

急症部門 Emergency Department 頸痛 Neck Pain

一般資訊 General Information

頸部疼痛，一般是因為頸骨四周肌肉或韌帶出毛病或受傷所致。車禍是最常見的成因，但頸痛亦可以在完全沒有明顯原因的情況下發生。通常來說，疼痛會在最初兩天加劇，隨後開始改善，在10天內有所好轉。

說明 Instructions

1. 做頸部運動和活動頸部，有助加速復原。您可以在一周 逐漸加強活動水平。
2. 服食醫生給您處方的藥物，或是其他非處方藥物，如布洛芬 (ibuprofen: Motrin 或 Advil) 或乙醯胺酚 (acetaminophen: Tylenol) 等。
3. 在患處敷冰，以舒緩痛楚。使用冰袋 (用巾包裹) 冷敷，每天數次，每次15–20分鐘。
4. 利用熱力舒緩患處痛楚及僵硬程度。可作熱水浴或淋浴，又或將熱敷袋放在患處。每次使用熱力，勿超過20分鐘。
5. 駕駛時要特別留神，因為您可能無法轉頭察看兩旁行車線上從後而來的車輛。

如出現下列任何一種情況，返回急症部門求助：

Return to Emergency if any of the following develop:

- 頸部突然出現劇痛。
- 雙臂或雙腿無力或沒有感覺。
- 無法控制膀胱或腸道功能。

如出現下列任何一種情況，聯絡您的家庭醫生：

Contact your Family Doctor if any of the following develop:

- 在家中治理痛楚已有一周，但未見起色。
- 根據上列指示而行，仍未能控制痛楚。
- 已服完處方藥物。

如在急症部門曾接受造影檢查，駐院醫生會檢視圖像，並在您離開之前，告知初步檢查結果。其後數日內，一名專門負責解讀圖像的專科醫生 (放射診斷醫生) 會檢視那些圖像，並將最終檢查報告發給要求為您進行造影檢查的醫生，以及您的家庭醫生，由其向您轉達結果。

如需更多資訊，請電811，與HealthLinkBC (卑詩健康結連) 聯絡。

For more copies, go online at <http://vch.eduhealth.ca> or
email phem@vch.ca and quote Catalogue No. **FB.700.N281.CN**
© Vancouver Coastal Health, February 2017

本文件內資料只限獲得醫療小組提供這些資料的人士使用。
The information in this document is intended solely for the
person to whom it was given by the health care team.
www.vch.ca