

認識高齡者的譫妄症

文 / 家庭醫學部住院醫師 吳兆東



吳兆東醫師檔案

現職：臺北榮民總醫院家庭醫學部住院醫師
 學歷：國立陽明大學醫學系畢業
 專長：家庭醫學、公共衛生、預防醫學。

何謂譫妄症？

「譫妄」是一種急性的注意力和認知功能障礙，常在數天內甚至數小時內發生。最常見於 65 歲以上的住院病人。在美國每年有超過 260 萬人受到影響，相關的醫療支出超過 1 億 6000 萬美金。然而，許多情況下，譫妄往往被忽視或未被診斷。

譫妄症常見的症狀：

1. 注意力無法集中。
2. 無法有組織的思考。
3. 意識昏沉。
4. 精神以及活力下降。
5. 躁動或甚至出現幻覺。

上述症狀的共通特點為急性發生、且症狀是有波動性的。一天中不同時間可能嚴重程度不同，不同的症狀也可能交替地出現。

譫妄症導致的風險

譫妄會增加長期認知功能下降的風險、死亡率上升、增加跌倒風險等。

有那些狀況特別容易引起譫妄？

譫妄的風險因子多種多樣，包括：

1. 失智症；
2. 最近有新使用的藥物（特別是精神科藥物）；
3. 高齡者（大於 65 歲以上）；
4. 近期有感染症發生。

譫妄的預防及照護

譫妄對病人的預後影響很大，但通常是可以預防的，原則包含下列 4 項：

1. 避免使用易引起譫妄的藥物：若近期有新增使用的藥物，可和開立處方的醫生討論藥物造成譫妄症

的可能性以及是否調整藥物。

2. 增加病人與環境的互動和定向感。多和家人對話以及相處，在病人平常生活的場域放置日曆以及時鐘幫助病人

了解時間。

3. 建立規律的日夜作息，減少白天午睡的時間。如果能夠下床走路，鼓勵在安全的前提下多下床活動；若不能走路，也建議病人白天時增加坐著的時間，或可以坐輪椅外出等。

如果上述的方法預防後仍出現譫妄症，則應考慮尋求醫療協助以及藥物治療。

