

Có các triệu chứng gì?

Các triệu chứng của hội chứng mê sáng xảy ra bất ngờ, và gồm có sự thay đổi đến tình trạng thể chất và tâm thần của người nào. Người có hội chứng mê sáng có thể:

- có vẻ bối rối và hay quên
- không chắc về giờ giấc trong ngày hoặc địa điểm
- không thể chú ý
- có hành động khác với tính cách bình thường của họ
- thay đổi chức năng của họ, ví dụ như khả năng đi đứng, khả năng tự chăm sóc
- rất dễ bị kích động/bực bội, buồn ngủ, im lặng và khép kín; hoặc tập hợp tất cả những điều này
- thay đổi đến thói quen ngủ, chẳng hạn như tình thức vào ban đêm và buồn ngủ vào ban ngày
- cảm thấy sợ, thất vọng, khó chịu, giận dữ hoặc buồn bã
- trông thấy những thứ không hiện hữu, nhưng có vẻ rất thật đối với họ
- mất kiểm soát bàng quang hoặc ruột (mất kiểm chế tiêu tiểu).

Việc gì gây ra hội chứng mê sáng?

Hội chứng mê sáng thường liên quan với một chứng nhiễm trùng hoặc bệnh thể chất đã có sẵn. Các nguyên nhân thông thường khác của hội chứng mê sáng nơi người cao tuổi gồm có:

- khó tiêu tiểu (táo bón hoặc không thể tiểu hết)
- mất nước hoặc suy dinh dưỡng
- đau nhiều
- thuốc men, kể cả thuốc 'bán qua quầy' (không cần toa)
- uống nhiều rượu
- triệu chứng thiếu thuốc (withdrawal) khi cai rượu, thuốc lá hoặc thuốc men, nhất là thuốc ngủ
- thay đổi nơi môi trường của người đó, chẳng hạn như nằm bệnh viện.

Không phải lúc nào cũng có thể nhận ra được nguyên nhân.

Hội chứng mê sáng bắt đầu như thế nào?

Các triệu chứng của mê sáng khởi đầu rất nhanh, thường qua vài giờ hoặc vài ngày. Hành vi của một người cũng có thể thay đổi thất thường trong ngày.

Hội chứng mê sáng đôi khi bị nhầm với chứng sa sút trí tuệ (dementia) hoặc trầm cảm, do đó điều quan trọng là gia đình và bạn bè nên thông báo cho nhân viên y tế về bất cứ thay đổi bất ngờ nào nơi tình trạng tâm thần của một người.

Hội chứng mê sáng kéo dài bao lâu?

Hội chứng mê sáng thường chỉ kéo dài khoảng vài ngày, nhưng đôi khi sẽ tiếp tục hàng tuần hoặc hàng tháng.

Nếu hội chứng mê sáng không được kiểm chế nhanh chóng, thì có thể kéo dài vài giờ người đó nằm viện và dẫn đến các biến chứng nghiêm trọng, như té ngã, loét do áp lực (pressure ulcers), và ngay cả tử vong.

Hội chứng này sẽ xảy ra lần nữa?

Những người đã bị mê sáng thì có nguy cơ cao sẽ trải qua hội chứng này lần nữa.

Vai trò của gia đình và người chăm sóc

Việc nhìn những khuôn mặt thân quen cũng giúp làm cho người bị mê sáng cảm thấy yên tâm. Gia đình và người chăm sóc nên ở bên người thân của mình.

Gia đình và người chăm sóc cũng có thể cung ứng thông tin hữu ích cho nhân viên đang chăm sóc người bị mê sáng. Điều quan trọng là nhớ thông báo cho nhân viên y tế nếu có bất cứ thay đổi gì trong tình trạng thể chất hoặc tâm thần của người đó.

Có sẵn hỗ trợ dành cho người chăm sóc. Vui lòng cho y tá biết nếu quý vị hoặc người thân nào khác cần được hỗ trợ.

