

# 頭 痛

國泰綜合醫院 急診處 護理部編印 著作權人：國泰綜合醫院  
本著作非經著作權人同意，不得轉載、翻印或轉售

此資料僅供參考，關於病情實際狀況，請與醫師討論

若有任何疑問，請洽

|          |              |     |        |
|----------|--------------|-----|--------|
| 國泰綜合醫院   | (02)27082121 | 急診處 | 轉 3767 |
| 汐止國泰綜合醫院 | (02)26482121 | 急診處 | 轉 3910 |
| 新竹國泰綜合醫院 | (03)5278999  | 急診處 | 轉 1190 |

我們將竭誠為您服務！

國泰綜合醫院關心您！

AX100.127.2013.12 七修

## ■ 日常生活注意事項

- 按摩頸部、頭部使頸背放鬆，冰敷頭痛部位對減輕頭痛有所幫助。
- 要按時進食，不要空腹太久。
- 適度安排旅遊休息，放鬆心情。
- 避免抽煙。
- 避免飲用含酒精的飲料，尤其避免情緒變化、刺激以及鎮靜藥物。
- 改變生活及飲食習慣。
- 可以進食正常飲食不需要禁忌需依醫師指示服用藥物。