

認識失智症

聖若瑟失智老人養護中心

戴玟婷 護理師



圖片來源:國際阿茲海默協會

課程大綱

1. 失智症盛行率
2. 失智症與老化
3. 失智症是什麼
4. 失智症的三大症狀
5. 失智症的疾病程度
6. 失智症的種類與治療
7. 社區評估失智的工具
8. 失智症的預防
9. 失智症資源
10. 結論

2021全球失智症報告出爐

超過4100萬失智者未確診 診斷需求海嘯即將來襲



台灣失智症協會

圖片來源:台灣失智症協會

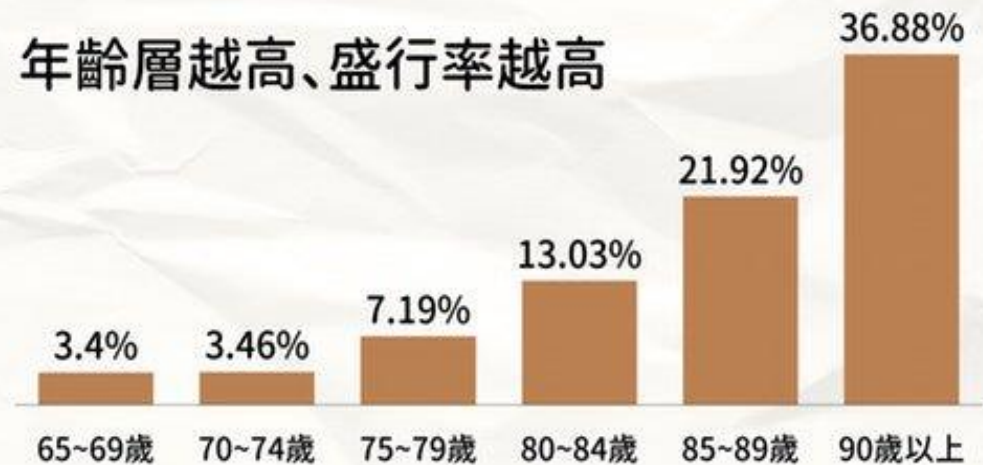
失智盛行率

依據國際失智症協會（ADI）**2019**年全球失智症報告，估計全球有超過5千萬名失智者，到2050年預計將成長至1億5千2百萬人。每三秒就有一人罹患失智症；目前失智症相關成本為每年一兆美元，且至2030年預計將增加一倍。

