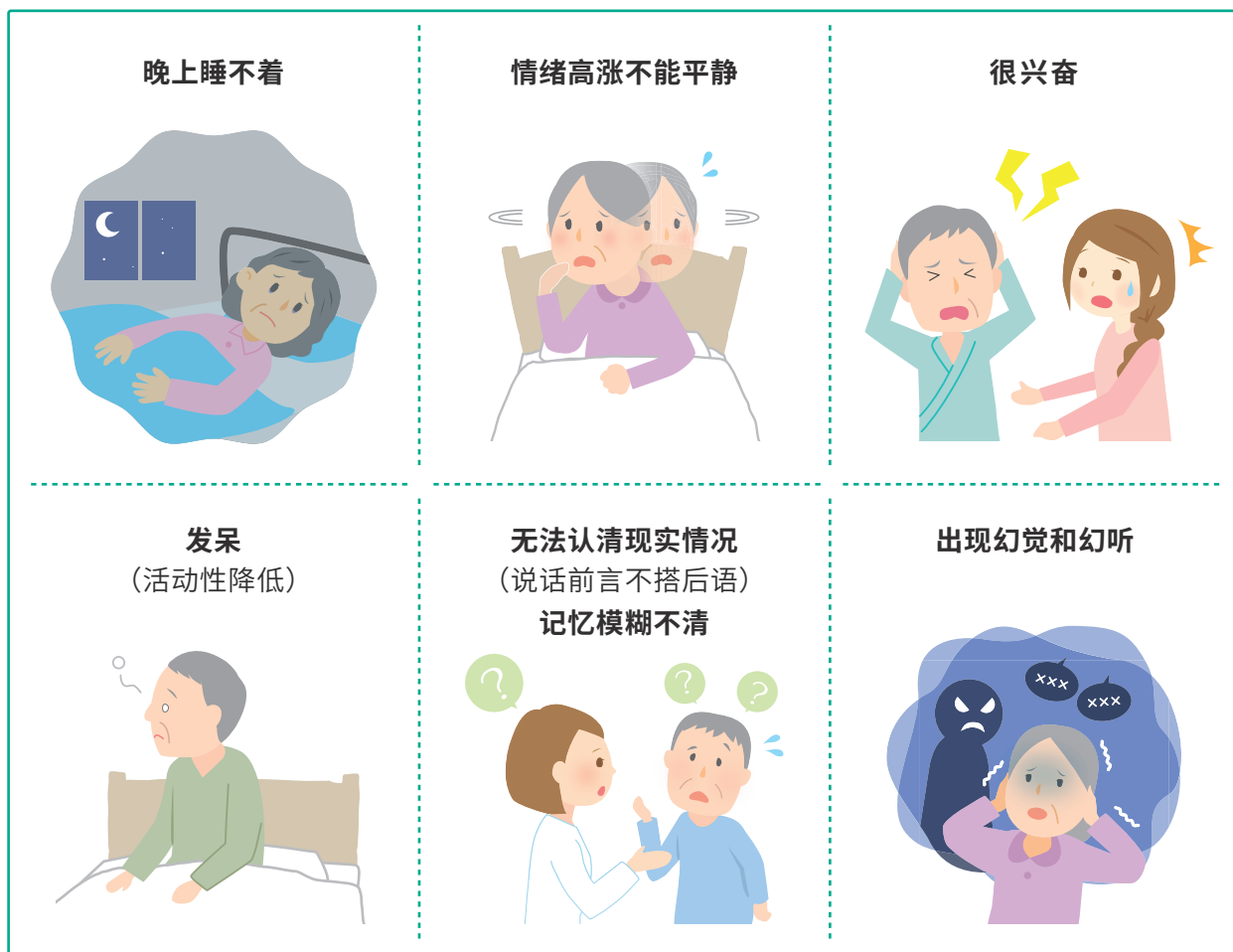


## 4 预防“谵妄”十分重要

### 1 您知道什么是“谵妄”吗？

“谵妄”是指由于环境和身体状况的突然变化，及手术、检查、药物调整等带来的身心压力而引起的一种精神错乱的状态。

“谵妄”有以下的症状。



❗ 一旦出现这样的症状，患者不仅是精神方面会有很大压力，还有可能会自行拔去治疗所需的点滴或插入体内的导管，有时甚至会摔倒。

“谵妄”与老年痴呆症不同，会突然出现，虽然因人而异，但基本上都是暂时性的。而且，还有可能预防“谵妄”的发生。

### 2 容易出现“谵妄”的患者特征

- 年龄超过70岁的患者
- 有老年痴呆症，或在日常生活中容易忘事的患者
- 之前在住院时，出现过上面图片中所示的症状的患者
- 曾得过脑梗塞或脑出血的患者
- 经常服用安眠药的患者
- 每天大量饮酒的患者

### 3 关于预防“谵妄”

通过事先准备，可以预防或减轻发生谵妄的可能性。

#### 住院前的准备

- 尽可能调整好身体状态，  
饮酒量大的患者，  
请减少饮酒量。  
(最好能戒酒)
- 在准备住院时，  
请考虑携带以下物品。

##### 可显示日期和时间的物品

台历和表等



※手机或智能手机  
有时会不方便。



##### 便于确认周围情况的物品

眼镜和助听器



##### 日常用惯的物品

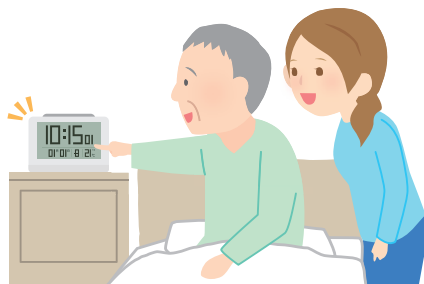
睡衣、假牙、  
毛巾、洗脸用具等



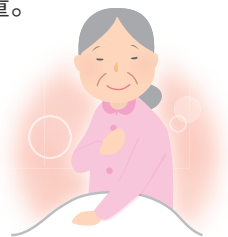
#### 患者住院后

##### 缓解不安和混乱的措施

- 请将台历或表放在可以看见的位置，  
头脑中保持时间的感觉。



- 调整白天和黑夜的节奏，  
在白天保持清醒的状态。
- 使用眼镜或助听器，  
以便能更好地确认周围的情况。
- 摆脱疼痛、便秘或睡不着等  
不快症状也很重要。  
请不要忍耐，有什么问题  
尽快与医护人员商量。



### 4 出现“谵妄”时……

医护人员将与精神科诊疗团队合作，  
治疗患者出现的“谵妄”症状。  
对药剂和治疗环境进行调整。

患者家人的鼓励和支持也非常有效，请予以配合。

