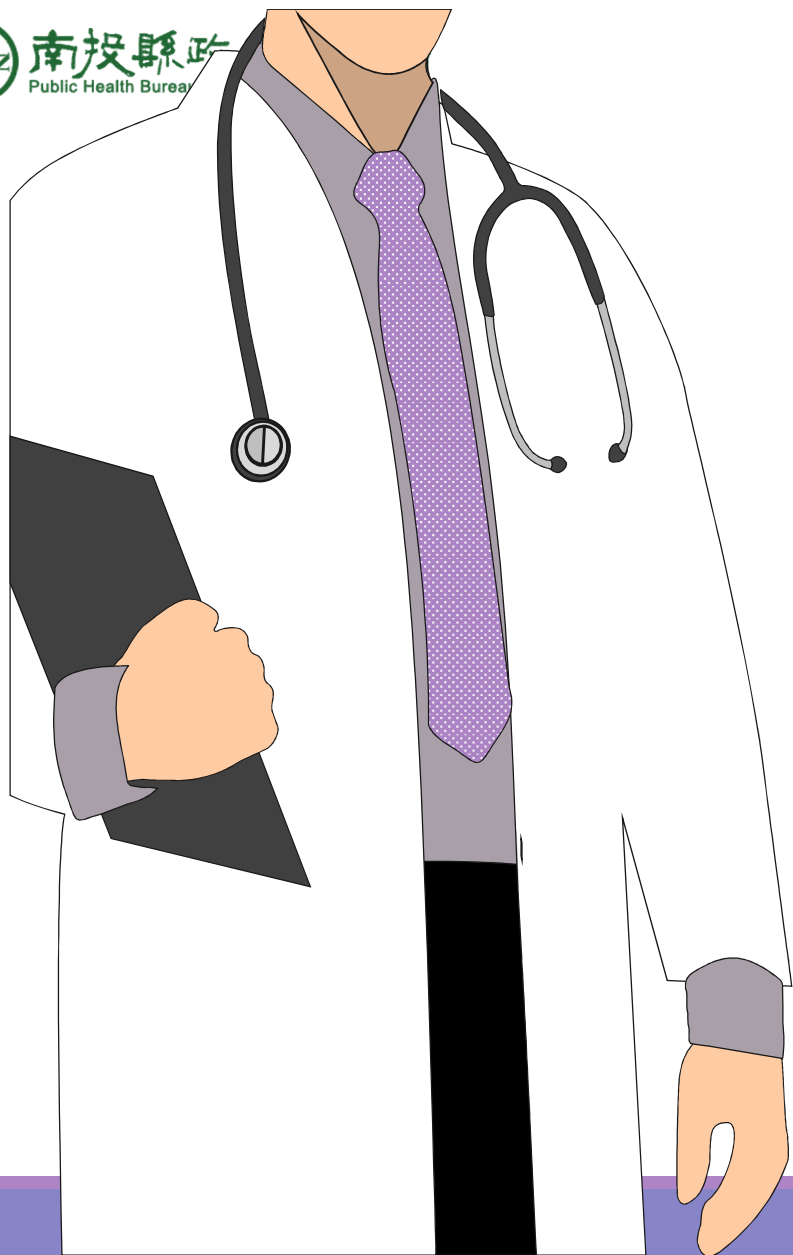


南投縣政府衛生局 失智友善核心課程



團隊 當責 關懷 創新



課程大綱

何謂失智症

介紹失智症病程

介紹失智友善社區

預防失智症方法

團隊 當責 關懷 創新



何謂失智症

目前全世界 每3秒增加一位新的失智症者，家裡長輩有時會出現記憶力變差，重複詢問相同問題等行為，很多家屬都以為人老了都是這樣，屬於正常現象，因而忽略了就醫的重要性，但事實上他/她已經生病了，需要接受相關治療。

年老 ≠ 失智症

團隊 當責 關懷 創新

影片來源：衛生福利部國民健康署



失智症10大警訊



1 記憶力減退到影響生活



2 計畫事情或解決問題有困擾



3 無法勝任原本熟悉的事物



4 對時間地點感到混淆



5 理解視覺影像和空間之關係有困難



6 言語表達或書寫出現困難



7 東西擺放錯亂且失去回頭尋找的能力



8 判斷力變差或減弱



9 從職場或社交活動中退出



10 情緒和個性的改變

失智症是一種疾病 非正常老化
長輩如有疑似失智症請至神經內科或精神科就診

失智友善微電影—憶哥健身篇30秒(精華版)



