**頭痛病人之護理指導**

**10501審閱**

一、引起頭痛之可能原因：

（一）急性：感染症、血壓上升、眼疾、耳疾、副鼻竇炎、中毒、頭部外傷，硬腦膜下血腫---等。

（二）慢性：緊張、偏頭痛，頭部器官疾病、腦血管

 障礙。

二、注意事項

（一）頭痛是常見的症狀，需儘快就醫檢查，找出病因，接受治療。

（二）提供有利資訊供醫師診斷參考，如頭痛發生的時間、性質、頻率、間隔時間及是否有合併其他症狀。

（三）注意安全，保持規律的生活作息，均衡營養，適當的運動，嘗試減輕生活壓力，放鬆心情。

（四）頭痛時按摩，可促進肌肉血液循環，緩和肌肉張力，減輕精神緊張。

（五）避免抽菸或飲用含酒精的飲料。

（六）頭痛無法改善時，應避免吃東西，預防發生嘔

 吐。

（七）定期回醫院診查治療。

***祝您早日康復***

※**急診諮詢電話：04-23934191轉525434**

***國軍臺中總醫院急診室 關心您***