

せん妄^{もう}とは？

せん妄とはなんですか？

- 様々な要因で起こる意識の障害です
- 通常、一時的なもので、急に発症して、症状に波があるのが特徴です
- 数時間から数日続き、長い時には1ヶ月以上続きます

どんなきっかけで起こりますか？

- 入院などの急激な環境の変化
- 身体的な負担の増大
- 不安など心理的な負担の増大

せん妄を起こしやすい人はいますか？

- 高齢の方
- 認知症の方
- 手術後の方
- 痛みのある方
- せん妄を起こしやすいお薬を飲んでいる方

どんな症状が出ますか？

- 場所がわからなくなる
- 意識が障害され、注意力が散漫になる
- つじつまの合わないことを言う
- 幻覚(見えないはずの物が見えるなど)や妄想(被害妄想など)が生じる
- おかしな行動をする
- 情緒不安定になる
- 興奮する・落ち着きがなくなる
- 元気がなくなる・反応が悪くなる
- 起きる時間・寝る時間のサイクルが崩れる
- 理解力、記憶力が損なわれ、それまでできていたことができなくなる

予防する方法や良い関わり方はありますか？

病院では裏面に記載したような工夫と心掛けで関わりを続けています。

ご家族や普段介護に関わる方も、一緒に実践してみてください。

お部屋の中での工夫

- 昼か夜か区別できるように昼間は照明を点け、夜は照明を消す
- 慣れ親しんだ物などを身の周りに置く
- 視界に入る所に時計やカレンダーを置く



患者さんへの関わり方の工夫

- 今いる場所、治療内容、スケジュール、治療者/看護者などについて繰り返し話す
- 認知機能に対して刺激になるような会話を増やす(日付、過去の思い出話など)
- 家族、友人の面会の回数を増やす(知っている人の顔を見ると安心します)
- 昼間は眠ってしまわない様に話しかけるなどして、夜はよく眠れるようにする
- 目や耳が悪い方には、眼鏡や補聴器の使用をすすめる
- 日中の活動を促し、運動量を増やす
- 手術の後は出来る限り早期に運動を促す



せん妄は、入院時から予防し、早期発見、早期対応していくことが大切です。普段と様子が違うと感じたら、早めに病院のスタッフにお知らせください。治療にはお薬を使うこともあります。詳しくは担当の医師とご相談ください。