



預防妄想症及老年患者的照顧

認識更多+

保護你的腦部

什麼是妄想症？

妄想症是一種突發而嚴重的思維紊亂，可能會改變一個人保持清醒的能力、記憶力、對時間或地方的取向，以及清晰地說話或思考的能力。

妄想症是一種緊急醫療狀況。如果下列任何徵象突然出現，即使時有時無，也要立即求醫。

- 注意力難以集中。
- 與人交談時分神或跟不上。
- 說話或行動不合情理。
- 聽見聲音或看見別人看不到的事物。
- 產生奇怪的信念或以為人們試圖傷害你。
- 孤僻、比平時沉默或緩慢。
- 感到不安、憂慮、煩惱或憤怒。
- 日間昏昏欲睡及/或夜間不能成眠。

失智症患者也可能有妄想症。有時候，妄想症看起來好像失智症。分別在於妄想症發病的速度很快。

妄想症可能是不同的因素結合造成的。其中一些較常見的成因包括：

- 感染，例如膀胱或肺部感染。
- 近期曾接受手術。
- 多種醫療狀況。
- 未經治療的疼痛。
- 開始服用某些藥物或增加藥物劑量。
- 停止服用某些藥物，例如止痛藥或安眠藥。
- 停止喝酒（若是大量喝酒的人）。
- 吃得不健康。
- 喝水不足。
- 睡眠不足。
- 沒有配戴助聽器或眼鏡。

妄想症在長者之中比較常見。這種病往往是可以預防或治療的。

妄想症有 哪些成因？

A close-up photograph of a hand with black nail polish holding several bright red, oval-shaped pills. The background is a soft-focus field of green grass and yellow autumn leaves. The text '妄想症有 哪些成因？' is overlaid on the right side of the image in a large, stylized font.

如何治療妄想症？

妄想症沒有單一的治療方法。

在最常見的情況下，醫療團隊與病人和他們的家人合作，了解 and 解決妄想症的病因。找到了病因之後，妄想症的病情往往能夠得到改善。舉例說，如果感染導致妄想症，醫生就會治療感染。如果某種藥物導致妄想症，醫生可能讓病人停藥，降低劑量或嘗試轉藥。

在某些情況下，妄想症患者可能需要藥物治療他們的行為，這在病人對自己或他人構成危險的情況下最常見到。

醫療團隊會留意妄想症的徵象，看看它們是否消失。他們可能會改變你的治療，直到你的病情好轉。

如何預防妄想症？

幫助預防妄想症：

照顧你的人必須知道你所有的藥物和你如何服藥。應依照醫生的處方服藥。如果你開始或停止服用某種藥物，或正在改變藥物劑量，要特別留意你的感覺。如果你感到不適，要告訴醫療人員。

- 經常運動。
- 飲食要足夠。
- 嘗試在晚上睡覺（可能的話，不要服安眠藥）。
- 配戴你的眼鏡和助聽器。
- 繼續進行你喜歡的嗜好和活動。
- 減少喝酒的份量，不要突然停止喝酒。

如果你接受將要手術前術往或醫院其他治療：

了解你的醫院是否設有預防妄想症計劃。查詢你是否可以參加。

跟你的醫療團隊談談你在手術之後出現妄想症的風險。

如果你在醫院出現妄想症，你可能難以明白你有哪些護理選擇，為此作出決定和將你的意願告訴醫療人員。在接受手術或治療之前，告訴別人如果你在手術或治療後不能表達自己，你會希望得到什麼樣的護理。詳情請參看“其他資源”之下的 Advanced Care Planning（預定護理計劃）網站。

