頭痛門診就診須知

初版：2023/02/25

編寫：臺北榮總ㄧ般神經科／北榮頭痛醫療團隊

**我為什麼來看醫師？**

在頭痛門診就醫時，提供詳細的病史及治療需求，能夠讓醫師更快地做出診斷，並且對症下藥，同時也能更有效率地解決您的問題。直截了當的告訴醫師您的需求，能讓醫師準確的回答您的問題。舉例來說：有些人是擔心腦子裡面長東西，有些人則是久病不癒，有些人則是希望尋求第二意見而前來就醫。就醫時，如果能告訴醫師您過去的一些就醫經驗，有助於避免重複、不必要的檢查。

**第一次來頭痛門診，我該如何在短暫的時間內與醫師溝通？**

北榮的頭痛門診在初次就診前，皆會請病友填寫一份電子問卷。該份問卷除了基本頭痛的描述以外，也包含了常見的共病症（例如失眠、其他部位疼痛、憂鬱等等）的評估。透過問卷分數，醫師能夠很快速地瞭解您的問題，並提供專業諮詢。以下提供一份簡要清單，可以讓您在就醫前想一想，如何快速又準確的描述自己的問題。

|  |  |
| --- | --- |
| 項目 | 描述選項 |
| 頭痛部位 | 右側、左側、雙側。  額頭、顳側（太陽穴）、枕側（後腦勺）等。  是否每次都有固定疼痛的區域，還是會出現在不同區域，比例為何？ |
| 頭痛程度 | 在一個0到10分的量表上，如果0分完全不痛，10分代表最痛的程度，你大部分頭痛（不吃藥）是幾分？ |
| 頭痛描述 | 悶痛、刺痛、鈍痛、刺戳性痛、緊縮痛、脈搏性跳動 |
| 頭痛特質 | 持續時間約幾個小時？超過半天？睡醒是否改善？  一個月有幾天有疼痛或不舒服？  是否痛到想起來走動，或是想躺著休息？ |
| 其他症狀 | 噁心感、嘔吐、怕光、怕吵、怕香味或臭味、單側流淚、流鼻水、眼皮腫、眼皮垂、前額冒汗、視覺變化。 |

除了症狀描述，醫師也需要知道您之前用藥狀況：

* 服用何種藥物（劑量、用法、頻率）
* 服用這些藥物是否有效？（例如：頭痛程度減少一半，發作天數少了三天）

如果您之前已經在外面有就醫過，但不確定藥物的名稱，請攜帶至少最近一次的門診紀錄及處方籤，以供醫師確認您目前使用的藥物。如果在藥局購買的藥物，也可以攜帶藥物包裝來門診。另外，如果您已經在其他地方接受過影像檢查，也請務必攜帶影像光碟及紙本報告前來就醫，以避免您繼續接受不必要的檢查。

**我不是第一次看頭痛門診，我需要注意什麼？**

若您未於本院神經科就醫過，應視為初次就診，請依照上一段落資訊提供給您的臨床醫師。複診時，醫師最想要知道的是病患的頭痛如何變化，以及此次返診的主因。您可能會被要求提供過去一星期或一個月內頭痛的次數、程度、頻率等等資訊。另外，若是認為有藥物產生的副作用，亦請詳細說明症狀（例如：吃了某藥出現皮疹、嗜睡等等）以利醫師調整用藥。

**我的症狀很複雜，我要怎麼紀錄？**

現代科技發達，許多人都有智慧裝置，您可以使用內建的記事本簡易的紀錄日期、頭痛程度及用藥次數（和用藥後的頭痛變化）。若怕記不清楚，台北榮總頭痛門診的醫師會要求您使用手機版頭痛日記APP記錄下您的頭痛，到診時拿給醫師看即可。如果您不習慣使用智慧裝置，也可使用紙本記錄，本院頭痛門診也有專用的紙本頭痛日記，可於就診時提供給您。

以下列出不同手機品牌可使用的電子版頭痛日記APP下載連結：

* Android版：<http://goo.gl/zi5nh3>（台北榮總神經內科專用頭痛醫療日記）
* IOS版：[http://goo.gl/fzWzSh](http://goo.gl/fzWzSh%E2%86%92%E3%80%8C%E4%B8%8B%E8%BC%89%E3%80%8D%E2%86%92%E5%AE%89%E8%A3%9DApp)（台北榮總神經內科專用頭痛醫療日記）

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |