

## 眩暈和頭暈衛生教育指導

2002/8/12 修訂 (內 14) 2005/2/28 修訂

2006/6/15 檢閱 2009/1/05 修訂

2011/10/15 修訂

眩暈和頭暈是用來描述靜態平衡和動態平衡系統障礙有關之症狀。引起的原因有很多，如：內耳系統不平衡、神經系統、腦部疾病、頭部外傷、營養、貧血、藥物、頸椎、視覺刺激、心因性等等問題，有些是突發而原因不明。

- ✦ 姿勢改變時應採漸進性：躺著或蹲太久時，先坐約五分鐘，若不暈再起立，靠壁或扶著欄杆行走，倘若仍暈，立即蹲下或躺著，避免頭部外傷。
- ✦ 注意血壓變化：是否解黑便？因腸胃出血導致貧血，臉色蒼白而頭暈。
- ✦ 是否合併發生其他症狀？如持續頭痛、耳鳴、複視等等。
- ✦ 應注意再發情形和併發其他症狀，因對疾病發展極為重要，如再發，重者於急診就醫，輕者於門診耳鼻喉科或神經內科複診。

羅東聖母醫院 敬祝健康