

PREVINGUEM EL DELÍRIUM

Informació per a familiars/acompanyants



Què és el delírium?

És una alteració aguda de l'estat mental que afecta el pensament, l'atenció i el comportament i que **apareix freqüentment en els pacients ancians en ingressar a l'hospital, però que qualsevol persona pot desenvolupar.**

Signes i símptomes

El delírium apareix de manera aguda i oscil·lant al cap de poques hores o dies de l'ingrés. Mentre l'està patint, el pacient:

- **està desorientat** i no sap on és; pot estar nerviós o mogut, o bé lent i molt adormit;
- **no reconeix els familiars/acompanyants** i té dificultats per concentrar-se;
- **mostra canvis de caràcter**, desconfiança i irritabilitat, agressivitat verbal o física;
- **parla incoherentment** o no se l'entén, repetint sempre el mateix;
- **presenta dèficits de memòria** i pot tenir al·lucinacions o deliris;
- **està més nerviós a la nit**, amb insomni o li costa estar despert durant el dia.

Causes

Els pacients amb més risc són els ancians, sobretot si tenen demència o han patit un episodi de delírium previ.

Alguns desencadenants: canvi d'ambient o de domicili; molt de soroll de nit; absència d'acompanyants coneguts pel pacient, etc.

Altres possibles causes: descompensació de malalties cròniques o agudes; canvis en el tractament; dolor; deshidratació o anèmia; canvis en els hàbits de micció (incontinència o retenció urinària) o defecació.

Què puc fer jo per prevenir el delírium?

- **Assegurar que el pacient estigui acompanyat** per familiars o els seus cuidadors (també les primeres nits de l'ingrés).
- **Portar-li els seus objectes habituals**, com ara ulleres, audíofons, pròtesi dentària, rellotge, etc.
- **Reorientar-lo:** explicar-li què li ha passat, on és, quin dia i hora és, etc.
- Si no hi ha contraindicació mèdica, **estimular-lo a sortir del llit**, a participar en els menjars, a mantenir la higiene, etc.
- **Mantenir-lo despert** i actiu durant el dia (promoure la conversa, la lectura, els jocs de taula, etc.).
- **Afavorir el descans durant la nit**, respectant les hores de son.
- **Informar l'equip assistencial si apareixen símptomes** com: nerviosisme, agressivitat, canvi de caràcter, desorientació, poca reactivitat, somnolència, insomni, estrenyiment, tos o ennuegaments quan beu aigua, mal control del dolor, aparició de ferides, etc.

Tingui això en compte!

1. És important que vostè, com a cuidador o familiar del pacient, descansi, s'alimenti i s'hidrati adequadament.
2. El pacient no és conscient dels seus actes durant el delírium.
3. Delírium i demència poden coexistir, però no són el mateix. El delírium s'instaura de manera brusca, però és potencialment reversible.

Recordi, el delírium es pot prevenir!