



頭部外傷之護理指導

一、何謂頭部外傷

頭部外傷是指頭部受到外力傷害，導致頭部撕裂傷、腦震盪、腦組織或腦神經受到不同程度的損傷。造成頭部外傷常見的原因有車禍、高處墜落、跌倒、重物撞擊、尖銳物穿刺等。

二、頭部外傷病人之居家護理指導

- (一) 頭部外傷常見症狀包含頭痛、噁心、嘔吐、頭暈、疲憊、短暫記憶力喪失、走路不平衡等。
- (二) 受傷後 2~3 個月內應避免吃刺激性食物，如酒、咖啡或辛辣食物等，以減少腦部受刺激。
- (三) 受傷後 1 週內需多臥床休息，避免長時間閱讀書報、久站、打電玩、使用手機或看電視，以防腦壓上升。
- (四) 症狀改善前勿騎車、開車，以避免突然的暈眩及頭痛而發生危險。
- (五) 建議返家 1 週內至神經外科門診回診，經神經外科醫師評估允許後才開始運動。
- (六) 除非醫師囑咐，否則請不要自行調整止痛藥物劑量，亦不可自行服用安眠鎮靜藥物，以免影響意識狀況之評估。
- (七) 受傷後 1 週內是密切觀察期，家屬及陪伴者應每 2 小時探視一次，對於年齡 > 64 歲、有在服用抗凝血藥物或原本意識狀況非清醒的患者，家屬需加強探視次數。若出現下列情形請盡速返回急診就醫，如意識不清、久睡叫不醒、昏昏欲睡、嚴重頭暈頭痛、劇烈嘔吐、呼吸困難、全身（局部）發生抽搐、單側手腳比較軟弱（漸趨癱瘓）、感覺異常、走路不穩、尿失禁、躁動不安、情緒或性格改變、看東西有多重影像或視力模糊、流鼻血、耳朵出血。

參考資料

- Powell, T. (2018). *Head injury: A practical guide*. London, England: Routledge.
- van Gils, A., Stone, J., Welch, K., Davidson, L. R., Kerlake, D., Caesar, D., McWhirter, L., & Carson, A. (2020). Management of mild traumatic brain injury. *Practical neurology*, 20(3), 213-221. <https://doi.org/10.1136/>

三軍總醫院 護理部 編印
急診部

諮詢電話：(02)24633330



practneurol-2018-002087

Mason, S., Kuczawski, M., Teare, M. D., Stevenson, M., Goodacre, S., Ramlakhan, S., Morris, F., & Rothwell, J. (2017). AHEAD Study: An observational study of the management of anticoagulated patients who suffer head injury. *BMJ Open*, 7(1), e014324. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2016-014324>

護理指導評值：

◎是非題

1. () 頭部外傷常見症狀包含頭痛、噁心、嘔吐、頭暈、疲憊、短暫記憶力喪失、走路不易平衡等。
2. () 症狀改善前勿騎車、開車，以免突然的頭暈、頭痛而發生危險。
3. () 頭部外傷，是指頭部受到外力傷害，導致其頭部撕裂傷、腦震盪、腦組織或腦神經受到不同程度的傷害。常見的原因有車禍、高處墜落、跌倒、重物撞擊、尖銳物穿刺以及運動傷害等。

◎選擇題

4. () 受傷後一星期是密切觀察期，尤其是前三天，家屬最好每幾小時探視一次？
(1) 2 小時；(2) 4 小時；(3) 6 小時；(4) 8 小時
5. () 頭部外傷病人若出現下列情形，應儘速返院就診，何者除外？
(1) 輕微頭暈頭痛；(2) 意識不清；(3) 久睡不醒；(4) 全身（局部）發生抽搐
6. () 頭部外傷後，若偶有輕微頭暈不適等症狀，建議多久內可至神經外科門診回診？
(1) 不需要回診；(2) 1 個月內；(3) 3 個月內；(4) 1 週內
(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.(1) 5.(1) 6.(4)

三軍總醫院 護理部 編印
急診部

諮詢電話：(02)24633330