

急性譫妄症-老人的隱性殺手

一、什麼是譫妄症?

譫妄症是一個重要的臨床警訊，它的出現會增加死亡、失智、失能的風險，臨床的表徵為急性的意識混亂、認知功能障礙、注意力不集中、睡眠週期混亂、視幻覺、聽幻覺、妄想症或是出現攻擊性的行為，造成照顧者很大的壓力。

二、什麼人容易得到譫妄症?

- 1.70 歲以上的高齡長者
 - 2.有認知障礙、失智症者
 - 3.有多重疾病或多重藥物使用者
 - 4.脫水、依賴、長期臥床或不活動的長者、
- 當有急性疾病或需要開刀麻醉的長者，都容易誘發急性譫妄症。

三、如何預防

預防譫妄症的方法如下:

- 1.保持耳聰目明：有視力及聽力障礙的長者，一定要配戴眼鏡或助聽器
- 2.吃飽喝足：三餐均衡飲食、足夠水分
- 3.一夜好眠：規律的作息、良好的運動習慣、避免一些刺激性的食物

四、如何處理

- 1.提供安靜舒適的環境
- 2.提供溝通的輔具：助聽器或眼鏡並以簡單的句子溝通
- 3.減少及避免身體約束
- 4.使用大時鐘及日曆增加長者的定向感
- 5.增加身體活動及人際社交互動
- 6.多到戶外曬太陽或使用光線燈照射
- 7.安全防護：清除周遭危險物品、預防跌倒

家屬在照顧譫妄症的長者時要先了解到發生譫妄症的原因，並且認知長者出現謾罵、幻覺、妄想等症狀時，是譫妄症所引起的症狀，要以耐心、愛心的方式對待，如果照顧者在身心部分出現疲累或憂鬱等症狀，可以善用失智共照中心或長照 2.0 的服務來協助。

資料來源:高齡醫學中心高雄榮總網頁 <https://www.youtube.com/watch?v=GxagI9DPO5o> 認識譫妄症

譫妄症與失智症之鑑別診斷

特徵	譫妄症	阿茲海默失智症
發作	突然急性發病，可以知道正確日期	緩慢漸進式發病，且不知正確日期
可逆性	通常為可逆性	一般為非可逆性
病程	病程短，通常幾天到幾週	病程長，通常數月到數年
注意力	注意力不集中，且不能持久	通常正常
思考力	無條理	思想貧乏
知覺	早期就出現幻覺及錯覺	幻覺及錯覺通常出現於疾病晚期
語言	早期就有語無倫次、答非所問	後期會出現語言數量減少
睡眠	常出現日夜顛倒的睡眠障礙	較少出現日夜顛倒的睡眠障礙
記憶力	早期就有暫時、近期、遠期記憶障礙至少出現其一	疾病早期，僅有近期記憶障礙
生理疾病或藥物影響		非因生理疾病或藥物影響所致

資料來源:成大醫院網頁 <https://www.youtube.com/channel/UCDx8qcUXN6QW0yF4JH6I3cw> 譫妄-老人的隱性殺手