

眩暈衛教

眩暈的診斷

對於眩暈病患，建議由耳鼻喉科專科醫師做神經耳科學上的評估，包括外耳中耳之診療與特殊檢查，例如聽力評估、平衡功能檢查等。血液生化檢查，必要時會診神經內科醫師安排腦部電腦斷層攝影也可進一步了解病情。

眩暈的原因

造成眩暈常見的原因：

1. 美尼爾氏病（內耳淋巴水腫）。
2. 引發腦部缺氧性的疾病，例如：高血壓、貧血、動脈硬化、心律不整、高血脂症、高膽固醇症。
3. 前庭神經炎。
4. 聽神經瘤。
5. 小腦、腦幹之腫瘤、出血、中風、腦膿腫及感染。
6. 體位性眩暈。
7. 中耳炎症，例如：膽脂瘤、中耳積水。
8. 偏頭痛。
9. 癲癇小發作。
10. 暈動症。



圖片來源：全民健康基金會

眩暈的預防與保健

1. 按時服藥可預防眩暈。
2. 病患若有高血壓、糖尿病等慢性疾病，也要照常服藥控制病情。
3. 少吃高脂肪、高膽固醇食物。乳酪製品、巧克力。
4. 適度運動，避免肥胖。起居作息規律，不可熬夜。
5. 不抽菸、不酗酒。
6. 適度休閒避免生活過度緊張，避免心情焦慮，保持心情愉快。

如您對眩暈衛教
內容瞭解請簽名
病人或家屬簽章_____日期_____

