

## 谵妄的症状是什么？

谵妄的症状会突然出现，一个人的身体和精神状态都发生变化。谵妄症患者可能出现以下症状：

- 谵妄、健忘
- 不肯定时间早晚和所在位置
- 不能集中注意力
- 行为跟平常不一样
- 行动能力、自理能力等发生变化
- 烦躁不安、嗜睡、沉默寡言、性格孤僻或同时出现若干症状
- 睡眠习惯改变，如晚上不睡觉、白天昏昏欲睡等
- 畏惧、不安、烦躁、愤怒或悲伤
- 看到了实际上不存在、但在他们看来却很真实的东西
- 大小便失禁。

## 什么原因会导致谵妄？

谵妄常常跟潜在的身体疾病或感染有关。其他常见的导致老年人谵妄的原因包括：

- 大小便困难
- 脱水或营养不良
- 剧痛
- 药物，包括非处方药
- 酗酒
- 戒酒、戒烟或停药，尤其是安眠药
- 个人环境改变，如住院等。

有时不一定能找出原因。

## 谵妄是如何开始的？

谵妄的症状发生非常迅速，通常在数小时或数天内出现。一个人的行为在一天之内也可能有波动。

谵妄有时会被误认为是痴呆症或抑郁症，所以家人和朋友在发现患者的精神状态突然变化时，一定要及时通知医务人员。

## 谵妄会持续多久？

谵妄通常只持续几天，但有时会持续数周甚至数月。

如果谵妄未能及时治疗，患者住院的时间可能会延长，并导致严重的并发症，如跌倒、压疮甚至死亡。

## 谵妄会不会再发生？

谵妄患者再次出现谵妄的风险较高。

## 谵妄如何治疗？

医务人员会进行全面的医学评估，寻找和治疗导致谵妄的根本病因。如果发现身体有问题，那么就会给予适当的治疗（例如使用抗生素治疗泌尿系统感染）。

有时候，治疗的目的是减轻症状和减少并发症的风险。

## 家庭和照顾者的作用

谵妄患者看到熟悉的人就会感到放心，所以家人和照顾者最好能陪在亲人身边。

家人和照顾者还能够为护理谵妄患者的医务人员提供有价值的信息。如果患者的精神或身体状况有任何突然的变化，必须通知医务人员。

**护理者可以获得帮助。**如果您或其他家人需要帮助，请告诉护理人员。

## 如何帮助、照顾患者

- 用清晰的声音慢慢说。说出自己和患者的名字。
- 避免争吵。
- 鼓励并协助患者吃饱饭、喝足水。
- 提醒患者注意地点、日期和时间。在白天拉开患者房间的窗帘。让患者知道时间早晚可以减少头脑中的混乱。
- 如果患者平时戴眼镜或助听器，那么帮助他们戴上眼镜或助听器并确保其正常发挥作用。视觉或听觉障碍会使头脑混乱更加严重。
- 如果患者情绪激动或有攻击性，不要试图压制他们。他们想到处走走就让他们走走，但要尽量确保他们不会摔倒，而且所在的地方没有危险。
- 带上有助于让患者想起家庭的物品，如照片、浴袍、收音机或播放喜欢的音乐的播放器等。
- 让医务人员知道任何有助于安抚和引导患者的个人信息，如家人和朋友的姓名、兴趣爱好、重大事件等。

## 什么是谵妄？

谵妄是一种常见的病症，其特点是精神功能的改变。

谵妄及其症状会在短时间内（几小时或几天内）发生，通常只持续几天，但也可能持续较长时间。

谵妄多见于老年人，但也可发生在任何年龄段。它可能是一种严重的病症。

在许多情况下，谵妄是可以预防的。谵妄的治疗有赖于寻找和治疗根本病因。

## 哪些人有风险？

以下情况的人风险较高：

- 病重或身体虚弱
- （过去或现在）有认知障碍（包括痴呆症、智力障碍或脑损伤）
- 曾发生过谵妄
- 65岁以上——土著居民和托雷斯海峡岛民45岁以上
- 正在服用多种药物或最近改变所用药物
- 即将进行外科手术（如心脏、髋关节手术或神经外科手术）
- 有抑郁症
- 有视力或听力障碍。

## 谵妄的情况有多常见？

大约每五名入院的老年人中就有一名，在养老院的住院者中约有一半人在护理的某个阶段会出现谵妄。谵妄可发生在任何年龄段。

**如果您对谵妄有任何疑问或问题，请向当地的医生或医院医务人员查询。**

### 与我们联系

**Carers Australia - NSW Carer Line**  
1800 242 636  
[www.carersaustralia.com.au](http://www.carersaustralia.com.au)

**My Aged Care**  
1800 200 422  
[www.myagedcare.gov.au](http://www.myagedcare.gov.au)

**National Dementia Helpline**  
1800 100 500

**Dementia Australia**  
[www.dementia.org.au](http://www.dementia.org.au)

**NSW Agency for Clinical Innovation**  
头脑混乱的住院老人照顾计划  
[www.aci.health.nsw.gov.au/chops](http://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 March 2020 0061 03/20



**本小册子为有谵妄风险或已经发生谵妄的人及其家人和照护者提供信息。**

