

國軍左營總醫院護理部 關心您的健康

頭部外傷之護理指導

一、認識頭部外傷：

頭部外傷是指頭部受到外力直接或間接傷害而導致腦組織或腦神經受到不同程度的損傷，常因此造成病人生理傷害、情緒、行為混亂及意識障礙等。受傷後即使當下意識清醒，也可能在幾小時或數天後發生意識改變，因此受傷後要持續監測是否有頭部劇烈疼痛、頭暈、噁心、嘔吐，甚至意識混亂、失憶或昏迷等情形。

二、頭部外傷要注意什麼？

1. 病人需安靜休養，臥床休息頭部需抬高約 30 度，避免環境吵雜及長時間閱讀書報、雜誌、看電視、打電腦及手機。
2. 返家後請務必依醫囑按時服藥，不可任意服用止痛藥、鎮定劑及安眠藥。
3. 受傷 2-3 個月內避免刺激性之食物，如辣椒、蒜、薑，不可抽菸、喝酒。
4. 頭部受傷後可能有輕微噁心或嘔吐情形，可先給予少許湯、流質粥飯或麵條等食物，前 24 小時限水 1000 毫升。
5. 受傷 3 天內密切觀察患者意識狀況，需隨時有人陪伴，每 2 小時應叫醒一次並略作交談。
6. 在頭部瘀血部位冰敷，每日冰敷多次，一次敷 15-20 分鐘，可減少腫脹的程度。
7. 下床或改變姿勢時動作應放慢，如有頭暈，應先坐於床邊，待頭暈改善再站立，無不適再行走，預防跌倒。
8. 為避免顱內壓增加使症狀加劇，可多進食蔬菜水果使排便通暢，勿用力解便、減少「閉氣用力」的動作。

三、頭部外傷如遇下列症狀產生時，需送至醫院接受進一步檢查：

1. 劇烈頭痛或頭暈、說話含糊不清。
2. 嗜睡或無法叫醒(如意識逐漸不清)、對外界漠不關心、注意力不集中或性格改變。
3. 對時間與地點失去定向力。
4. 持續噁心、嘔吐或眩暈。
5. 行動障礙、坐立不安、一側肢體運動困難、無力、感覺遲鈍或行走困難。

6. 瞳孔擴大，不正常的眼球震顫，複視或視力模糊。
7. 昏迷。
8. 痙攣或脈搏、呼吸不規則。
9. 不明原因發燒，耳溫 38.5 度以上。
10. 開顱手術後無骨區突然鼓脹變硬。