

Què és el delirium?

És un canvi agut i fluctuant de la funció cerebral que implica DESORIENTACIÓ, INATENCIÓ I ALTRES ALTERACIONS COGNITIVES (al·lucinacions, pèrdua de memòria, pensament desorganitzat) que ocorre en persones grans durant l'hospitalització.



¿Què puc fer per a prevenir-lo?

Estimulació cognitiva



- ✓ Orientar en temps, espai i persona. Conversar amb ell.
- ✓ Proporcionar-li objectes personals (fotografies, rellotge, calendari).
- ✓ Promoure la autocura.
- ✓ Realitzar activitats que li agradin: llegir, escoltar música/radio.
- ✓ Evitar l'ús perllongat de la TV.
- ✓ Socialitzar amb altres persones, en la mesura que es pugui.

- ✓ Si utilitza ulleres, audiòfons i/o dentadura postissa, afavorir el seu ús per facilitar la relació amb el seu entorn.
- ✓ És important que les habitacions en les que es trobi el pacient estiguin ben il·luminades, evitant sorolls i excés de visites.

Audició i visió



Hidratació



- ✓ Evitar la deshidratació.
- ✓ Evitar begudes carbonatades, amb cafeïna i estimulants.

- ✓ Ajudar a que el pacient realitzi activitat física, al menys, tres vegades al dia.
- ✓ Evitar les contencions i restriccions físiques.

Mobilització i exercici



Descans nocturn



- ✓ Acompanyament familiar durant la nit.
- ✓ Evitar l'excés de descans durant el dia per poder descansar bé a la nit.

- ✓ És important que tu també descansis, t'alimentis i t'hidratis adequadament.
- ✓ Malgrat que la situació pot ser frustrant, evita enfardar-te i/o cridar-li, ja que el pacient no és conscient de la situació ni de les seves accions.
- ✓ Deixa't cuidar, també, recorda que un cuidador són dues vides.

Cuidador



Recorda que el delirium és prevenible