

## علایم هشدار سرگیجه

### در صورت بروز هر یک از علایم زیر مجدداً به اورژانس یا پزشک مراجعه کنید :

- سردرد شدید یا بروز جدید و ناگهانی
- سردرد
- تب ۳۸ درجه یا بیشتر
- اختلال دید یا دوبینی
- اختلال تکلم / عدم توانایی در صحبت
- کردن / سنگینی زبان
- ضعف، بی حسی یا فلج هر یک از اندام ها
- بروز تشنج
- گیجی و منگی
- بیهوشی ناگهانی یا کاهش هوشیاری
- درد قفسه ی سینه
- رنگ پریدگی شدید و تعریق سرد
- استفراغ های مکرر و شدید
- درد شدید گوش یا خروج ترشحات چرکی از گوش
- احساس سرگیجه ی مداوم و دائم ( غیر حمله ای )
- تشدید علایم یا عدم هرگونه بهبودی پس از ۲ هفته درمان

### چند نکته در مراقبت در منزل

- ✓ در صورتی که پزشک هنگام ترخیص برای کنترل سرگیجه داروی خاصی تجویز کرده است تنها همان دارو را در زمان مشخص مصرف کنید و شخصاً بدون نظر پزشک اقدام به قطع مصرف دارو ( بویژه به صورت یک باره و ناگهانی ) نکنید.
- ✓ هنگام برخاستن از رختخواب ابتدا برای چند دقیقه بنشینید سپس برخیزید.
- ✓ در صورتی که قادر به حفظ تعادل خود نبوده و هنگام راه رفتن دچار زمین خوردگی می شوید از راه رفتن زیاد و غیر ضروری خودداری کرده و هنگام راه رفتن از کنار دیوارها حرکت نمایید، هم چنین بهتر است از عصا یا واکر استفاده کنید.
- ✓ برنامه ی غذایی منظم و کامل داشته باشید و از گرسنگی طولانی مدت جلوگیری کنید.
- ✓ مایعات کافی بنوشید تا دچار کم آبی نشوید.

### شماره تماس با بیمارستان

شماره داخلی اورژانس ۱۳۳      ۵۵۰۶۲۶۲۸ - ۰۲۱