

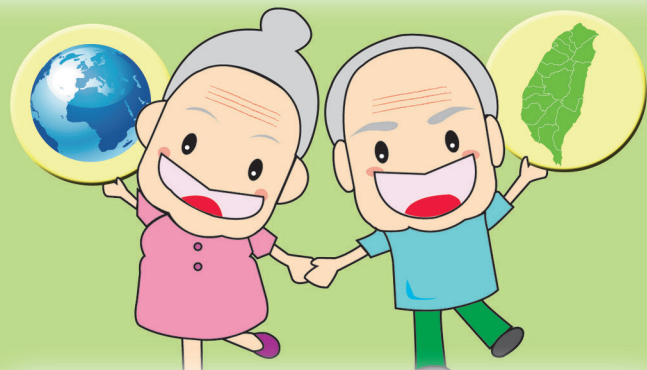
認識 失智症 Dementia



衛生福利部 國民健康署 關心您

什麼是失智症

失智症 (Dementia) 是一群症狀的組合(症候群)，由各種可影響記憶、思考、行為和日常生活能力的大腦病症導致而成。



失智症概況

全球

世界衛生組織(WHO)2012年全球失智症報告指出，2010年估計全球有3,560萬的失智症患者，大約每4秒鐘就有一名新罹病者。

台灣

衛生署委託台灣失智症協會於民國100年至101年底進行的全國失智症盛行率調查發現，大約5%的65歲以上長者有輕度以上的失智症，即65歲以上老年人，20人中就有1人罹患失智症。

失智症之病程

- 初期 ▶ 認知功能輕度障礙，日常生活尚可自理，外觀無異狀。
- 中期 ▶ 認知功能中度障礙，出現明顯精神行為症狀，日常生活需要協助。
- 晚期 ▶ 認知功能嚴重障礙，需完全仰賴他人照顧，外觀顯呆滯。



對照顧者的小叮嚀

- ▶ 建議閱讀相關書籍，並參加家屬團體、講座及照顧課程。
- ▶ 將焦點放在失智者的長處，鼓勵失智者做能做的事，多讚美及肯定。
- ▶ 白天盡量協助失智者保持活躍、適度的運動、均衡飲食與規律作息。
- ▶ 了解並使用相關社會福利資源，讓自己有喘息機會。

接納失智症

- ▶ 失智症並不是正常的老化現象，很多人誤以為人老了就是這樣，因而忽略帶家中長輩就醫。
- ▶ 正確的接納這個疾病，早期發現、早期診斷與治療，並尋求其他家人及社會福利資源的協助，就能讓照顧者及失智症患者維持較好的生活品質。

失智症相關諮詢機構

社團法人台灣失智症協會
(02)2598-8580
<http://www.tada2002.org.tw>
關懷專線：0800-474-580

天主教康泰醫療教育基金會
(02)2365-7780#14
<http://www.kungtai.org.tw>

社團法人中華民國失智者照顧協會
(04)2473-1619
<http://www.cdca.org.tw>

財團法人天主教失智老人社會福利基金會
(02)2332-0992
<http://www.cfad.org.tw>

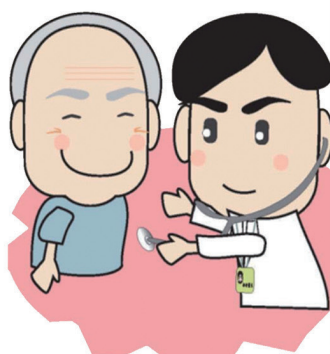
廣告

失智症早期徵兆

- ▶ 變得健忘，特別是剛發生的事。
- ▶ 可能出現溝通上困難，例如要找到合適的字眼表達，會有困難。
- ▶ 在熟悉的地方迷路。
- ▶ 對時間的概念混淆，搞不清年、月、日或季節。
- ▶ 做決定或處理個人財務方面會有困難。
- ▶ 執行複雜之家務時會有困難。
- ▶ 情緒和行為上之徵兆：
 - 變得比較被動，對各項活動及嗜好失去興趣。
 - 可能出現憂鬱或焦慮等情緒變化。
 - 偶而出現不尋常之生氣或激動反應。

就醫資訊

當有多個失智症徵兆出現時，請至醫院神經內科或精神科門診檢查，確定是否罹患失智症。



如何預防失智症

增加 大腦保護因子

趨吉

多動腦



多運動



多社會參與



均衡飲食



維持 適當體重



遠離憂鬱



不抽菸



避免頭部外傷



預防三高

高血壓 高血糖
高血脂

注意



遠離 失智症危險因子

避凶