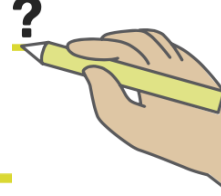


# DELIRYUM



## NEDİR

Deliryumun nasıl farkına varılacağı  
ve bu konuda ne yapılacağı  
hakkında bilgi.

Bu broşür size verildi çünkü ya deliryum gelişme riskiniz daha yüksek, halihazırda bir hezeyanınız var ya da sevdiğiniz kişi hezeyan yaşadı.

**GMCA** GREATER  
MANCHESTER  
COMBINED  
AUTHORITY

  
in Greater Manchester

## Deliryum nedir?

Deliryum yaygın bir durumdur. Deliryumlu insanlar düşünme ve hatırlamada güçlük çekebilir, korkmuş veya üzgün hissedebilir, orada olmayan şeyleri görebilir veya duyabilir. Saatler veya günler içinde ortaya çıkabilir. Kalıcı bir hastalık değildir.

## Hezeyana ne sebep olur?

Bir kişiyi deliryum geliştirmeye tetikleyebilecek birçok şey vardır. Bunlara altta yatan hastalıklar denir, örneğin: ağrı, enfeksiyonlar, yeterince yememek veya içmemek, kabızlık ve ilaçların yan etkileri.

## Kim hezeyana uğrayabilir?

İnsanlar, hastane, bakım evleri ve evde yaşamak gibi her yerde hezeyan geliştirebilirler. Aşağıdaki kişilerde daha yaygındır:

- 65 yasin uzerinde olanlar.
- Bilişsel bozukluk veya bunama yaşayın veya önce deliryum.
- Örneğin kalça kırığı için yakın zamanda ameliyat olmuşsa.
- Birçok tıbbi durumunuz veya görme veya işitme kaybınız var.

## **Deliryum nasıl tespit edilir?**

Deliryumun olası etkisini azaltmak için, birisinin onu geliştirdiğine dair belirtileri olabildiğince **erken tespit etmek önemlidir.**

Deliryumlu bir kişinin davranışı, saatler veya günler içinde hızla değişecektir. Bu belirtilerden herhangi birini fark ederseniz bir **doktor veya hemşire ile konuşun.**

- Huzursuz ve heyecanlı olabilirler.
- Geri çekilebilir ve uykulu olabilirler.
- Nerede olduklarını bilmeyebilirler.
- Arkadaşları ve aileri tanımayabilirler.
- Bir konuşma yapamayabilirler.
- Orada olmayan şeyleri görebilir veya duyabilirler ya da çevrelerindeki insanlardan şüphelenebilirler.

## Deliryumlu birine nasıl yardım edilir?

Aşağıdaki şeyler hezeyanlı birinin daha iyi hissetmesine ve iyileşmesine yardımcı olur.



Günde 3 öğün yemek yemiyorlarsa, düzenli, az ve sık olarak teşvik edin



Günde 6-8 bardak cups a day.



Bunlara ve işitme cihazlarına sahiplerse gözlüklerini takmaları için onları teşvik edin.



Egzersiz ve yataktan kalkmayı teşvik edin.



İyi bir gece uykusu aldıklarından emin olun.



Kabız olmaktan kaçınmak için düzenli olarak tuvalete gitmeyi teşvik edin.



Ask a doctor or pharmacist to check if they are taking multiple medicines, or in pain.



Nerede olduklarını açıklayın, bilmediğiniz bir yerdeyseler, hatırlamaya yardımcı olacak şeyler yazın.



Onlarla sohbet etmek için fotoğraflar gibi bildikleri şeyleri kullanın. Onları sevdiği etkinliklere ve hobilere katılmaya teşvik edin.



Onlara tarih ve saati hatırlatmak için saatler ve gazeteler kullanın.

## Daha iyi olmak

Çoğu insan iyileşir. Altta yatan hastalığı tedavi ederken, kişi yavaş yavaş normal haline dönecektir. Birkaç gün veya hafta boyunca günlük işlerle mücadele edebilirler.

Bir kez deliryum geçiren birinin tekrar yakalama olasılığı daha yüksektir. Tekrar deliryum olma riskini azaltmak için yukarıdaki listede bulunan her şeyi yaptığınızdan emin olun. Deliryum belirtilerini fark ederseniz, **bir doktor veya hemşireyle konuşmayı unutmayın.**

Bazı insanların asla geçmeyen semptomları vardır. Birkaç ay sonra hala düşünme veya hatırlama sorunları yaşıyorlarsa, bir doktor veya hemşire ile konuşun.

## Daha fazla bilgi

- Dementia United, [dementia-united.org.uk/delirium-toolkit-training-resources](http://dementia-united.org.uk/delirium-toolkit-training-resources) / web sitesinden erişilebilen bu broşürün daha uzun bir versiyonuna sahiptir.
- (Deliryum hastalarını destekleyen kuruluşlar, deliryum gelişme riski daha yüksek olan demansla yaşayan insanlara da yardımcı olur.)
- Age UK: Kırılganlık ve deliryum hakkında bilgi ve kaynaklar: [ageuk.org.uk/our-impact/policy-research/frailty-in-yaşlı-insanlar](http://ageuk.org.uk/our-impact/policy-research/frailty-in-yaşlı-insanlar) / ortak-koşullar-kırılganlık /. Age UK Tavsiye Hattını 0800678 1602 numaralı telefondan da arayabilirsiniz.
- Dementia UK: Dementia UK, aileler için uzman demans desteği sağlamaktadır. Deliryum kitapçığı [dementiauk.org](http://dementiauk.org) adresinden indirilebilir. Ayrıca bir yardım hattı var: 0800888 667

## Temasta olmak



Email  
[gmhscp.dementiaunited@nhs.net](mailto:gmhscp.dementiaunited@nhs.net)

Website:

[dementia-united.org.uk](http://dementia-united.org.uk)

**Greater  
Manchester**  
Health and  
Social Care  
Partnership

---