影片來源：衛生福利部國民健康署

失智症的臨床症狀

三大症狀領域



大腦萎縮、退化

Activities of Daily Living 日常生活的能力
穿衣、數錢，算時間，打電話…需要家人/看護照顧

Behavior 行為紊亂

妄想，躁動，幻覺，異常行為，冷漠…通常是被家屬發現此症狀才警覺就醫的原因

Cognition 認知障礙

記憶喪失，失去定向感，注意力不集中，不識家人…走失

團隊 當責 關懷 創新

阿茲海默症、血管性失智症、額顳葉失智症、路易體失智症的比較

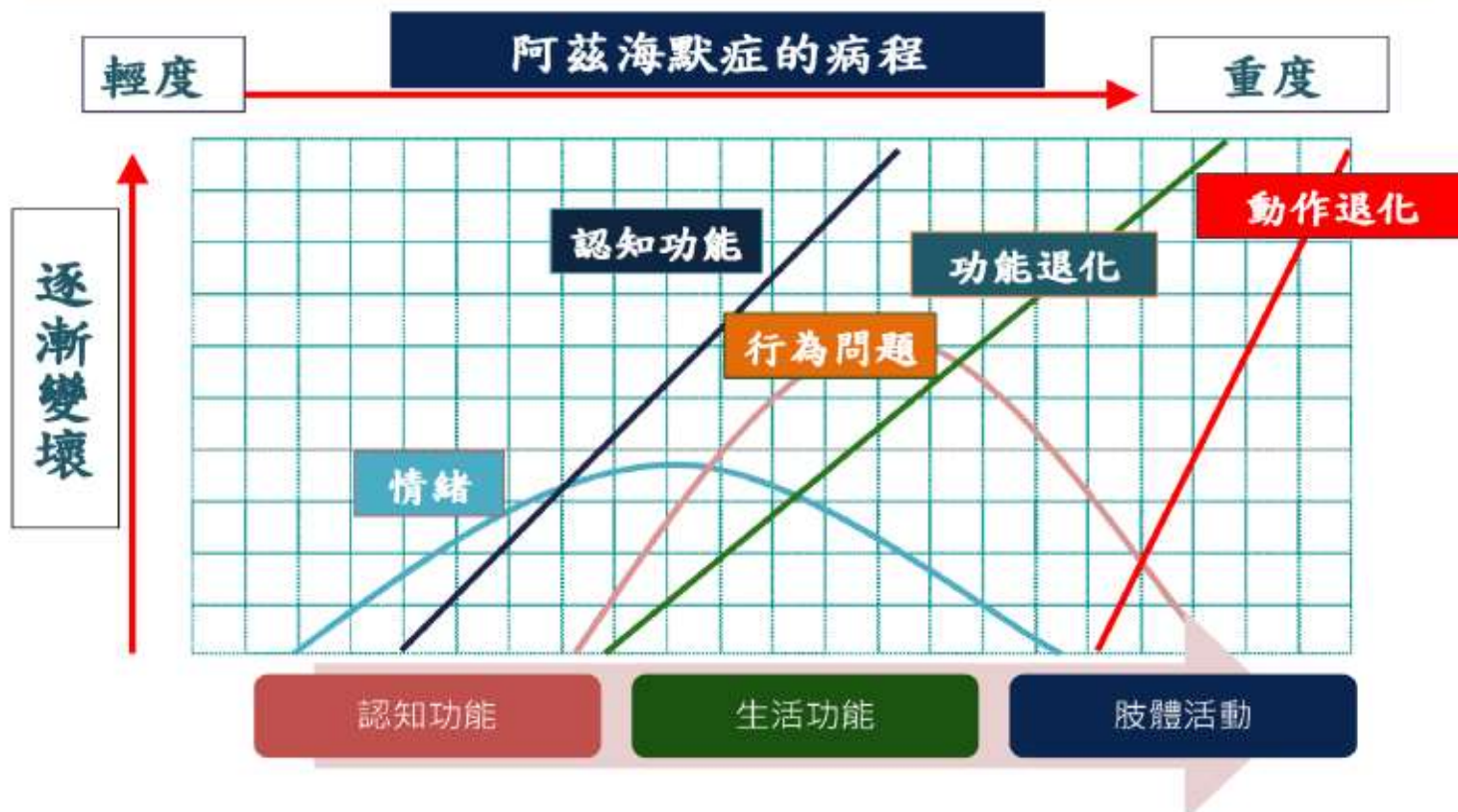
	阿茲海默症	血管性失智症	額顳葉失智症	路易體失智症
認知範疇的缺損	以近期記憶力為早期的主要症狀	注意力、執行功能	社交認知或語言功能為主。	知覺-動作整合功能及注意力(或意識起伏)
幻覺的出現與特徵	在疾病早期幾乎沒有幻覺，但進到疾病中期或後期幻覺比例高(超過30%)。視幻覺的影像模糊、且維持短暫。有些個案有聽或嗅幻覺	幻覺出現與腦部中風部位有關；整體而言，幻覺比例少於13%，有幻覺者認知功能較嚴重。	整個過程少有幻覺(10%)。	視幻覺與聽幻覺為主；疾病早期即有影像完整或生動的視幻覺。
發病年齡	大多在70歲以後發病	中年到老年都可發病	平均60歲(常見於45-65歲)	50-83歲
佔失智症的比例	60%	10-15%	<10%	10%

