

譫妄的症狀是什麼？

譫妄的症狀會突然出現，一個人的身體和精神狀態都發生變化。譫妄症患者可能出現以下症狀：

- 譫妄、健忘
- 不肯定時間早晚和所在位置
- 不能集中注意力
- 行為跟平常不一樣
- 行動能力、自理能力等發生變化
- 煩躁不安、嗜睡、沉默寡言、性格孤僻或同時出現若干症狀
- 睡眠習慣改變，如晚上不睡覺、白天昏昏欲睡等
- 畏懼、不安、煩躁、憤怒或悲傷
- 看到了實際上不存在、但在他們看來卻很真實的東西
- 大小便失禁。

什麼原因會導致譫妄？

譫妄常常跟潛在的身體疾病或感染有關。其他常見的導致老年人譫妄的原因包括：

- 大小便困難
- 脫水或營養不良
- 劇痛
- 藥物，包括非處方藥
- 酗酒
- 戒酒、戒煙或停藥，尤其是安眠藥
- 個人環境改變，如住院等。

有時不一定能找出原因。

譫妄是如何開始的？

譫妄的症狀發生非常迅速，通常在數小時或數天內出現。一個人的行為在一天之內也可能有波動。

譫妄有時會被誤認為是癡呆症或抑鬱症，所以家人和朋友在發現患者的精神狀態突然變化時，一定要及時通知醫務人員。

譫妄會持續多久？

譫妄通常只持續幾天，但有時會持續數週甚至數月。

如果譫妄未能及時治療，患者住院的時間可能會延長，並導致嚴重的併發症，如跌倒、壓瘡甚至死亡。

譫妄會不會再發生？

譫妄患者再次出現譫妄的風險較高。

譫妄如何治療？

醫務人員會進行全面的醫學評估，尋找和治療導致譫妄的根本病因。如果發現身體有問題，那麼就會給予適當的治療（例如使用抗生素治療泌尿系統感染）。

有時候，治療的目的是減輕症狀和減少併發症的風險。

家庭和照顧者的作用

譫妄患者看到熟悉的人就會感到放心，所以家人和照顧者最好能陪在親人身邊。

家人和照顧者還能夠為護理譫妄患者的醫務人員提供有價值的資訊。如果患者的精神或身體狀況有任何突然的變化，必須通知醫務人員。

護理者可以獲得幫助。如果您或其他家人需要幫助，請告訴護理人員。

如何幫助、照顧患者

- 用清晰的聲音慢慢說。說出自己 and 患者的名字。
- 避免爭吵。
- 鼓勵並協助患者吃飽飯、喝足水。
- 提醒患者注意地點、日期和時間。在白天拉開患者房間的窗簾。讓患者知道時間早晚可以減少頭腦中的混亂。
- 如果患者平時戴眼鏡或助聽器，那麼幫助他們戴上眼鏡或助聽器並確保其正常發揮作用。視覺或聽覺障礙會使頭腦混亂更加嚴重。
- 如果患者情緒激動或有攻擊性，不要試圖壓制他們。他們想到處走走就讓他們走走，但要儘量確保他們不會摔倒，而且所在的地方沒有危險。
- 帶上有助於讓患者想起家庭的物品，如照片、浴袍、收音機或播放喜歡的音樂的播放機等。
- 讓醫務人員知道任何有助於安撫和引導患者的個人資訊，如家人和朋友的姓名、興趣愛好、重大事件等。

什麼是譫妄？

譫妄是一種常見的病症，其特點是精神功能的改變。

譫妄及其症狀會在短時間內（幾小時或幾天內）發生，通常只持續幾天，但也可能持續較長時間。

譫妄多見於老年人，但也可發生在任何年齡段。它可能是一種嚴重的病症。

在許多情況下，譫妄是可以預防的。譫妄的治療有賴於尋找和治療根本病因。

哪些人有風險？

以下情況的人風險較高：

- 病重或身體虛弱
- （過去或現在）有認知障礙（包括癡呆症、智力障礙或腦損傷）
- 曾發生過譫妄
- 65歲以上——土著居民和托雷斯海峽島民45歲以上
- 正在服用多種藥物或最近改變所用藥物
- 即將進行外科手術（如心臟、髖關節手術或神經外科手術）
- 有抑鬱症
- 有視力或聽力障礙。

譫妄的情況有多常見？

大約每五名入院的老年人中就有一名，在養老院的住院者中約有一半人在護理的某個階段會出現譫妄。譫妄可發生在任何年齡段。

如果您對譫妄有任何疑慮或問題，請向當地的醫生或醫院醫務人員查詢。

與我們聯絡

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
頭腦混亂的住院老人照顧計劃
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



本小冊子為有譫妄風險或已經發生譫妄的人及其家人和照護者提供資訊。

