眩暈病人返家注意事項

眩暈病人返家注意事項

1. 返家後注意事項

(1)眩暈症狀通常仍會持續數日，請回門診繼續追蹤治療。

(2)充分的休息及睡眠，避免熬夜。

(3)返家應以臥床休息為主，維持安靜及安全的環境，有嘔吐情形時勤漱口，以保持口清潔，暫時禁食，若有脫水跡象，儘快就醫。

(4)改變姿勢動作宜緩慢，如欲下床先坐起等待片刻若不暈再下床，必要時可使用輔具。

(5)避免從事劇烈或易引起眩暈之活動，如動作旋轉。

(6)飲食採低鈉清淡飲食：應避免食用含鹽分過高的食品，例如醃製品；少量多餐。

(7)避免駕車或騎機車。

2. 有下列情形時，請立即就醫

(1)眩暈症狀持續或加重。

(2)嚴重頭痛併有噁心嘔吐。

(3)複視，看東西有重複影像。

(4)走路不穩，一側手腳無力或麻痹。

(5)口齒不清，意識障礙或混亂等。