團隊 當責 關懷 創新

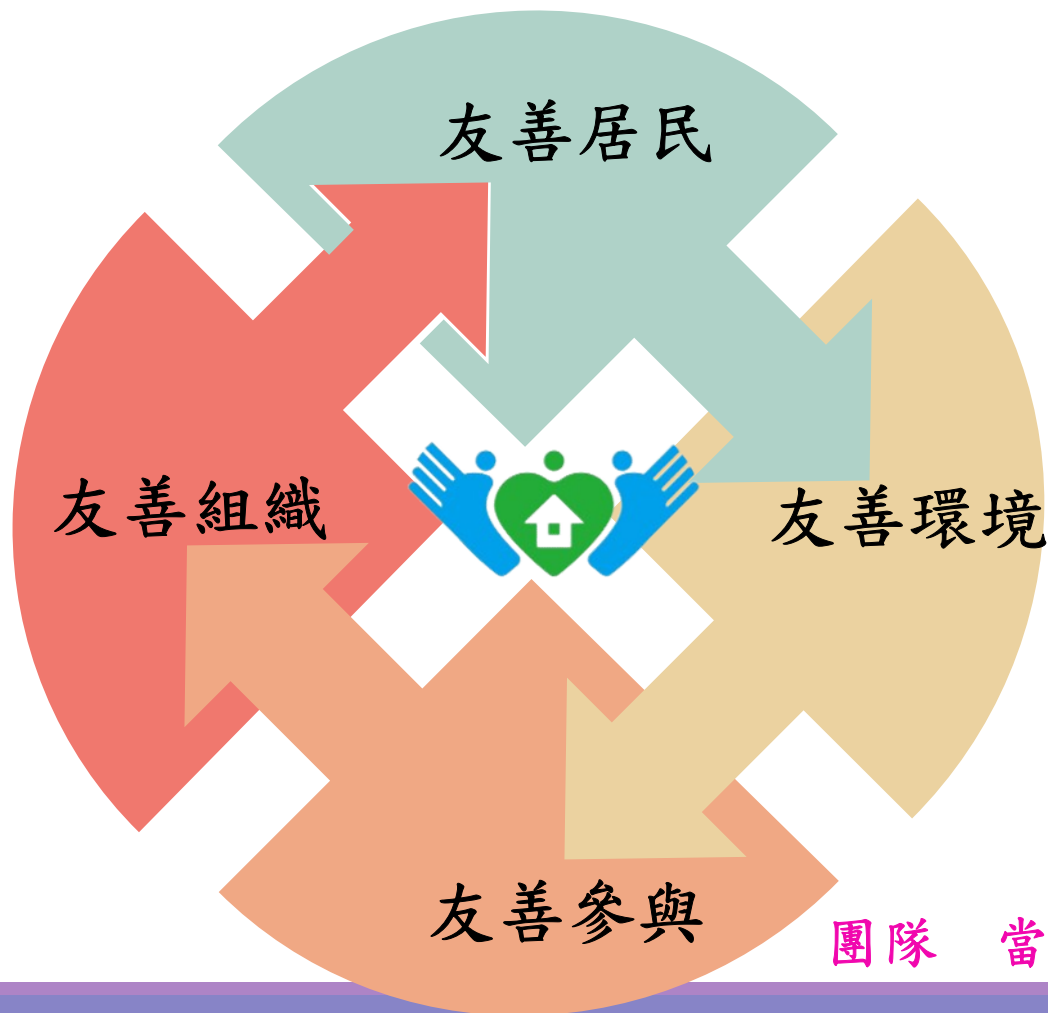


阿茲海默症病程隨時間和嚴重度而變化

Pattern of symptoms over time in patients with AD



失智友善社區四要素



友善環境



今天的任務是打造安全的失智患者居家環境

於繁榮且友善的居家安全環境中

團隊 當責 關懷 創新

打造失智症患者安全居家環境 浴室篇

- 1 可在浴缸及馬桶旁側加裝扶手，扶手顏色應較明顯，最好與牆壁成對比
- 2 馬桶有顏色坐墊或馬桶顏色與牆壁、地板顏色呈對比，容易識別
- 3 門把顏色對比明顯、易見，方便個案辨識
- 4 保持浴室地板乾燥或貼上止滑條以免滑倒
- 5 建議選擇上下開關或定溫水龍頭以避免燙傷

