

## 섬망을 가진 사람에 대한 간호를 어떻게 도울 수 있습니까?

섬망이 있는 사람은 친숙한 사람을 만나면 안정을 찾습니다. 가능한 자주 방문하고 간호에 도움이 되도록 하십시오.

다른 가족 구성원들 혹은 친구들에게도 도움을 제공하도록 부탁드립니다.

- 섬망이 있는 사람에게 이야기할 때는 천천히 분명한 목소리로 이야기합니다. 화자와 청자의 이름을 사용하여 신원을 밝힙니다.
- 섬망이 있는 사람이 적절한 식품과 음료를 섭취하도록 권장하고 지원합니다.
- 하루 중 어느 때인지 파악하도록 도와주면 혼란을 줄일 수 있습니다. 이들에게 장소와 요일 및 시간을 알려 줍니다.
- 시각 혹은 청각 장애가 이들의 혼란을 가중할 수 있습니다. 섬망이 있는 사람이 평상시에 안경이나 보청기를 사용하는 경우, 안경이나 보청기를 끼워 줍니다.
- 섬망이 있는 사람이 흥분하거나 공격적이 되면 이들을 제지하려 하지 않습니다. 이들이 주위를 걷고 싶어하면 그렇게 하도록 합니다. 하지만 이들이 낙상으로부터 안전한지, 주변에 위험물이 없는지를 확인합니다.
- 사진, 드레싱 가운, 라디오 혹은 좋아하는 음악이 들어 있는 CD/테이프 플레이어와 같은 추억거리를 가져와서 섬망이 있는 사람에게 가정을 상기시킵니다.
- 섬망이 있는 사람을 안정시키고 상황에 적응할 수 있도록 도울 수 있는 특별한 개인적 정보가 있으면 의료진에게 알립니다. 그러한 정보는 가족이나 친구의 이름, 취미, 주요 사건 등이 될 수 있습니다.

섬망에 대한 우려사항이나 문의사항이 있으면 지역 의사에게 상담하시거나 병원 의료진에게 문의하십시오.

### 연락처

#### Carers Resource Centres

간호인 자원 센터  
Ph: 1800 242 636

#### Aged Care Information Line

노인간호 정보라인  
Ph: 1800 500 853

#### National Dementia Helpline

국립 치매 안내전화  
Ph: 1800 100 500

#### Carers Australia

호주 간병인 협회  
[www.carersaustralia.com.au](http://www.carersaustralia.com.au)

#### Alzheimer's Australia

알츠하이머 호주  
[www.alzheimers.org.au](http://www.alzheimers.org.au)



노던 NSW 지역 보건청 (Northern NSW Local Health District)과 캔버라의 보건 및 노인부(Department of Health and Aging) 산하, 섬망 케어 진료 (Delirium Care Pathways)의 허가 하에 인용됨. 2010년.

이 브로셔는 혼란 상태의 입원 노인 간호 연구 (CHOPS)의 일환이며 임상 혁신부 (Agency for Clinical Innovation) 및 임상적 우수 위원회 (Clinical Excellence Commission) 그리고 GP NSW의 공동 연구로 제작되었으며 보훈처 (Department of Veterans Affairs)의 재정지원을 받았습니다.

# 섬망 Delirium

섬망은 정신적 기능의 변화로 특징지어지는 질환으로서 흔히 발생하며, 특히 노인에게 더 자주 발생합니다.

섬망이 발생하는 사람은 혼란스러워 하며, 매우 흥분되거나 말이 없어지고 졸리게 될 수 있습니다.

섬망은 항상 갑작스럽게 시작됩니다. 대개 며칠 동안만 지속되지만, 더 오래 지속될 수도 있습니다.

섬망은 심각한 질환이 될 수도 있습니다.

이 브로셔는 섬망(Delirium)을 겪은 적이 있는 이들과 그 가족/간병인들을 위해 제공되는 정보입니다.

### ■ 섬망이 진전될 위험이 있는 사람은 누구인가요?

아래에 해당되는 사람입니다.

- 매우 아픈
- 치매가 있음
- 70세 이상임
- 우울증으로 고생함
- 시력이 나쁨
- 여러 가지 약을 복용하고 있음
- 수술을 받고 있음 (예: 심장 혹은 골반 수술)

### ■ 섬망의 증세는 어떠한가요?

섬망을 가진 사람에게 나타날 수 있는 증상:

- 혼란스러워 하고 건망증이 심해짐
- 주의력이 산만해짐
- 평소와는 다른 사람이 됨
- 매우 흥분하거나, 말이 없이 움츠러 들거나, 졸림
- 시간과 장소를 잘 인지하지 못함
- 수면 습관이 변함. 예: 밤에 깨어 있고 낮에 졸림
- 두려움, 혼란, 짜증, 화 혹은 슬픔 등의 감정을 겪음
- 헛것을 봄. 그러나 본인에게는 매우 실제적으로 보임
- 대소변을 가리지 못함

### ■ 섬망은 자주 일어나는 현상인가요?

병원에 입원하는 노인의 5분의 1, 그리고 노인 간호 시설 입주자 중 절반에 달하는 분들이 어느 간호 단계에서 섬망을 경험합니다.

### ■ 섬망의 원인은 무엇인가요?

노인에게 발생하는 섬망의 원인 중 흔한 예는 다음과 같습니다.

- 감염 (남성 혹은 여성의 요로 감염 포함)
- 다발적인 신체 질환
- 변비
- 탈수증/영양실조
- 심한 통증
- ‘처방전 없이 구매할 수 있는’ 약품을 포함한 약물 복용
- 과도한 음주
- 음주나 약물 복용 중단, 특히 수면제

### ■ 섬망은 어떻게 시작되나요?

증세는 매우 빨리 발생하는데, 대개 몇 시간이나 수 일에 걸쳐 발생합니다. 행동 양상은 하루 동안에도 변할 수 있습니다.

섬망은 가끔 치매나 우울증으로 오인될 수 있으므로 정신 상태에 갑작스런 변화가 있을 경우 그 사람의 가족/친구들이 의료진/간호사에게 통보하는 것이 중요합니다.

### ■ 섬망은 얼마나 지속되나요?

섬망은 대개 며칠 동안 지속되지만, 몇 주 혹은 몇 달까지 지속되기도 합니다. 섬망이 빨리 없어지지 않을 경우 낙상, 욕창, 입원 기간 연장 등 심각한 합병증을 유발할 수 있으며 심지어 사망도 초래될 수 있습니다.

### ■ 섬망은 재발하나요?

섬망을 경험한 사람은 다시 겪을 위험이 높습니다.

### ■ 섬망은 어떻게 치료합니까?

섬망은 일반적으로 잠정적 신체 질환과 연관됩니다. 하지만 항상 원인을 밝혀낼 수 있는 것은 아닙니다. 의료진이 섬망의 잠정적 원인을 찾고 치료하기 위해 철저한 의료 평가를 실시할 것입니다.

치료에는 합병증 위험을 줄이고 증세를 완화하는 것도 포함됩니다.

## 가족과 간병인의 역할

- 가족 구성원/간병인들은 섬망을 가진 사람을 담당하는 의료진에게 중요한 정보를 제공할 수 있습니다.
- 정신적 혹은 신체적 상태에 갑작스런 변화를 발견하면 의료진에게 이를 알리는 것이 중요합니다.