

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。