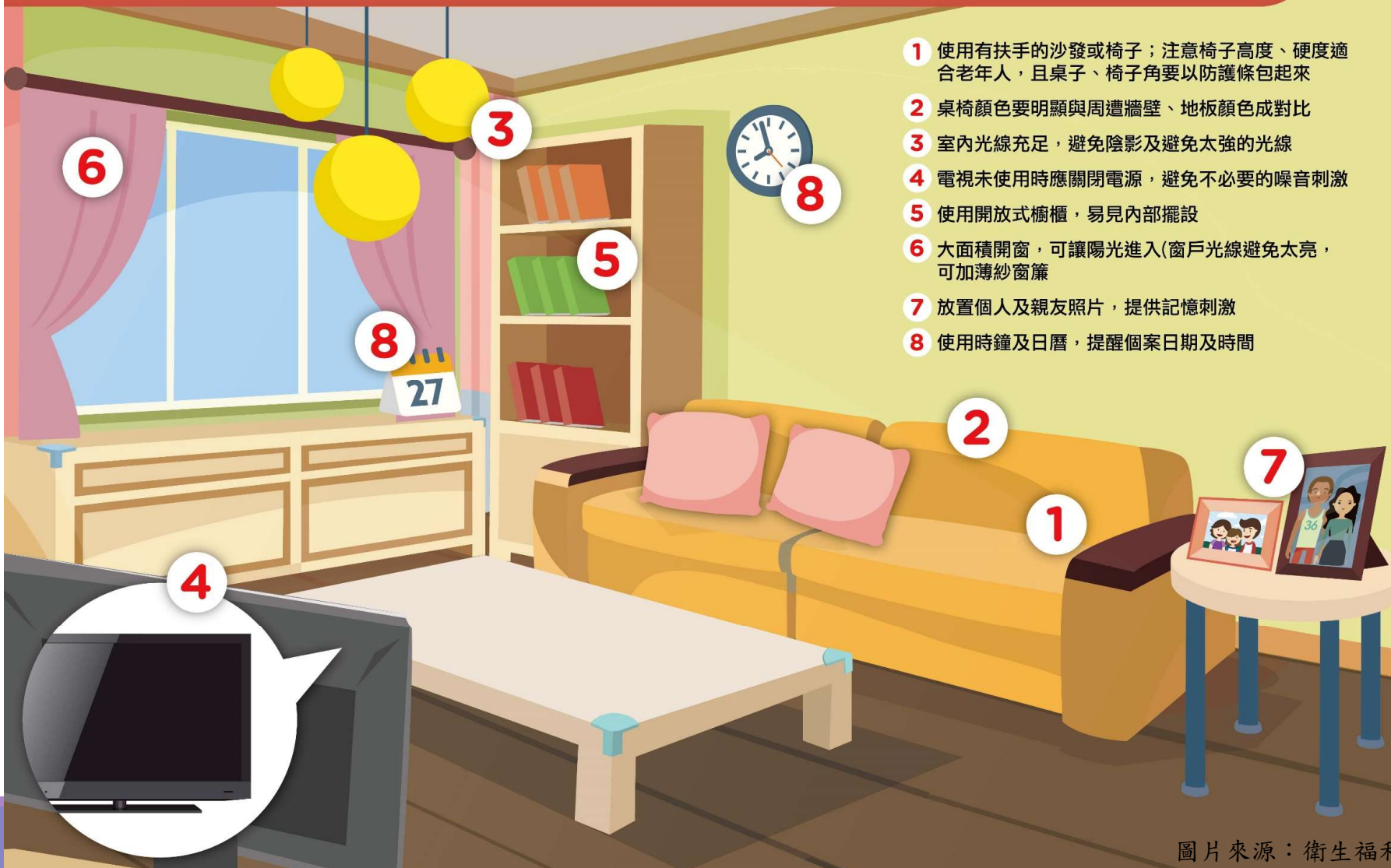


打造失智症患者安全居家環境 臥室篇



- 1 設置小夜燈，避免夜間跌倒
- 2 安裝窗簾，圖案及顏色簡單；晚上可使用窗簾減少過量的光線刺激，影響睡眠
- 3 放置個人物品，以獲得家的感受
- 4 放置個人及親友照片，提供記憶刺激
- 5 開關有夜間顯示器，便於識別位置
- 6 開關及插座顏色與牆壁不同，且高度方便操作
- 7 地板、牆壁及門的顏色均用對比，避免使用圖騰

打造失智症患者安全居家環境 客廳篇



- 1 使用有扶手的沙發或椅子；注意椅子高度、硬度適合老年人，且桌子、椅子角要以防護條包起來
- 2 桌椅顏色要明顯與周遭牆壁、地板顏色成對比
- 3 室內光線充足，避免陰影及避免太強的光線
- 4 電視未使用時應關閉電源，避免不必要的噪音刺激
- 5 使用開放式櫥櫃，易見內部擺設
- 6 大面積開窗，可讓陽光進入(窗戶光線避免太亮，可加薄紗窗簾)
- 7 放置個人及親友照片，提供記憶刺激
- 8 使用時鐘及日曆，提醒個案日期及時間

打造失智症患者安全居家環境 廚房篇

- 1 危險器具(如水果刀、剪刀等)可使用有安全鎖的櫥櫃
- 2 櫥櫃使用透明玻璃門，易見內部擺設
- 3 選擇操作簡易且具安全的瓦斯爐
- 4 選擇個案慣用的水壺、爐具



友善組織

失智友善組織-早餐店篇(30秒)



