您能提供哪些帮助？How can you help?

- 探望他们，让他们放心，他们是安全的。
- 握住他们的手。
- 提醒他们日期和时间。
- 轻声说话，使用简单的单词和短语。
- 即使他们服用了镇静剂，也要和他们说话。
- 谈谈家人和朋友。
- 带来他们的眼镜、助听器和假牙，让他们戴上。
- 从家里带来熟悉的物品，如照片或物件。
- 给他们读报纸或他们最喜欢的书籍，或带来他们最喜欢的音乐。
- 把他们正常的睡眠模式告诉医务人员。
- 在他们住院期间写日记。包括记下来访者、家庭事件、医疗检测和病情进展，以帮助他们填补记忆空白。
- 不否认那些奇怪梦境或幻觉。提醒他们，他们是安全的，那都不是真实的。
- 记住这是暂时的！

回家Going home

谵妄的影响可能会持续很长时间。类似痴呆症的思维问题可能会持续数月。这可能包括难以完成正常任务、难以集中注意力或记忆衰退。

*重症监护后综合症*是指在危重疾病发生后的很长时间内仍存在健康问题。问题可能涉及一个人的身体、思维、情感或心智，这些问题也可能影响到家人。健康问题的严重程度和持续时间因人而异。

如果您发现以下任一迹象，请咨询医生：

- 思维和记忆出现问题，如健忘、做事情要花费更多时间、无法完成任务以及难以重返工作岗位
- 抑郁、焦虑或类似创伤后应激障碍的反应
- 情绪变化
- 肌肉无力，主要表现在手臂和腿部
- 麻木、灼痛或神经痛
- 疲倦和睡眠模式改变
- 体重下降

www.fraserhealth.ca
此资讯不能取代医务人员给您的建议。
Catalogue #268124 (June 2023) Chinese Simplified
For more copies: patiententeduc.fraserhealth.ca

Chinese Simplified

重症监护患者的谵妄

Delirium in the Critical Care Patient

您需要知道的事项以及您如何能提供帮助

基本护理合作伙伴和患者指南

fraserhealth

什么是谵妄？What is delirium?

谵妄是一种**意识错乱**状态，在这种状态下，一个人：

- 难以清晰思考
- 无法集中注意力
- 很难知道周围发生的情况
- 可能会看到或听到并不真实存在的事物，但对他们来说那些却似乎是真实的

谵妄发生得很快，可持续数小时或数天，而且每天都会发生变化。这种状态通常是暂时的，几天后就会好转，但也可能持续一周或更长时间。

谵妄有哪些症状？

What does delirium look like?

谵妄患者会：

- 坐立不安，难以保持静止，**或**安静孤僻
- 健忘，而且难以清晰思考
- 搞不清地点或时间
- 记忆存在空白
- 夜间难以入睡，白天睡眠增多
- 看到或听到并不真实存在的事物（愉快的或是可怕的）
- 情绪混乱，看起来不像平常的自己

为什么会发生谵妄？Why does it happen?

谵妄导致大脑的工作方式发生变化。这可能是由于以下原因：

- 在进入重症监护室之前大脑没有足够的氧气供应
- 大脑无法正常利用氧气
- 严重疾病或感染
- 某些药物
- 疼痛
- 缺乏睡眠
- 戒断药物、酒精或尼古丁

哪些人会患上谵妄？

Who could develop delirium?

以下人群最有可能患上谵妄：

- 患有感染
- 曾做过大手术
- 患有痴呆症
- 年长者
- 男性
- 吸烟者
- 患有心脏或肺部疾病
- 患有抑郁症

谵妄很常见

- 在重症监护病房，每3名患者中有2人出现谵妄
- 每10名使用呼吸机的患者中有8人出现谵妄

我们如何照护谵妄患者？

How do we care for people with delirium?

- 我们查找可能导致谵妄的疾病并加以治疗。
- 我们每天注意观察谵妄的征兆，以便尽早开始治疗。
- 我们尽快让患者坐到椅子上。
- 我们经常提醒患者，他们是在医院里而且很安全。
- 我们可能会给病人服药，帮助他们减少任何不安全的行为。
- 我们可能会给病人戴上软的手腕约束装置，防止重要的管子被拔出。每位护士都会定期检查是否需要采用这些约束装置。
- 我们在每间病房都设有白板，上面写明日期和负责照护他们的医护团队人员的姓名。

谵妄不是痴呆症

痴呆症是一种思维障碍。痴呆的发展要经历数月或数年。这种变化是永久性的。痴呆症患者更容易出现谵妄。

请翻页…