

## 昏厥：

### 〔定義〕

因腦部血液供應突然減少，而導致暫時性的知覺喪失。

### 〔症狀〕

臉色蒼白，頻打哈欠、皮膚濕冷、冒冷汗，頭暈，噁心。

### 〔護理要點〕

- 1.若患者主訴快要暈倒，先讓其坐下，鬆開頸、胸、腰衣物  
並使其頭部垂到膝上，勿讓陽光直曬到患者。
- 2.患者若已暈倒，應使其平躺，腳高於頭部 20-30 公分。
- 3.如有嘔吐時，將頭側一邊，以防異物梗塞。
- 4.甦醒後不可立刻下床走動，仍應休息數分鐘，並檢查身體  
有無受傷，並給予心理支持。
- 5.不可任意予飲食或喝水，須待其完全清醒後，酌量予飲水。

### 〔送醫條件〕

- 1.於處理後，知覺仍未恢復或恢復不完全者。
- 2.懷疑頭頸部受傷、骨折、不可任意搬動患者。
- 3.嚴重外傷。

## 感冒：

### 〔症狀〕

打噴嚏、流鼻水、頭痛、發燒、喉嚨痛、咳嗽...等。

感冒是自癒症，大約 3~7 天，不吃藥也可痊癒。原則上，感冒藥快好，需要吃得下(多喝水、多吃飯)、睡得著(多休息、不熬夜)，靠自己的抵抗力來痊癒。

醫師所開的感冒藥多減輕症狀(止痛、退燒、止流鼻水、止咳)，使患者舒服一點。

但若發生續發的細菌感染或有其他併發症(如中耳炎、鼻竇炎、支氣管炎等)，則須加抗生素來治療。抗生素需遵醫囑每 6 個小時服 1 次，夜間也要起床服用。時用時停，易生抗藥性。

〔預防感冒的原則〕

1. 避免感染：感冒是飛沫傳染，故勿與患者太親近；少上公共場所。
2. 增強自身的抵抗力。
3. 要有均衡而營養的飲食。
4. 充分的水分供應。
5. 適度的運動。