失智友善組織-大賣場篇(3分鐘)



團隊 當責 關懷 創新

失智友善 服務流程

您可以運用以下技巧
與失智症者互動

STEP²

S 微笑

T 謝謝 Thanks

E 眼神接觸 Eye contact

E 擁抱當下 Embracing the moment

P 耐心 Patience

S 微笑 Smile

1. 向失智者自我介紹時以微笑面對。
2. 遇到失智者，先以微笑接待，可主動打招呼，同時觀察需要協助的地方。



T 謝謝 Thanks

1. 面對失智者提出的問題，多使用謝謝，如謝謝您的提醒或謝謝您的建議。
2. 完成服務後，感謝失智者及照顧者的配合。



E 眼神接觸 Eye contact

1. 透過眼神接觸，讓您可以更容易發現異狀、茫然無助或行為不合常理。
2. 平視失智者，不迴避對方眼神注視，讓失智者充分感受到您的用心及關懷。





E 擁抱當下 Embracing the moment

1. 傾聽失智者說話，不與其起衝突，給予正向回覆。
2. 珍惜當下與長輩的互動，給予正向的回應。



團隊 當責

P 耐心 Patience

1. 保持耐心，抱持著同理心仔細傾聽，並回覆問題。
2. 失智者提出重複的問題，耐心傾聽，回覆問題放慢速度。



關懷 創新

懷

友善參與 友善居民

失智友善社區 (大學生篇)



