

증상은?

섬망 증상은 갑자기 발생하며 신체적 정신적 상태의 변화와 연관됩니다. 섬망을 가진 사람은 아래 증상을 가질 수도 있습니다.

- 혼란스러워하고 잘 잊어버린다
- 날짜 혹은 위치에 확신이 없다
- 집중할 수 없다
- 평상시와 다르게 행동한다
- 기동성, 자기 관리 능력 등 기능상 변화가 생긴다
- 상당한 불안, 졸림, 말이 없고 위축됨, 혹은 복합 증상이 생긴다
- 밤에 깨어 있고 낮에는 졸리는 등 수면 습관에 변화가 온다
- 두려움, 좌절, 짜증, 화냄 혹은 슬픔 등을 느낀다
- 헛것을 보는데 자신들에게는 매우 현실적으로 보인다
- 소변 혹은 대변이 통제가 되지 않는다 (요실금)

섬망의 원인은?

섬망은 종종 기저 질환 혹은 감염과 연관됩니다. 노인에게 섬망을 초래하는 흔한 원인은 아래를 포함합니다.

- 화장실 가는 것이 어려움 (변비 혹은 소변을 볼 수 없음)
- 탈수 혹은 영양실조
- 심한 통증
- ‘처방전 없는’ 약을 포함한 약물
- 과도한 알코올 섭취
- 알코올, 담배 혹은 약물, 특히 수면제로부터의 금단현상
- 입원 등 개인 환경 변경.

원인 파악이 항상 가능한 것은 아닙니다.

섬망은 어떻게 시작되는가?

섬망의 증상은 아주 빨리 발생하며 대개 몇 시간 혹은 며칠에 걸쳐 발생합니다. 한 사람의 행동은 또한 하루 동안에도 변동이 있을 수 있습니다.

섬망은 가끔 치매 혹은 우울증으로 잘못 간주되므로 가족 및 친구들이 당사자의 정신적 상태의 갑작스런 변화에 대해 의료진에게 통보하는 것이 중요합니다.

섬망은 얼마나 지속하는가?

섬망은 대개 며칠 지속되지만 가끔 몇 주 혹은 몇 달까지 지속됩니다.

섬망이 빨리 해결되지 않으면 병원에 있는 시간이 길어져 낙상, 욕창 그리고 심지어 사망 등 심각한 합병증을 초래할 수 있습니다.

재발되는가?

섬망을 겪은 사람은 재발될 위험이 더 높습니다.

섬망은 어떻게 치료되는가?

직원이 철저한 의료 평가를 통해 섬망의 기저 원인을 파악하고 치료할 것입니다. 신체적 문제가 발견되면 적절한 치료를 제공할 것입니다 (예: 요도 감염 치료를 위한 항생제).

치료는 때때로 증상 완화 및 복합증 위험 감소를 목표로 합니다.

가족 및 간병인의 역할

섬망을 가진 사람이 친숙한 사람을 보면 안심됩니다. 가족 및 간병인은 사랑하는 사람과 함께 머물 것을 권장합니다.

가족 구성원들과 간병인들은 또한 섬망을 가진 사람을 돌보는 직원에게 유용한 정보를 제공할 수 있습니다. 어떤 사람의 정신적 혹은 신체적 상태에 갑작스런 변화가 있으면 이를 통보하는 것이 중요합니다.

간병인 지원이 가능합니다. 귀하 혹은 다른 가족 구성원에게 지원이 필요한지 여부를 간호사에게 알려주십시오.

도움 및 케어 방법

- 분명한 목소리로 천천히 이야기합니다. 자신과 당사자가 누구인지 이름을 말하면서 분명히 밝힙니다.
- 논쟁을 피합니다.
- 적당한 음식과 음료를 섭취하도록 권장하고 지원합니다.
- 당사자에게 위치, 날짜 및 시간을 상기시켜줍니다. 낮에는 방에 커튼을 걸어줍니다. 하루 중 시간을 알면 혼동을 감소시킬 수 있습니다.
- 당사자가 평상시에 안경이나 보청기를 착용할 경우, 그렇게 하도록 돕고 잘 작동하는지 확인합니다. 시각적 혹은 청각적 장애가 혼동을 증가시킬 수 있습니다.
- 만일 당사자가 불안해 하거나 공격적이 되면 억제하려고 하지 마십시오. 걸어 다니길 원할 경우 그렇게 하도록 하지만 낙상에서 안전한지 주위에 위험물이 없는지 확인합니다.
- 사진, 실내복, 라디오 혹은 좋아하는 음악 플레이어 등 당사자가 가정을 기억하는데 도움이 되는 품목을 가져옵니다.
- 가족 및 친구 이름, 취미, 중요한 사건 등 당사자를 진정시키고 적응시키는데 도움을 줄 수 있는 개인 정보가 있으면 의료진에게 알려줍니다.

섬망이란?

섬망은 혼란 의학적 문제로서 정신적 기능의 변화로 특징되는 증세입니다.

섬망과 그 증상들은 수 시간 혹은 수일 내 단기간에 걸쳐 진전됩니다. 이는 대체로 며칠 동안만 지속되지만 더 오랜 기간 동안 지속될 수도 있습니다.

섬망은 노인들에게 더 자주 발생하지만, 어느 연령에서나 발생할 수 있습니다. 이는 심각한 질환일 수 있습니다.

많은 경우에 섬망은 예방될 수 있습니다. 섬망의 치료는 기저 원인을 발견하고 치료하는데 달려 있습니다.

누가 위험한가?

아래에 해당되는 사람들이 위험합니다.

- 많이 아프거나 노쇠하다
- 치매, 지적 장애 혹은 뇌손상 등 인지 장애가 있다 (과거 혹은 현재)
- 섬망에 걸린 적이 있다
- 65세 이상이거나, 애보리지널 원주민 혹은 토레스 해협 섬 원주민 출신이며 45세 이상이다
- 여러 약품을 복용하고 있거나 최근에 약품을 변경했다
- 심장, 둔부 혹은 신경 수술 등 외과 수술을 받고 있다
- 우울증을 겪고 있다
- 시력 및/혹은 청각 장애가 있다.

섬망은 얼마나 흔한가?

병원에 입원한 다섯 명의 노인들 중에 한 명 정도, 그리고 노인 케어 시설의 반 정도의 거주인들이 어느 케어 단계에서 섬망을 겪습니다. 섬망은 어느 연령에서나 발생할 수 있습니다.

섬망에 관해 우려 혹은 문의 사항이 있을 경우 지역 의사 혹은 병원 직원에게 문의하십시오.

연락처

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

입원 노인 섬망 환자 케어 프로그램
www.aci.health.nsw.gov.au/chops

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 2020년 3월 0061 03/20



Delirium

섬망 (망상 증세)

이 책자는 섬망 위험이 있거나 섬망을 겪은 사람들과 그 가족들 및 간병인들을 위한 정보를 제공합니다.