

頭部外傷病人注意事項

【住院期間】

頭部外傷病人注意事項 為減少腦壓上升，減輕頭痛，請執行下列事項：

1. 除醫師准許外，在住院期間需臥床休息，並將頭部抬高 20-25 度，以防腦壓上升，造成頭痛、噁心、嘔吐等症狀。
2. 依醫師指示，每日攝取定量的食物及液體，以防腦壓上升，但不可低於限量，以免營養攝取不足而影響復原。
3. 請避免用力解便或擤鼻涕，以防腦壓上升。
4. 請多吃高纖維食物（如蔬菜、水果等）以避免便秘情形，若有便秘習慣請告知醫師做參考。
5. 請勿用力搖動病床或給病人突然的動作，以防頭部在受震動。
6. 保持頭部平直，不可受壓迫或扭曲，以免影響腦內血液循環。
7. 保持環境的寧靜，以減少病人的刺激來源，使病人情緒穩定而增加病人休息時間。

【注意事項】

1. 若意識不清或昏迷的病人，請家屬務必在旁陪同，並將床欄拉以免意外發生。
2. 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。
3. 非醫師指示，請勿自行給予病人服用藥物，尤其是鎮定劑，以免影響病情。

【出院後】

出院後（未經醫師准許前，請注意下列事項，以助病情痊癒）

1. 請勿食用刺激性食物（如辣、芥菜、胡椒等）及吸煙、飲用酒或咖啡等刺激物，以防血管收縮，影響病情復元，增加頭痛現象。
2. 請勿做激烈的運動，以免影響腦部的休息，而使腦部再次受傷或延緩復元程度及時間。
3. 請勿從事有危險性或高處的地方工作，以免突然的暈倒、頭痛而發生危險。
4. 請勿提重物或用力過度，以免腦壓上升。
5. 請多吃蔬菜、水果等高纖維食物，以避免便秘情形產生，造成腦壓上升。
6. 如有下列情況，請立即返院：
 - (1)嗜睡、神智不清
 - (2)呼吸困難
 - (3)嚴重的頭痛
 - (4)癲癇現象
 - (5)大量的嘔吐

制定日期:106/05/12
修定日期:114/04/06

(6)手腳有軟弱傾向

7. 請依醫師指示按時返院複診。

8. 如有任何疑問請隨時向護理人員諮詢，護理人員會很樂意為您服務。

.....
新泰綜合醫院關心您

02-29962121

制定日期:106/05/12
修定日期:114/04/06