ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ И УХАЖИВАЮЩИХ ЗА НИМИ ЛИЦ

Уход за пациентом с делирием

Эта информация поможет вам узнать, что такое делирий. Она также поможет вам в уходе за другом или членом семьи с делирием.

Информация о делирии

Делирий — это резкое (внезапное) изменение образа мыслей и действий человека. Люди с делирием не могут концентрировать внимание на происходящем вокруг них, а их мышление становится неорганизованным. Это может вызывать страх у человека с делирием, у его семьи, ухаживающих за ним лиц и друзей.

Делирий может развиться внезапно, например, в течение нескольких часов, и продолжаться в течение нескольких дней, или этот процесс может происходить медленно, в течение нескольких дней или недель. Симптомы могут появляться и исчезать.

Делирий может быть вызван многими причинами, но чаще всего его причиной является болезнь или травма. После лечения болезни или травмы делирий обычно проходит, и поведение человека возвращается к норме.

Различают 3 вида делирия:

- **Гиперактивный делирий.** Люди с гиперактивным делирием обладают большей энергией и являются более настороженными, чем обычно. Они могут быть беспокойными (чувство, что они не могут расслабиться или найти комфортное положение) и испытывать проблемы с ночным сном. Они также могут быть возбуждены (легко раздражаются или начинают волноваться), у них может меняться настроение или

поведение.

- **Гипоактивный делирий.** Люди с гипоактивным делирием обладают меньшей энергией, чем обычно, выглядят сонными или подавленными (несчастными). Их взгляд может быть бессмысленным и кажется, что они пребывают в оцепенении. Они также могут проявлять меньше интереса к происходящему вокруг и могут быть более молчаливыми, чем обычно.
- **Смешанный делирий.** У людей со смешанным делирием наблюдаются симптомы как гиперактивного, так и гипоактивного делирия. Их симптомы могут изменяться, например, пациенты могут переходить от беспокойного состояния к утомленному. Такое изменение может происходить как в течение одного дня, так и в разные дни.

Делирий иногда путают с деменцией, но это не одно и то же. Деменция — это состояние спутанности сознания, которое постепенно усугубляется с течением времени без каких-либо улучшений. Делирий возникает внезапно. Вы сразу же заметите, как изменился человек. При лечении часто наступает улучшение.

Признаки делирия

У некоторых людей с делирием может проявиться 1 или несколько из этих признаков. Эти люди могут:

- выглядеть растерянными;
- быть беспокойными и расстроенными;
- легко раздражаться и начинать волноваться;
- казаться встревоженными (взволнованными);
- ощущать параноидальный страх (беспокойство, что кто-то пытается навредить им);
- быть более настороженным, чем обычно;
- с трудом оставаться бодрствующим;
- выглядеть или вести себя подавленно;

- говорить бессвязно;
- иметь галлюцинации (видеть или слышать то, чего нет на самом деле);
- путать день и ночь;
- быть забывчивым (плохо запоминать события);
- испытывать проблемы с концентрацией внимания;
- не понимать, где находятся.

Если у человека наблюдаются какие-либо признаки делирия, немедленно сообщите об этом медицинскому сотруднику. Лечащая команда этого пациента позаботится о нем и при необходимости направит его к другим специалистам.

Причины делирия

Делирий может быть вызван многими причинами. Ниже перечислены его распространенные причины.

- инфекция;
- побочные эффекты приема лекарств или изменения в приеме лекарств;
- недавно перенесенная операция с применением анестезии (лекарства, под действием которого вы засыпаете);
- хроническое (длительное) заболевание, течение которого ухудшается, например, хроническое заболевание почек или печени;
- низкий или высокий уровень натрия, калия, кальция или магния в крови;
- обезвоживание (недостаточное содержание воды в организме);
- недостаточное питание или недостаточное поступление питательных веществ с пищей в течение длительного периода времени;
- низкое или высокое содержание сахара в крови;
- запор (более редкое или более затрудненное опорожнение кишечника, чем обычно, или и то, и другое);
- невозможность помочиться;

- сильная (очень сильная) боль;
- чрезмерное употребление алкоголя или резкий отказ от употребления алкоголя;
- прекращение приема benzodiazepine или других успокоительно-снотворных средств (расслабляющих лекарств). Это препараты, используемые для лечения тревожности и расстройств сна. Они помогают вам расслабиться.

  Синдром отмены — это физические и психические симптомы после прекращения приема этих препаратов. Распространенными препаратами benzodiazepine являются lorazepam (Ativan®), alprazolam (Xanax®) и diazepam (Valium®).
- недостаток витамина B1 (thiamine).

