

## 您可以如何帮助照顾谵妄症患者？

谵妄症患者见到熟悉的人会感到安心。尽可能常去看望谵妄症患者，并且尽力帮助照顾他们。

鼓励其他家庭成员或朋友也提供帮助。

- 在跟谵妄症患者谈话的时候要说得慢一些，声音要清晰。要说出您自己和对方的名字。
- 鼓励和帮助谵妄症患者摄取足够的食物和液体。
- 知道一天当中的时间可以减少思维混乱。提醒他们身在何处，让他们知道当时的日期和时间。拉开房间的窗帘。
- 视力或者听力损伤可能会使他们的思维更加混乱。如果谵妄症患者平时戴眼镜或助听器，那么请您帮助他们戴上。
- 如果谵妄症患者激动或者有攻击性，不要试图控制他们。如果他们想要四处走走，那就让他们去，但是要尽力保证他们安全，避免摔跤，确保那个地方没有危险。
- 给他们带一些私人纪念品，帮助他们想起自己的家，例如照片、他们的睡衣、收音机，或者他们喜欢的音乐的光碟或录音带。
- 让医务人员了解可能有助于让谵妄症患者镇静下来、适应环境的一些特别的个人信息，例如，家庭成员和朋友的姓名、嗜好、重要事件等。

如果您有关于谵妄症的担忧或问题，请跟当地的医生谈谈，或者向医院的人员询问。

### 联络方式

#### Carers Resource Centres

照顾者资源中心

电话：1800 242 636

#### Aged Care Information Line

老人护理查询专线

电话：1800 500 853

#### National Dementia Helpline

全国痴呆症帮助热线

电话：1800 100 500

#### Carers Australia

澳大利亚照顾者机构

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

#### Alzheimer's Australia

早发性痴呆协会

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



经过新州北部地区保健区与堪培拉卫生与老年部“痴呆症关怀途径”（Delirium Care Pathways）允许改编。2010年。

这本小册子的编制，是“思维混乱的老年住院患者研究”（CHOPS）的一部分。该研究是临床创新机构（Agency for Clinical Innovation）、临床卓越委员会（Clinical Excellence Commission）与新州全科医生组织（GP NSW）的一个合作项目，由退伍军人事务部拨款。

# 谵妄症 Delirium

谵妄症是一种常见的医学问题，其特点是心理功能的改变，通常发生在老年人群。

当谵妄症发生时，患者思维混乱，可能非常激动，也可能安静、嗜睡。

谵妄症通常是急性发作，一般只持续几天时间，但也可能会持续较长时间。

其病情可能会相当严重。

本小册子为谵妄症患者及其家人或照顾者提供信息。

## ■ 哪些人有谵妄症的风险？

下列人员都有谵妄症的风险：

- 重病人
- 已有痴呆症者
- 年龄达到或超过70岁者
- 有抑郁症者
- 视力不好者
- 服用多种药物者
- 动手术者，比如心脏手术或髋部手术

## ■ 谵妄症有哪些症状？

谵妄症患者可能：

- 思维混乱、健忘
- 不能专心
- 与平日表现有所不同
- 不是非常激动，就是安静、孤僻或嗜睡
- 不能确定当时是一天当中的什么时间或者自己身在何处
- 睡眠习惯有所改变，例如，晚上清醒，白天昏昏欲睡
- 感到害怕、心烦意乱、易怒、生气或者悲伤
- 看到其实并不存在、但他们觉得似乎很真实的事物
- 大小便失禁。

## ■ 谵妄症有多常见？

大约有五分之一的老年人因谵妄症入院，近一半居住在养老院里的人在接受护理的某个阶段会患谵妄症。

## ■ 谵妄症的病因是什么？

老年人患谵妄症的常见原因包括：

- 感染（包括男性或女性尿道感染）
- 多种身体疾病
- 便秘
- 脱水或营养不良
- 严重疼痛
- 使用药物，包括非处方药
- 酗酒
- 戒酒或停止服药，尤其是安眠药。

## ■ 谵妄症是如何开始的？

这种病的症状是突然发生的，通常持续几小时或几天。在一天当中，患者的行为举止也可能变化不定。

谵妄症有时会被误认为痴呆症或抑郁症，因此如果病人的精神状态发生突然变化，其家人或朋友要通知医疗/护理人员，这点是很重要的。

## ■ 谵妄症会持续多久？

谵妄症通常只持续几天，但有时会持续数周甚至数月。如果谵妄症没有很快地减轻，那么就可能导致严重的并发症，比如跌倒、压疮、住院时间延长甚至死亡。

## ■ 谵妄症会复发吗？

患过谵妄症的人确实更有可能再次患上谵妄症。

## ■ 怎样治疗谵妄症？

谵妄症通常跟潜在的身体疾病有关，不过未必一定能够确定其病因。医务人员会做一个全面的医疗评估，以找出谵妄症潜在的病因并予以治疗。

治疗还包括降低患并发症的风险及减轻症状。

## 家人和照顾者的作用

- 家庭成员及照顾者可以为护理谵妄症患者的人员提供有价值的信息。
- 如果患者的精神状况或身体状况突然发生变化，一定要通知医务人员。