

头脑的突然变化:

# 谵妄症

## 什么是晚年谵妄症?

- 谵妄症是一种严重而突然的心智衰退。
- 对大脑而言,它可以被理解为是突然的心力衰竭。<sup>1</sup>
- 谵妄症本身不是一种疾病,而是其他健康问题的并发症,如感染、脱水或疼痛。<sup>1,2</sup>
- 谵妄症是一种需要治疗的急症。<sup>3</sup>

## 谵妄症的症状? <sup>1,3</sup>

谵妄症是以下方面的突变:

**意识:** 不知道是哪一天,也不知如何集中注意力

**行动:** 迟缓、不活跃或比平常更活跃

**睡眠:** 白天昏昏欲睡,或晚上噩梦连连

**情感:** 不安、焦虑、有敌意、欣喜若狂或极度孤僻

**思想:** 幻听、幻象、幻想、幻觉



## 如何预防?<sup>3,4</sup>

- 充足饮水
- 保持活跃
- 均衡饮食
- 有规律的睡眠
- 常与亲人在一起
- 身旁放置一个时钟或日历

# 我在哪里能 获取帮助?



有关谵妄症和其它精神健康的资源和援助，  
请查询您所属的社区并联系以下这些服  
务机构。

---

## ConnexOntario

一周七天，24小时服务。提供保障个人隐私  
的、免费的有关整个安大略省精神健康、戒  
瘾和戒赌的信息。

[www.connexontario.ca](http://www.connexontario.ca) 1-866-531-2600

## 加拿大老年人心理健康联盟

[www.ccsmh.ca](http://www.ccsmh.ca) 289-846-5383

---

## 加拿大心理健康协会

<https://ontario.cmha.ca/> 1-800-875-6213

---

## 成瘾和心理健康中心

[www.camh.ca](http://www.camh.ca) 1-800-463-2338

---

## 社区信息中心

[www.211Ontario.ca](http://www.211Ontario.ca) Dial 211

---

## 资源

病人、家庭与朋友的谵妄症 [https://www.uhn.ca/PatientsFamilies/Health\\_Information/Health\\_Topics/Documents/Delirium.pdf](https://www.uhn.ca/PatientsFamilies/Health_Information/Health_Topics/Documents/Delirium.pdf)

### 参考资料

1. Inouye, S.K., Westendorp, R.G. & Saczynski, J.S. (2014)。老年人谵妄。《柳叶刀》，383 (9920), 911-922。
2. Burns, A., Gallagley, A. & Byrne, J. (2004)。谵妄。《神经学、神经外科与精神病学期刊》，75 (3), 362-367。
3. 加拿大老年人心理健康联 (2009)。老年人的谵妄: 老年人及其家庭指南。安大略, 多伦多。
4. Oh, E.S., Fong, T.G., Hshieh, T.T. & Inouye, S.K. (2017)。老年人的谵妄: 诊断和治疗的进展。Jama, 318 (12), 1161-1174。