Факторы риска развития делирия

Некоторые обстоятельства могут повышать риск развития делирия. Человек может быть подвержен риску развития делирия, если:

- его возраст составляет 70 лет и старше;
- у него были приступы делирия в прошлом;
- у него есть проблемы с памятью и мышлением;
- он находится в больнице с серьезным заболеванием;
- у него обезвоживание;
- у него обильная рвота или диарея (жидкий или водянистый стул);
- он испытывает проблемы со зрением или слухом;
- он принимает 5 или более разных лекарств;
- он подключен к дыхательному аппарату, например, ИВЛ.

Лечение делирия

Лучший способ лечения делирия — это найти и устранить его причину.

Иногда для выявления причины делирия медицинскому сотруднику пациента могут назначить множество анализов и обследований. Это могут быть анализы крови, рентгеновские снимки, визуализация головного мозга (например, MRI и исследование методом CT-сканирования) и электрокардиограммы (EKG).

Медицинский сотрудник также задаст вопросы об истории болезни пациента. Это будут вопросы о перенесенных заболеваниях, лечении и другие вопросы, касающиеся здоровья.

Когда причина делирия будет обнаружена, можно начинать лечение. Лекарств, которые лечили бы непосредственно делирий, не существует.

Медицинский сотрудник может назначить пациенту медикаментозное лечение, направленное на устранение причины делирия. Также могут быть назначены препараты для лечения некоторых симптомов делирия. Например, если человек расстроен или нервничает, ему может быть назначено лекарство, которое поможет ему расслабиться.

Помимо медикаментозного лечения, при возникновении делирия могут помочь и другие средства. Специалисты лечащей команды пациента могут забрать из его больничной палаты некоторое медицинское оборудование, если оно не требуется. Это поможет обеспечить безопасность пациента. Кроме того, в палате с пациентом может находиться какой-либо сотрудник, например, санитар. Он будет контролировать пациента, чтобы тот оставался в безопасности.

Как помочь человеку с делирием

Есть много способов помочь человеку с делирием, например:

- составьте регулярный режим дня и поддерживайте нормальный режим сна:
    - обеспечьте бодрствование днем, открыв шторы, чтобы впустить солнечный свет;
    - обеспечьте ночной сон, уменьшая шум, закрывая шторы и выключая

свет;

- сохраняйте тишину и покой в палате;
- убедитесь, что человеку комфортно;
- поощряйте человека вставать с кровати и сидеть на стуле в течение дня;
- поощряйте человека заниматься с физиотерапевтом (physical therapist, PT) или реабилитационным терапевтом (occupational therapist, OT):
  - PT может помочь вставать с кровати и передвигаться. Он также может показать физические упражнения, которые помогут поддерживать активность во время пребывания в больнице;
  - OT может помочь выполнять повседневные задачи по уходу за собой (например, ходить в туалет), и может помочь в выполнении упражнений для тренировки мозга (например, решать судоку или кроссворды);
- помогайте при употреблении пищи и напитков;
- следите за тем, чтобы человек пил достаточное количество жидкости;
- следите за тем, чтобы у человека были очки или контактные линзы, слуховой аппарат или и то, и другое;
- попросите друзей по возможности навещать этого человека;
- используйте календарь и часы для напоминания о дате и времени суток;
- разговаривайте о текущих событиях или о том, что происходит внутри или снаружи палаты;
- расскажите, где человек находится и почему он в больнице. Напомните ему, что он находится в безопасном месте, и его лечащая команда готова позаботиться о нем;
- читайте вслух книги или письма;
- включите любимую или успокаивающую музыку;
- покажите семейные фотографии и принесите из дома знакомые вещи, например, любимое одеяло или книгу.

Как разговаривать с человеком, находящимся в состоянии делирия

С человеком, находящимся в состоянии делирия, бывает трудно разговаривать, но важно проявить терпение и понимание. Вот несколько полезных советов по ведению беседы.

- Разговаривайте на общие темы и обсуждайте по одной теме за раз. Говорите четко, тихо и используйте короткие, простые предложения. Убедитесь, что собеседник слышит вас и понимает, что вы говорите. В случае необходимости повторите.
- Когда вы разговариваете с человеком или задаете ему вопрос, дайте ему время на ответ. Возможно, ему понадобится несколько минут, чтобы подумать о том, что он хочет сказать.
- Если человек растерян или напуган, напомните ему, где он находится и что происходит. Говорите с ним спокойным и ласковым голосом. Успокойте его и скажите, что вы готовы помочь и обеспечить его безопасность.
- Если человек расстроен или сосредоточен на какой-то теме или проблеме, которая вызывает у него раздражение, сохраняйте спокойствие. Старайтесь не повышать голос и не спорить с ним.

