

- 1.腦膜炎常見於夏天，病毒性和細菌性腦膜炎均可透過直接接觸病患者的鼻喉分泌物而傳播。(細菌-例如：腦膜炎雙球菌、流感嗜血桿菌、肺炎鏈球菌；病毒-例如：腸病毒、單純性疹病菌)。
- 2.其診斷必須靠腰椎穿刺抽取腦脊髓液培養，故穿刺後需平躺6—8小時，避免腰酸、頭痛。
- 3.維持個人良好衛生習慣，避免前往擁擠或空氣不流通的公共場所。
- 4.補充營養，增強身體免疫力，勿太勞累。
- 5.返家後若有頭痛、頸部僵硬、發燒、嘔吐、意識改變等症狀，應儘快就醫。