無論在醫院、長期護理設施或家裏，你都可以幫助你的家人感到安全和平靜。

可能的話，盡量陪伴你的親人，尤其是在傍晚和整夜。

你在親人身邊可能會有幫助。

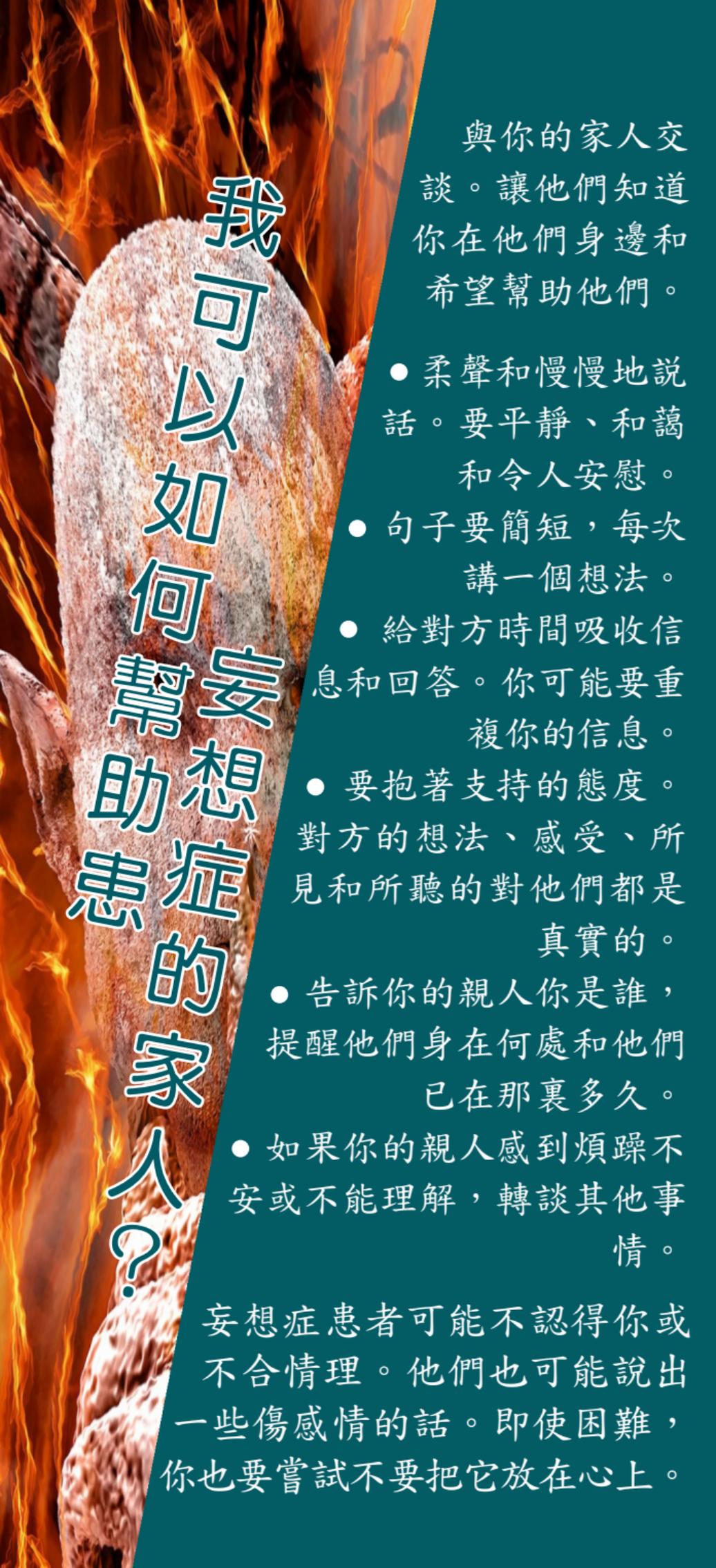
如果你不能留下來，請家人或朋友陪伴他們。如果你的

親人在醫院或護理院，熟悉的照片或其他物品能幫助

他們安靜下來。若有需要，你可以協助你的親人與醫

療團隊交談。

我可以如何幫助患妄想症的家人？



我可以如何幫助患妄想症的家人？

與你的家人交談。讓他們知道你在他們身邊和希望幫助他們。

- 柔聲和慢慢地說話。要平靜、和藹和令人安慰。
- 句子要簡短，每次講一個想法。
- 給對方時間吸收信息和回答。你可能要重複你的信息。
- 要抱著支持的態度。對方的想法、感受、所見和所聽的對他們都是真實的。
- 告訴你的親人你是誰，提醒他們身在何處和他們已在那裏多久。
- 如果你的親人感到煩躁不安或不能理解，轉談其他事情。

