



暈厥之護理指導

一、何謂暈厥 (syncope)

主要是因血壓急速下降或腦血管收縮造成腦血流減少、不足，以致腦部缺氧所引起，而產生短暫（數秒～數分鐘）的意識喪失，以致無法保持姿勢，一下子昏倒的情形；在幾秒鐘至幾分鐘內就會醒過來，就是一般所說的“失神”（昏厥）或“腦貧血”。

二、暈厥的症狀

- （一）在失去意識前，會先有噁心、打呵欠、頭昏、燒熱感、出汗、四肢發冷等前趨症狀。
- （二）暈厥後臉色蒼白、皮膚冰冷、肌肉鬆弛、脈搏微弱、躺下不動及頭痛，頭痛可能是因腦灌注不足和腦灌注導致後暈厥頭痛。

三、日常應注意事項

- （一）一般症狀約持續數秒至數分鐘，若超過 20～30 分鐘就不是暈厥，需考慮是否為腦血管障礙等病變。如果平常有感覺上述症狀時，不要勉強站立，應坐下來或蹲下，以避免昏倒時撞傷頭部而導致顱內損傷甚至死亡。
- （二）當情緒過度激動、緊張、壓力太大時，容易引起迷走神經性反射性低血壓而造成昏厥，所以應盡量保持心情平靜，適時尋求壓力釋放方法。
- （三）避免用力如廁、咳嗽、站立時間太久或長時間臥床，應避免突然移動頭部或身體在變換姿勢時，速度不要太快，宜採漸進式活動。
- （四）避免用餐後立即運動，應少量多餐，減少高碳水化合物飲食及飲酒。
- （五）適當的補充鹽份與水份，若無水份的限制下，每日至少補充 1500-2000ml 水份，日常作息正常。
- （六）若經常發生昏厥應儘早尋找病因，建議至心臟血管科醫師門診進行鑑別診斷及治療。

三軍總醫院 護理部 編印
神經內科

諮詢電話：(02)24633330



參考資料

盧翰生、張瑋婷、葉乃誠 (2021) · 昏厥評估及處置之最新觀念 · 內科學誌，32 (4)，230-241。 [https://doi.org/10.6314/JIMT.202108_32\(4\).02](https://doi.org/10.6314/JIMT.202108_32(4).02)

David, B. (2021). Syncope in adults: Clinical manifestations and iagnostic evaluation. *UpToDate*. Retrieved November 12, 2021, from [https://www-uptodate-com/contents/syncope-in-adults-clinical-manifestations-and-initial-diagnostic-evaluation](https://www.uptodate-com/contents/syncope-in-adults-clinical-manifestations-and-initial-diagnostic-evaluation)

護理指導評值：

◎是非題

1. () 暈厥主要是因血壓急速下降或腦血管收縮造成腦血流減少、不足，以致腦部缺氧所引起，而產生短暫（數秒～數分鐘）的意識喪失，以致無法保持姿勢昏倒的情形。
2. () 昏厥是指在幾秒鐘至幾分鐘內就會醒過來，就是一般所說的“失神”或“腦貧血”。
3. () 一般眩暈症狀若超過 20~30 分鐘就不是暈厥，需考慮是否為腦血管障礙等病變。

◎選擇題

4. () 暈厥在失去意識前會有那些症狀？
(1) 會先有噁心；(2) 打呵欠、頭昏、燒熱感；(3) 出汗、四肢發冷；(4) 以上皆有之前趨症狀。
5. () 暈厥後的症狀有哪些？
(1) 臉色蒼白、皮膚冰冷；(2) 肌肉鬆弛、脈博微弱、躺下不動；(3) 頭痛；(4) 以上皆是因此應儘早尋找病因，進行治療。
6. () 發生暈厥症狀時應如何處置？
(1) 應坐下來或蹲下，以避免昏倒時撞傷頭部而受傷。
(2) 避免站立過久，在變換姿勢時，速度不要太快，宜採漸進式活動。
(3) 平日應適當的補充鹽份與水份，日常作息正常。
(4) 以上皆是。

(答對 5-6 題⇒完全了解；答對 3-4 題⇒部分了解；答對 1-2 題⇒完全不瞭解)

1.(O) 2.(O) 3.(O) 4.(4) 5.(4) 6.(4)

三軍總醫院 護理部 編印
神經內科

諮詢電話：(02)24633330