

如何辨認與管理譫妄

給長者、家人和照顧者的資訊



本小冊子有助您認識：

- 什麼是譫妄
- 譫妄的成因
- 如何治療譫妄



Sinai Health System

HEALTHY AGEING AND GERIATRICS

什麼是譫妄？

譫妄是一種急性發作的暫時性思維意識混亂病症，會影響病患的思考和行為方式。

高危人群

有下列狀況的人群較易出現譫妄：

- 失智
- 抑鬱
- 最近進行過心臟或髖部手術
- 之前曾出現過譫妄
- 視力不佳或有聽力障礙
- 65歲或以上

譫妄的成因？

下列因素可導致譫妄：

- 感染
- 藥物副作用
- 脫水或營養不良
- 便秘或腹瀉
- 酗酒或戒酒
- 不適合的助聽器或眼睛
- 來到全新或陌生的環境中
- 體內鹽分和水分失衡

譫妄的症狀有哪些？

譫妄有兩種類型：亢奮型和減退型。減退型譫妄患者有以下症狀：

- 動作非常遲緩或者不愛活動
- 不願意花時間和他人在一起
- 講話停頓或者完全不講話
- 看起來顯得困倦

亢奮型譫妄患者有以下症狀：

- 擔憂和害怕
- 焦躁不安
- 同樣的動作重複做很多次
- 幻覺
- 妄想

一位患者身上可能會同時有亢奮型和減退型譫妄的症狀。

如何治療譫妄症？

- 醫生會通過治療潛在病因來治療譫妄症，其中可能包括使用藥物。
- 對大部分人來說，譫妄症會在幾天或幾週內消失，還有一些人可能需要更長的時間。
- 盡早識別譫妄症的跡象與症狀會讓治療更容易、更快速，但仍要意識到個體差異。

看護與照顧譫妄症病人的貼士



您可以通過以下方法來幫助您的家人或朋友：

- 如您注意到患者思維或行為有任何變化，請告知您家人或朋友的醫生或護士。
- 確保您的家人或朋友佩戴了眼鏡和/或助聽器。
- 時刻提醒他們身處何處、日期時間和周圍發生的狀況。
- 在顯眼處放置鐘錶和日曆，供家人或朋友查看。
- 鼓勵熟悉的人在一天中來訪。
- 確保患者熟悉/喜愛的物品(相片、音樂)放置在易於取得處。
- 表述應盡量簡短、易於理解。談論時事，或大聲朗讀書報給他們聽。
- 向家人或朋友的醫護團隊詢問應進行哪些有幫助和安全的活動。
- 將家人或朋友服用的處方藥和非處方藥完整清單與醫護團隊分享。其中應包括價格。
- 通過牽手、按摩、熱飲或音樂來安慰您的家人或朋友。如果醫護團隊許可，可以放置一盞夜燈。

更多資訊

溫哥華島衛生局

面向譫妄症患者家屬和看護人士的相關資訊，其中包括如何預防並辨識譫妄症。



<https://www.islandhealth.ca/learn-about-health/seniors/delirium>

接受深切治療的譫妄症患者之相關資訊

面向在ICU中的譫妄症患者及其家屬的相關資訊。



www.icudelirium.org/patients.html

怎樣辨識譫妄症[影片]

供譫妄症患者及其家屬觀看。



www.youtube.com/watch?v=hwz9M2jZi_o

本系列的相關資源

- 記憶力問題的一般要訣
- 長者的安全用藥

本系列的額外健康資源：

- 延年益壽 – 健康養老指南
- 鈣質、維他命D與骨骼健康
- 預防在家中跌倒
- 管理便秘
- 改善泌尿失禁
- 管理睡眠問題
- 辨認與管理聽力衰退
- 替代決策者與授權委託
- 虐老
- 管理照顧者壓力

本系列的額外社區資源：

- Meals on Wheels上門送餐服務
- 社區交通選擇
- 如何登記使用Wheel-Trans輪椅專車服務
- 駕駛評估服務
- 輔助裝置計畫 (Assistive Devices Program) 傷健輔助器材資助

有關給長者、家人和照顧者的額外資訊詳情，請瀏覽 www.sinaigeriatrics.ca/healtheducation。

本資訊僅作參考之用，並非用以取代專業醫療建議、診斷或治療。有關具體醫療狀況的建議，請諮詢您的醫療護理提供者。本材料僅可複印單次作非商業的個人用途。

謹感謝以下機構支持，讓支援健康養老倡導計畫的教育資源順利出版。



The Ben and
Hilda Katz
Foundation



Mon Sheong Foundation and the
Ben and Hilda Katz Foundation
慷慨提供資金，資助印刷和翻譯支
援健康養老的教育資源。

耆老事務廳
透過其長者社區撥款計畫 (Seniors
Community Grant Program)，
為本倡導計畫提供資金。

著者：Mount Sinai Hospital精神病學科室 - Nourhan Mohamed, Mara Silver和Ben Rosen
修訂日期：03/2017