「譫（ㄓㄢ）妄症」是什麼碗糕？

身心科　謝明鴻醫師

臨床上所謂的「譫妄」是一種急性腦部症候群，主要的症狀是出現意識上的混亂及認知功能變差，病程常常急性發作且持續數天或數週。譫妄症雖然是一種臨床上常見的疾患，但卻常常未被診斷及未接受治療。以下簡介其症狀：

1. 意識的混亂：意識狀態在一天之中會隨著時間的不同而出現不同的變化，且常常是夜晚較混亂，有人因此形容為“日落症候群”。此外，其注意力無法集中且容易被不相干的事物吸引。
2. 認知的下降：患者近程記憶力變差，痊癒後通常不記得發過生什麼事或只剩下零星的「島狀記憶」。病患對週遭環境的察覺能力變差，對人、時、地等方向感會搞不清楚。
3. 其他症狀：患者思考過程混亂而常出現答非所問或語無倫次的現象。生動的視幻覺（例如看到過世的親屬或動物）及錯覺常常嚇壞家屬以為患者真的看到鬼了！有些病人整體活動量較高亢以致躁動不安及四處亂走動，住院中可能不聽勸阻而自行拔除鼻胃管、點滴、或尿管造成家屬或照顧者極大的困擾！另外有些病人活動量降低，整天安靜躺在床上一點也不會吵鬧，因此常被誤認是在睡覺或處於憂鬱狀態而未被發現。病患睡眠經常日夜顛倒，如晚上常睡不著到處遊走而造成家屬極大的困擾，但白天卻可能一直嗜睡。情緒可能呈現激動、焦慮不安、煩躁、興奮或憂鬱。有時會出現被害妄想而攻擊接近他的醫護人員，或情緒驚慌失措急著離開醫院，即使處在高樓也可能直接從窗戶跳下去。

譫妄的發生有很多原因，通常發生在老人、剛開刀後、燒傷病人、腦部功能變差（如老年癡呆症或腦中風）、藥物或酒精戒斷、因病住在加護病房或愛滋病等身體狀況不佳的人。譫妄的出現代表不好的預後，不但延長住院時間且死亡率大為增加，雖然大部分病人可完全康復，但有些病患在之後的二年內死亡率仍然高達四成。譫妄的病程雖然大多很短暫甚至可自行痊癒，但有些症狀仍會持續六個月之久，甚至成為慢性腦症候群，失去獨立自我照顧能力且認知功能明顯下降。

在治療方面最重要是要找出致病的原因（如身體疾病），並給予及時的治療，

醫師應施行詳盡的身體檢查及相關檢驗，必要時並安排腦波或電腦斷層掃描以確定病因。其次是保護病患安全並減少危及治療的舉動，可短期使用抗精神病藥物或加上抗焦慮劑協助治療。此外，提供安全環境及充足的飲食和水份，在醫院可擺出日曆、時鐘，及最好有熟悉的家人陪伴在側，以提醒病患目前的時間、地點，並可安撫病患情緒而減少混亂行為。

總之，譫妄是一種腦部急症，需要立即查出病因加以治療，才能早日痊癒，以減少慢性化或死亡，千萬不要以為是「卡到陰」而延誤治療的黃金時刻！