團隊 當責 關懷 創新



看 發現異狀

- ✓ 觀察是否有佩戴愛心手鍊或衛星定位器。
- ✓ 神情不安。
- ✓ 與一般顧客不同，不知道自己需要什麼。
- ✓ 有許多重複性行為，
例：重複問事、
重複拿東西。



失智守護 「憶」不容緩



- ✓ 聯絡家屬
若有佩戴愛心手鍊或衛星定位器，嘗試撥打連絡家屬。

- ✓ 延長停留
提供茶水留住失智者，已延長尋求支援時間。

- ✓ 絕不強留
失智者若執意離開，絕不強留。可留意失智者特徵及提供錄影畫面給警方協尋。



發現疑似
失智長者
您可這麼做

- ✓ 撥打110，提供相關線索請警方協助。
- ✓ 撥打0800-474-580(失智時，我幫你)，由台灣失智症協會人員提供失智症就醫、照顧諮詢等資訊。



留 適當協助

撥 110，0800-474-580

懷 創新





南投縣失智症就醫資訊

醫事機構	門診服務	失智 共照中心	電話	地址
衛生福利部草屯療養院	✓	✓	049-2550800	南投縣草屯鎮玉屏路161號
衛生福利部南投醫院	✓		049-2231150	南投縣南投市康壽里復興路478號
埔基醫療財團法人埔里基督教醫院	✓	✓	049-2912151	南投縣埔里鎮愛蘭里鐵山路1號
臺中榮民總醫院埔里分院	✓		049-2990833	南投縣埔里鎮蜈蚣里榮光路1號
佑民醫療社團法人佑民醫院	✓		049-2358151	南投縣草屯鎮太平路一段200號
竹山秀傳醫療社團法人竹山秀傳醫院	✓	✓	049-2624266	南投縣竹山鎮山崇里集山路2段75號
彰化基督教醫療財團法人南投基督教醫院	✓		049-2225595	南投縣南投市中興路870號
東華醫院	✓	✓	049-2658949	南投縣竹山鎮集山路三段272巷16號



我的餐盤均衡吃
質地調整吃得下
三好一巧增健康



失智症預防

趨吉 增加大腦保護因子

- 1 多動腦 
- 2 多運動 
- 3 均衡飲食 
- 4 多社會互動 
- 5 維持健康體重 

避凶 遠離失智症危險因子

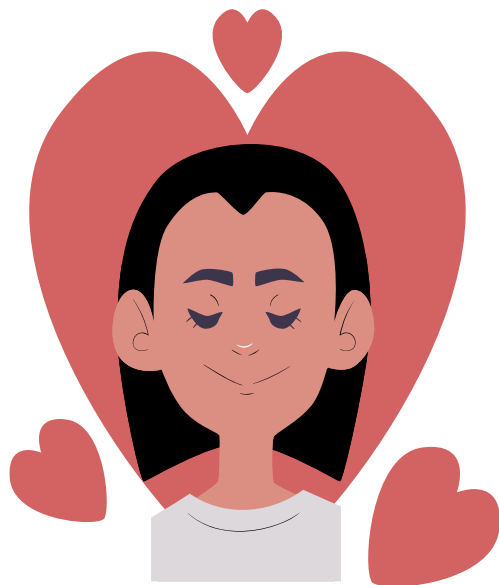
- 1 遠離憂鬱 
- 2 不抽菸 
- 3 預防三高 (高血壓、高血糖、高血脂) 
- 4 避免頭部外傷 

失智症是一種疾病 非正常老化
 長輩如有疑似失智症請至神經內科或精神科就診



健老在南投
在地 安全 健康 活躍老化
 衛生福利部國民健康署
長者社區資源整合運用平台
<https://healthhub.hpa.gov.tw/>





THANKS !

團隊 當責 關懷 創新