  Иногда проще просто сменить тему, чем пытаться объяснить или решить проблему. Также может быть полезно изменить обстановку, в которой находится человек, например, поднять его с кровати.
- Не задавайте слишком много вопросов, так как это может сбить человека с толку или вызвать чувство подавленности. Лучше предлагайте ему варианты, что он может сделать.

  Например, не спрашивайте: «Ты хочешь встать с кровати и сесть на стул?». Вместо этого можно сказать: «Давай встанем с кровати и сядем на стул, чтобы ты мог позавтракать».
- Если у человека галлюцинации, не спорьте с ним и не пытайтесь сказать

ему, что он не прав. Вместо этого признайте его чувства и успокойте его.

Например, вы можете сказать: «Я понимаю, что это страшно — слышать голоса людей, которых ты не видишь. Но посмотри, в комнате нет никого, кроме нас». Вы также можете раздвинуть все шторы и открыть все двери, чтобы показать, что в комнате больше никого нет.

- Если человек находится в общей больничной палате, покажите ему другого пациента, который находится за шторой. Перед этим обязательно получите разрешение от другого пациента.

Восстановление после делирия

Делирий может продолжаться от одного дня до нескольких месяцев. При улучшении состояния здоровья пациент может отправиться домой до того, как делирий пройдет. В некоторых случаях симптомы делирия ослабевают после возвращения домой.

В других случаях симптомы делирия могут сохраняться и через несколько месяцев после устранения причины делирия. Вы можете заметить, что пациент по-прежнему с трудом запоминает, например, дату или место, где он находится.

Врач, медсестра/медбрат, социальный работник и координатор медицинских услуг помогут вам спланировать уход за пациентом дома. Позвоните врачу или медсестре/медбрату, если у вас есть вопросы или опасения.

Как помочь человеку восстановиться после делирия, когда он вернулся домой

Ниже приведены некоторые способы помочь человеку восстановиться после делирия, когда он вернется домой из больницы.

- Поддерживайте умственную активность человека с помощью занятий, способствующих улучшению его мышления и памяти. Если вы заметили, что какой-то вид деятельность для него слишком сложный, упростите

его.

- Побуждайте человека к выполнению легких физических упражнений. Это может быть даже вставание с постели или выполнение упражнений для рук и ног.
- Продолжайте настраивать человека по мере необходимости. Вы можете помочь ему адаптироваться к возвращению домой:
  - напоминайте о дате и времени, а также о том, где он находится и что происходит;
  - держите у постели знакомые вещи, например, семейные фотографии;
  - делитесь новостями о членах своей семьи и друзьях, чтобы помочь человеку почувствовать связь с жизнью;
- Держите человека в курсе текущих событий. Для этого можно читать ему газеты или показывать новостные программы. Не показывайте ему никаких новостей, которые могут вызвать у него страх или тревогу (нервозность или беспокойство).
- После улучшения состояния человека у него могут появиться неприятные воспоминания о времени, когда он находился в состоянии делирия. Вы можете поддержать его, открыто обсуждая с ним его впечатления и чувства.

Полезные материалы для лиц, ухаживающих за пациентами

Клиника центра MSK для лиц, ухаживающих за пациентами
www.msk.org/experience/caregivers-support/caregiver-counseling-services
Если во время выполнения обязанностей по уходу за пациентами вы чувствуете, что вам нужна дополнительная помощь, обратитесь в клинику центра MSK для лиц, ухаживающих за пациентами. Эта клиника оказывает специализированную поддержку людям, осуществляющим уход за больными.

Американское общество по лечению делирия (American Delirium Society)

americandeliriumsociety.org
На этом сайте есть информация как для пациентов, так и для лиц, ухаживающих за ними. Она поможет вам понять, что такое делирий и как ухаживать за пациентами с делирием.

Если у вас есть вопросы или опасения, позвоните своему медицинскому сотруднику. Специалист вашей лечащей команды ответит на звонок с понедельника по пятницу с 9:00 до 17:00 В другое время вы можете оставить сообщение или поговорить с другим врачом центра MSK. Вы всегда можете связаться с дежурным врачом или медсестрой/медбратом. Если вы не знаете, как связаться со своим медицинским сотрудником, позвоните по номеру 212-639-2000.

Дополнительную информацию см. в нашей виртуальной библиотеке на сайте www.mskcc.org/pe.

Caring for Someone With Delirium - Last updated on July 27, 2023
Все права защищены и принадлежат Memorial Sloan Kettering Cancer Center