



譫妄 / Delirium

患者與家人指南 / A Guide for Patients & Families

什麼是譫妄？

譫妄是一個醫療術語，用以描述患病和住院期間可能出現的一種混亂和神智不清的新狀態。這種嚴重但短暫的醫療狀況可能會使患者和家人感到驚慌。請與您的醫生或護士溝通以瞭解詳情。

- 譫妄會在數小時或數天內出現
- 譫妄的跡象可能每個小時都不一樣
- 譫妄可使之前存在的記憶和思維問題惡化
- 譫妄可能需要數天的時間方能恢復，並且可能持續數天或數週
- 譫妄不是痴呆

最可能出現譫妄的人士有以下風險因素：

- 嚴重的疾病或感染
- 老年人
- 藥物或酒精戒除
- 痴呆
- 脫水或電解質紊亂
- 疼痛
- 外科手術
- 視力或聽力差
- 服用多種新藥

譫妄的跡象和症狀包括：

- 難以集中注意力
- 不斷重複詢問同一問題
- 對時間或地點的健忘或困惑
- 看到或感覺到不存在的東西或聽到不存在的聲音
- 情緒突然變化
- 激動行為，可能包括脫掉衣服，取掉導管或其他器械，或嘗試離開醫院
- 過度嗜睡，並隨情緒激動的階段而變化
- 難以入睡
- 抑鬱

您可如何提供幫助？

- 告知醫生和護士您親人通常的行動和思考能力。
- 如果您的親人在家有使用助聽器、眼鏡和假牙，請一同帶到醫院。
- 確保您的親人坐在椅子上或靠在床上進餐。如果允許，請鼓勵患者經常飲水並進食充足的食物。
- 透過以下方式讓其正常入睡：
 - 限制日間小睡。如果允許，請讓您的親人下床進餐。
 - 日間開燈並在晚上關閉。
 - 透過提供眼罩和耳塞減少晚間的噪音和干擾。若床邊無此等物品請詢問工作人員。
- 詢問關於移除任何導管、靜脈導管或限制器械的問題。
- 如果疼痛難忍或排便不正常，請告知護士。
- 安排探訪者。一次僅限1至2人。
- 如果可以，鼓勵日間前來。
- 向醫生或護士報告任何新的藥物或近期的劑量變化。

對有譫妄症狀患者的護理：

- 交談時，語氣輕柔緩慢並使用簡單詞彙。
- 使用舒緩的語調。
- 談話時正面對着患者。
- 談論往事。
- 從家中帶來熟悉的物品或圖片，並經常前來探訪，藉此幫助您的親人穩定情緒。
- 保持室內安靜並限制干擾。
- 避免過多的噪音（電視、過多來訪者、在室內有多重交談）。
- 如果您的親人所言沒有道理或偏執，請勿嘗試與其爭論或糾正他們。
 - 透過讓其感覺舒適和安心的方式進行回應。
 - 例如：「您似乎很生氣/恐懼/傷心。我就在這裏，可以保護您的安全。」