

せん妄の予防と 対策について

患者さんにご家族ができること

- 朝から日光をとり込んで部屋を明るくしましょう
- 普段使用されている眼鏡、補聴器は正しく着用しましょう
- 時計、カレンダーなどを近くに置いて一緒に日時の確認をしましょう
- 睡眠リズムを整えるために、日中の活動の助けとなるもの（本・新聞・TV・ラジオ・軽い運動など）を活用しましょう
- 痛み、便秘など、本人が気になっている症状は早めに医療者に相談しましょう
- せん妄が起こったらハサミなどの危険物は近くに置かないようにしましょう

ご家族からのよくある質問

Q. つじつまの合わないことを言っています。間違いを訂正しても分かってもらえず、逆に怒らせてしまったのですが…

A. つじつまが合わない内容であっても、患者さんの言うことを否定せずに話を最後まで聞いて、その後に安心できるような言葉かけをしていきましょう。間違いを真っ向から正すことで患者さんを否定し、傷つけてしまうことがあります。

例) 患者さん「夜中、廊下に知らない人が立っていたんだ」
→「夜中にそんなことがあったの？それは気持ち悪いね」

Q. これは認知症でしょうか？どんどん悪くなっていくのでしょうか？

A. 認知症とせん妄は全く異なる病気です。
せん妄は原因が取り除かれればよくなる可能性が十分あります。



「せん妄」は一見すると認知症と間違われやすいですが、まったく異なる病気です。

注意深く観察することで「せん妄」を早めに発見し、解決することができます。

せん妄の予防と対策について、一緒に考えていきましょう。

Q 「せん妄」とはどのような症状ですか？

- 体調が悪い
- 手術の後
- 新しい薬が身体に合わない

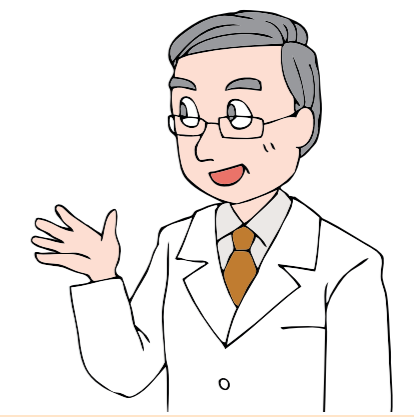
などの原因で意識が混乱することです



多くの方は、治療により回復します

Q 「せん妄」になりやすいひととはどんな人？

- 高齢の方
- 物忘れが目立ってきた方
- 脳梗塞や脳出血になったことがある方
- 「せん妄」になったことがある方
- アルコールをたくさん飲む習慣がある方



「せん妄」のときは、患者さんにこのような変化があります
(すべての方に見られるわけではありません)

時間や場所の感覚が鈍くなる	<ul style="list-style-type: none"> ● 今日が何月何日かわかりにくくなる ● 病院にいるか自宅にいるかわかりにくくなる
幻覚が見える	<ul style="list-style-type: none"> ● 「天井がゆがんで見える」 ● 「部屋の壁の様子が動いて見える」 ● 「誰かが部屋の外に立っている」
睡眠のリズムが崩れる	<ul style="list-style-type: none"> ● 寝る時間と起きる時間が不規則になる ● 昼間眠って、夜に眠れない
落ちつきがない	<ul style="list-style-type: none"> ● 何度もベッドから起き上がる ● くりかえし、どこかへ行こうとする ● 転んでしまう
話していることをつじつまが合わない	<ul style="list-style-type: none"> ● 過去のことを今のことのように話す ● 現実とは違うことを話す

荒っぽくなったり時には怒りっぽくなる	からだについている治療のための管を「知らずに」抜いてしまう
--------------------	-------------------------------

せん妄の予防や評価のために、医療者は以下のようなことを確認します

夜眠れているか	睡眠リズムを整えることがせん妄の予防の第一歩です	日付や場所の確認 簡単な計算など	せん妄が起こると記憶力や判断力、集中力が低下することがあります
幻覚がないか	せん妄が起こるとふだん見えないものが見えたりすることがあります	話のつじつまが合っているかどうか	せん妄が起こると混乱しておかしな言動をとることがあります



『「意識が混乱したとき」—緩和ケア普及のための地域プロジェクト:OPTIM study—がん対策のための戦略研究 緩和ケアプログラムによる地域介入研究班より引用』一部改変