等情況，請告知護理人員以做處理。
9. 保持排便通暢，勿用力解大便，可多食蔬菜水果。
10. 依每人病況不同，出院時可能會有鼻胃管、尿管或者氣切管，請留意管路照護及更換管路時間，可回門診或居家護理師協助更換。
11. 頭痛、頭暈為最常見的後遺症，有些人一輩子都無法緩解。必須注意維持正常生活起居，否則易復發。
12. 請定期回診追蹤(觀察有無延遲性出血)狀況。

●返家後如出現下列症狀需要儘快就醫？

1. 意識變差、昏睡、昏迷。
2. 劇烈頭痛、頭暈、暈眩。
3. 抽筋、抽搐或有連續嘔吐症狀。
4. 行為或情緒改變，性格異常。
5. 肢體活動困難、無力、感覺異常、步履不穩。
6. 視力變模糊、複視 (看東西有疊影)。
7. 講話變得比較不清楚或是變得比較笨。
8. 發生大小便失禁的情況。

敬祝您~ 平安健康

諮詢電話02-66289779 轉1951-1952