Cách thức để giúp đỡ và chăm sóc

- Nói với giọng rõ ràng và chậm rãi. Nói tên của mình và tên của người đó.
- Tránh đứng tranh cãi.
- Khuyến khích và giúp người đó ăn uống đầy đủ.
- Nhắc nhở người đó về địa điểm, ngày giờ. Mở màn cửa trong phòng của họ vào ban ngày. Việc biết được giờ giấc trong ngày có thể giúp họ giảm bối rối.
- Nếu người đó thường mang kính hoặc máy trợ thính, nên giúp họ mang/gắn và đảm chắc các thứ này vẫn hoạt động tốt. Việc yếu kém thị giác hoặc thính giác có thể làm cho họ bối rối thêm.
- Nếu người đó có vẻ kích động hoặc hung hăng, đừng tìm cách chặn giữ họ. Nếu họ muốn đi lòng vòng, hãy để họ đi, nhưng gắng đảm bảo họ không bị ngã và khu vực đó không có nguy hiểm.
- Đem những món có thể gợi nhớ cho người đó về gia đình, chẳng hạn như hình ảnh, áo ngủ, ra-đi-ô hoặc máy nghe nhạc với những bản nhạc yêu thích.
- Cho nhân viên biết về bất cứ thông tin cá nhân nào có thể giúp người đó bình tĩnh và định hướng, chẳng hạn như tên của gia đình và bạn bè, các sở thích, các lễ lạc quan trọng, v.v.

Cách thức chữa trị hội chứng mê sáng?

Nhân viên sẽ thực hiện việc thăm định kỹ lưỡng để tìm và chữa trị nguyên do sâu xa của hội chứng mê sáng. Nếu nguyên do bệnh lý được nhận ra, họ sẽ đề ra việc chữa trị thích ứng (ví dụ, thuốc trị sinh để chữa chứng nhiễm trùng đường tiêu).

Việc chữa trị đôi khi nhằm tới việc làm giảm nhẹ triệu chứng và giảm nguy cơ của các biến chứng.

Mê sảng là gì?

Mê sảng là một hội chứng y khoa thông thường và có đặc điểm là các thay đổi nơi chức năng tâm thần.

Mê sảng và các triệu chứng của mê sảng khởi phát qua thời gian rất nhanh, trong vòng vài giờ hoặc vài ngày. Mê sảng thường chỉ kéo dài trong vài ngày nhưng có thể lâu hơn.

Mê sảng thường xảy ra nơi người cao niên, nhưng cũng có thể xảy ra ở bất cứ tuổi nào. Hội chứng này có thể là bệnh trạng nghiêm trọng.

Trong nhiều trường hợp, có thể ngăn ngừa được chứng mê sảng. Việc chữa trị chứng này dựa vào việc tìm ra và chữa trị các nguyên nhân sâu xa.

Ai có nguy cơ?

Những người:

- Rất bệnh hoặc yếu đuối
- Có khiếm khuyết về nhận thức (trước đây hoặc hiện nay), kể cả sa sút trí tuệ (dementia), khuyết tật trí tuệ hoặc thương tích não bộ
- Đã từng bị mê sảng trước đây
- Là người trên 65 tuổi, hoặc trên 45 tuổi nếu là Thổ dân và Dân đảo Torres Strait
- Đang dùng nhiều loại thuốc hoặc đã có thay đổi thuốc men gần đây
- Đang có giải phẫu, ví dụ giải phẫu tim, khớp hông hoặc thần kinh
- Bị trầm cảm
- Thị lực kém và/hoặc sút kém thính giác.

Hội chứng mê sảng phổ biến ra sao?

Khoảng một trong năm người cao niên đã nhập viện, và khoảng một nửa các cư dân tại các cơ sở chăm sóc cao niên, đều trải qua hội chứng mê sảng vào giai đoạn nào đó trong lúc họ được chăm sóc. Hội chứng mê sảng có thể xảy ra ở bất cứ tuổi nào.

Nếu có bất cứ quan ngại hoặc thắc mắc gì về hội chứng này, hãy gọi đến bác sĩ địa phương hoặc hội nhân viên tại bệnh viện của quý vị.

Chi tiết liên lạc

Carers Australia - NSW Carer Line

1800 242 636
www.carersaustralia.com.au

My Aged Care

1800 200 422
www.myagedcare.gov.au

National Dementia Helpline

1800 100 500

Dementia Australia

www.dementia.org.au

NSW Agency for Clinical Innovation

Chương trình chăm sóc dành cho người cao niên bị lẫn trí mà đang nằm viện
www.aci.health.nsw.gov.au/chops



Delirium Hội chứng mê sảng

Tập hướng dẫn này cung ứng thông tin cho những người có nguy cơ bị, hoặc đã trải qua hội chứng mê sảng (delirium); và cho gia đình và người chăm sóc của họ.



Adapted with permission from Northern

NSW Local Health District and Delirium Care Pathways, Department of Health and Aging, Canberra. 2010.

This brochure has been produced as part of the Care of Confused Hospitalised Older Persons Program and funded through the NHMRC Cognitive Decline Partnership Centre, 2018.

2HACI08 Tháng Ba 2020 0061 03/20