

頭暈目眩，天旋地轉

暈眩是一種症狀，會導致暈眩的疾病很多；經過詳細的評估檢查後，很幸運地目前並沒有任何證據顯示您的暈眩是由需要開刀或是盡快住院的疾病所引起；然而，病情有時會有變化，為了您的權益，建議您回家後還是要觀察一段時間，並留意以下的建議。

一、常見引起暈眩的原因

1. 中風
2. 前庭（屬第八對腦神經）發炎
3. 腦瘤或聽神經瘤或機能障礙
4. 小腦病變
5. 腦炎、腦膜炎、腦膿瘍
6. 急性中耳炎
7. 多發性硬化
8. 耳內異物或耳垢過多
9. 突發性耳聾
10. 頭部外傷
11. 良性陣發性姿勢性暈眩
12. 顳葉癲癇
13. 自律神經失調症
14. 高血脂症
15. 頸椎骨刺
16. 基底動脈性偏頭痛

二、為求順利康復，避免併發症，請注意並配合以下事項

1. 多臥床休息：充足的休息對於您的康復十分重要，請盡量臥床休息，並維持休息場所的寧靜與光線柔和、溫度；若平躺欲起身時，請先坐床緣 10～15 分鐘，無不適再起身下床；必要時可於床上使用便盆、尿壺。

頭暈目眩，天旋地轉

- 2.菸與檳榔：如果您有抽菸（含電子煙）或是嚼檳榔，會對您的病情有很不好的影響，為了您的健康以及家人的幸福，請痛下決心戒掉。
- 3.定期服藥：您常規服用的藥物，特別是高血壓與糖尿病的藥，一定要繼續按時服用，勿自行停藥；如果急診醫師有開藥給您，亦請遵照囑咐定時定量服用；藥物用完後如果尚有不適，請到神經內科、一般內科或是家醫科門診繼續追蹤治療。

三、如果有下列情形，請立刻回來複診

- 1.暈眩的情形加劇。
- 2.合併有單側的肢體無力、麻痺或是感覺異常。
- 3.不自主性運動（抽筋）。
- 4.持續發燒超過 38.5°C。
- 5.其他讓您覺得不放心的症狀與徵候。

參考資料

- 陳敏麗、方妙君（2020）．神經系統護理．於胡月娟總校閱，內外科護理學（六版，718-732 頁）．華杏。
- 胡勝川（2021）．急診醫學醫療手冊（第八版，59-64 頁）．金名。