

遇到孩子頭部外傷時，莫驚慌，教您該怎麼辦？

孩子的成長過程中，意外事件的發生在所難免，小孩幾乎都曾撞過頭，撞到頭這件事更是每個家庭中常見的意外。有別於成人，小孩的整體發育與比例關係，頭部所占的身體比例大於其他部位，因此，當小孩發生從高處跌落、碰撞或跌倒等事故傷害時，頭部著地的機率會比較高。頭部傷害的當下，會讓孩子不舒服、受驚嚇，甚至會出現頭皮血腫、擦傷、撕裂傷，看起來的確蠻恐怖的，讓父母親、阿公阿嬤更是心疼不已。但大部分的小孩頭部外傷不會產生神經系統上的異樣，亦不會造成嚴重的後續問題。這是因為小孩的頭骨尚未完全密合，加上有腦脊髓液的保護下，縱使從約一米高的高處不慎落下，比起成人較少造成嚴重的頭部傷害。

總而言之，傷害的嚴重程度多寡，主要取決於事故發生時受力的大小，因此，小孩頭部受傷時，做家長的先不要太過於緊張。只有在極為罕見的情況下，輕微頭部撞傷會發生危險，因此，家長只需要細心注意是否出現警示徵兆，有症狀產生時，一定要趕緊就醫處理，以免產生腦部傷害的後遺症或造成生命的威脅。以下說明，可以幫助您在居家時，密切觀察您的孩子。

► 居家時，兒童頭部外傷注意事項

在意外發生後的 72 小時內，應要密切觀察孩子的神智及活動力，這是目前評估預後最好的指標。約 1 週後可恢復日常活動，若出現以下任何一項症狀，則請立即至急診就醫：

- 意識越來越不清（不容易叫醒或叫不醒）
- 劇烈頭痛（即使已服用止痛藥，也無法緩解）
- 持續性嘔吐（禁食中仍出現作嘔，甚至噴射性嘔吐發生三次以上）
- 無法溝通或極度的煩躁不安，安撫後仍不停的哭鬧
- 手腳一側或雙側軟弱（漸漸癱瘓狀），或無法正常走路、爬行或講話
- 全身或局部抽搐
- 一歲半前的嬰幼童，出現前囟門鼓起

建議持續觀察一星期左右是否有上述現象發生。若無上述情況，仍請三個月內返診，以確保安全。

順道一提，很多家長愛子心切，孩子受傷了，不加思索地用最快的速度，帶著孩子到急診就醫，甚至會百般要求醫師一定要幫孩子做頭部電腦斷層。孰

不知，電腦斷層具有高輻射劑量，對孩子來說，是另一種無形的健康傷害。因此，若醫師告訴您，目前孩子神經學檢查是正常的，且並無嘔吐、頭痛或哭鬧不安等情形，雖然稍微頭皮紅腫但 X 光片並未看到明顯頭骨骨折，暫時不需要接受電腦斷層檢查，但是可以考慮在醫院觀察數小時，如無異樣也可回家休息。回家後家長仍然要注意其生活作息是否有變化，因為延遲出血仍有可能發生，如有異常再儘速回來就診即可！畢竟，做不做頭部電腦斷層這件事，還是需要讓專業的醫師幫您判斷與評估風險。何況，在臨床上做電腦斷層的目的，只是為了確認當下是否有腦出血或腦壓升高，並不具有治療療效。

► 小兒頭部外傷的居家照顧方法

- 大多數孩童頭部外傷並無大礙，醫師常建議家長帶回家觀察。在家裡應多休息，禁止劇烈運動。
- 可以冰敷袋裹毛巾後，直接在受傷部位上冰敷，以間歇性方式每次敷約 15~20 分鐘（或以孩子可以接受的時間為主，可改為冰敷 5 分鐘，休息 5 分鐘），重複 4~6 次，避免冰敷太久，以免凍傷；一天可敷數次，可減少受傷部位腫脹的程度。

- 頭部外傷常會出現如雞蛋般的腫塊，切記勿推揉。
- 不要用過度搖晃方式來安撫小孩。
- 頭部外傷 72 小時內，孩子在睡眠時需有人陪伴，以便觀察其呼吸及睡眠情況。夜間要叫醒孩童兩次，建議一次可在半夜十二點，另一次在凌晨四點左右。將孩子自睡夢中喚醒到他能清醒地講話、檢查四肢活動是否正常。
- 在發生頭部外傷的 6 小時內，應避免進食，頂多飲用開水。6 小時之後若仍有噁心、嘔吐症狀時，亦應避免進食。且食物與飲水量應減少或避免具刺激性食物（如汽水、可樂等），以免引起反射性嘔吐。胃口不佳時，則暫不要勉強進食。

► 如何預防小兒頭部外傷發生？

- 家中浴室地面全部鋪上防滑墊（或防滑貼紙），平時浴缸內不儲水並貼防滑片，以避免兒童滑倒。
- 當孩子開始會翻身時，如果讓他在沙發上或床上睡覺，其四周要鋪上安全地墊或加裝床邊圍欄。不讓孩子獨處，最好有大人陪伴。
- 在樓梯口加裝防護柵欄。

- 安裝符合規格且正確的汽車安全座椅。
- 教孩子過馬路時，應先注意左右來車，才能過馬路；年幼的孩子不應單獨穿越馬路。
- 運動時（自行車、直排輪、滑板等），使用適當的防護裝備。
- 居家動線不要有障礙物，家具有尖銳突出的部分，最好用布包起，或貼上防撞條，降低孩子碰撞，造成傷害的機會。

最後，願所有孩子遠離意外事故，平安健康快樂成長。

護理部副護理長 林美汝