妄想症患者可能不認得你或不合情理。他們也可能說出一些傷感情的話。即使困難，你也要嘗試不要把它放在心上。

支持規律性的日間生活常規

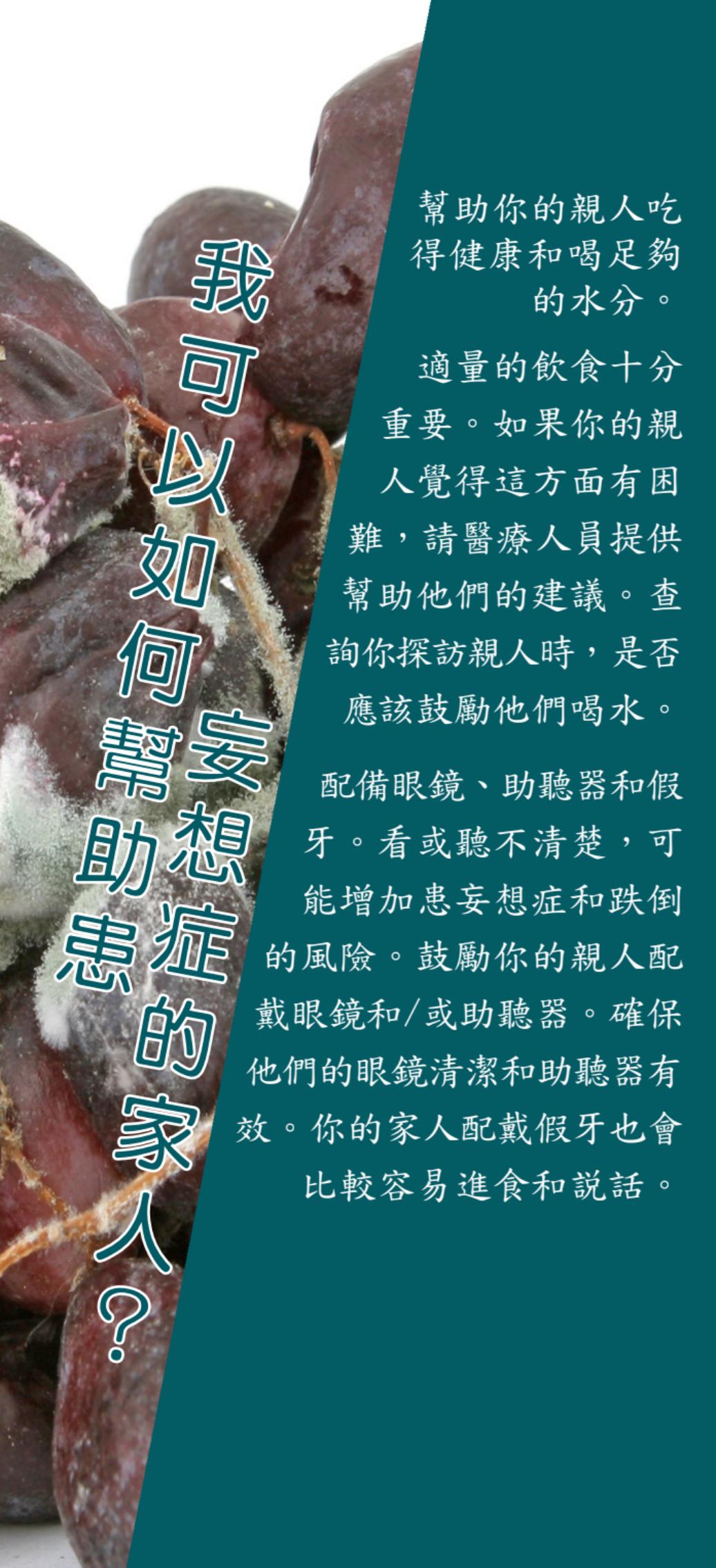
要確保房間光綫充足，打開窗簾引入天然光。這樣可以幫助你的親人知道時間和他們在哪裏；也可以幫助他們在適當的時間醒來和睡覺。把時鐘或日曆放在附近，有助於定下生活常規。

支持規律性的夜間生活常規

- 晚上把燈光調暗，有助休息和睡眠。
- 替親人慢慢地進行背部按摩；給他暖牛奶、柔和的音樂；出去走走；提供舒適的枕頭和暖氈子。
- 限制聲響。

我可以如何幫助患妄想症的家人？





我可以如何幫助患妄想症的家人？

幫助你的親人吃得健康和喝足夠的水分。

適量的飲食十分重要。如果你的親人覺得這方面有困難，請醫療人員提供幫助他們的建議。查詢你探訪親人時，是否應該鼓勵他們喝水。

配備眼鏡、助聽器和假牙。看或聽不清楚，可能增加患妄想症和跌倒的風險。鼓勵你的親人配戴眼鏡和/或助聽器。確保他們的眼鏡清潔和助聽器有效。你的家人配戴假牙也會比較容易進食和說話。

支持運動

了解你的親人應該做多少運動，查詢你在這方面可以怎樣幫助他們。

如果你的親人駕車，了解他們什麼時候能安全地再次開車。

專注於改善病情

不要提醒你的親人當他們患妄想症時曾經講過或做過的事。這些行動都是妄想症的徵象。聽到這些可能會令人感到害怕和尷尬。你反而應該專注於幫助你的親人改善病情。

幫助預防將來患妄想症

跟你親人的醫療人員談談，找出妄想症的病因。幫助你的親人認識如何預防將來患妄想症。

我可以如何幫助患妄想症的家人？

其他有關妄想症的資源

Canadian Coalition for Seniors'
Mental Health (CCSMH)

加拿大長者心理健康聯盟

www.ccsmh.ca

Vancouver Island Health Authority
(VIHA) 溫哥華島衛生局

www.viha.ca/mhas/resources/delirium/

Government of Canada Seniors Website

加拿大政府長者網站

www.canada.ca/seniors

This is Not My Mom 這不是我媽

www.thisisnotmymom.ca

Advance Care Planning

預定護理計劃

www.advancecareplanning.ca/resource-library



這本小冊子改編自加拿大長者心理健康聯盟的“全國性長者心理健康指引：妄想症的評估和治療”。

獲加拿大公共衛生局及啓康藥房資助和合作編製。

免責聲明：這本小冊子的製作目的祇為提供資訊，而非為詮釋或用作醫療作業標準。