台灣65歲以上人口失智症盛行率

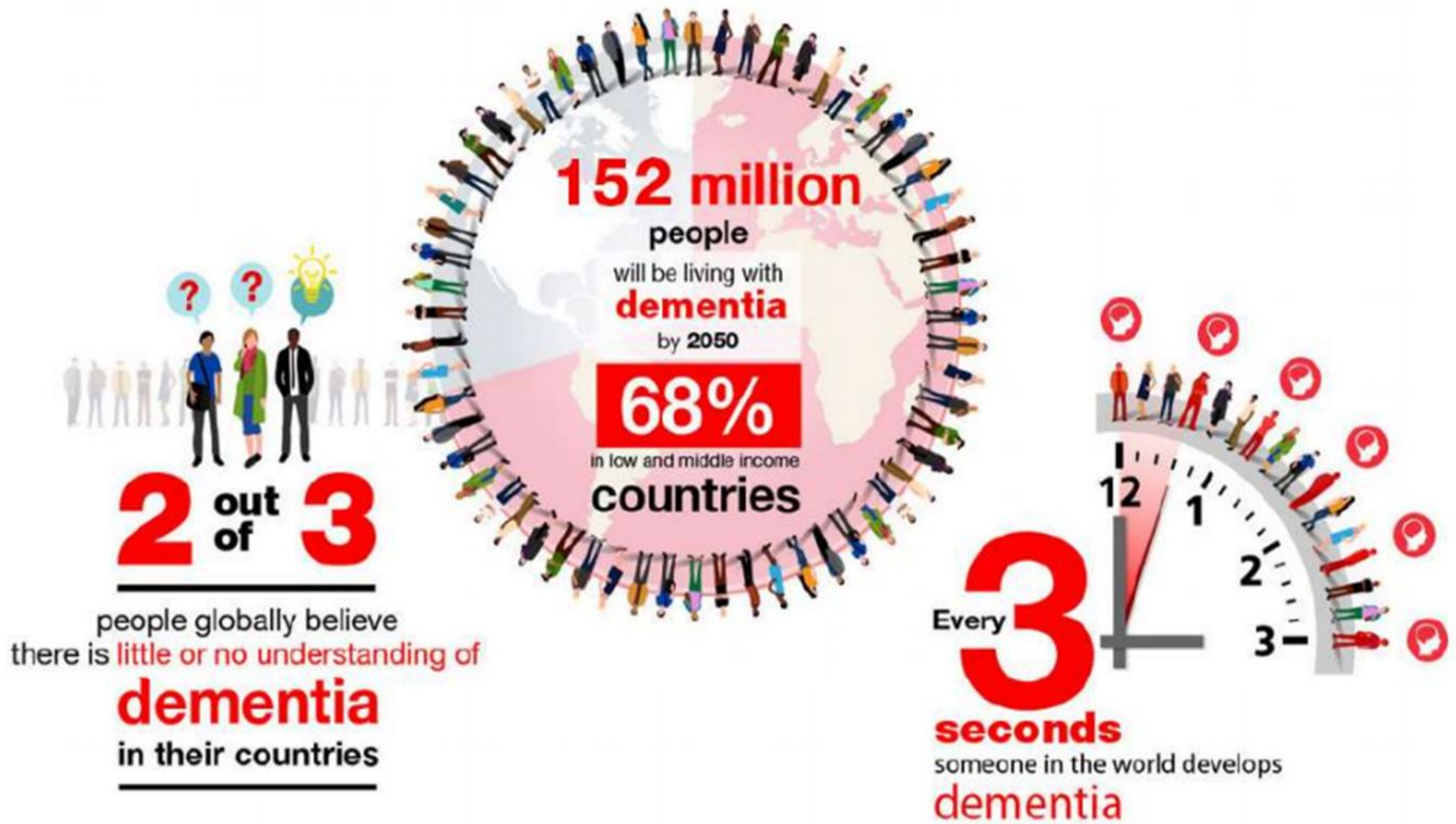


年齡層越高、盛行率越高



製圖：If Lin | 資料來源：衛福部、台灣失智症協會

關鍵評論
分享觀點從這開始



到 2050 年，全球失智症病人預計將增加兩倍， 1億5千2百萬人

圖片來源:國際阿茲海默協會

失智症與老化區分

失智症	老化
忘記事物的發生頻率高，即使經由他人提醒，也只能想起小部分，甚至完全無法回憶。	偶而忘記事情，經提醒後想起，遺忘範圍某一小部分，不影響日常生活。

失智症是什麼

- 是一種**腦部疾病**，此疾病導致思考能力和記憶力長期而逐漸地退化，並使個人日常生活功能受到影響。

- **三大症狀：**

1. 認知行為
2. 精神行為
3. 身體活動功能衰退



圖片來源:吳奇霖醫師臉書

失智認知症狀

1. 一群症狀的組合(症候群)，還會影響到其他認知功能，包括有語言能力、空間感、計算力、判斷力、抽象思考能力、注意力等各方面的功能退化。
2. 也可能出現干擾行為、個性改變、妄想或幻覺等症狀，這些症狀的嚴重程度足以影響其人際關係與工作能力。

失智並不是單一項的疾病，而是一群症狀組合



失智的精神行為症狀

• 精神症狀

妄想、幻覺、錯認

• 行為症狀

肢體暴力、尖叫、躁動不安、
遊走、不合宜的行為、異常
性需求、病態蒐集物品

• 情感症狀

焦慮、憂鬱

精神病症	妄想	被偷妄想 (50%)
		被害妄想 (27%)
		忌妒妄想 (18%)
	幻覺	視幻覺 (21%)
		聽幻覺 (12%)
	錯認症狀	錯認不存在的人在房子裡 (22%)
		錯認現在住的房子不是自己的家 (16%)
		錯認親人配偶是別人或偽裝者
		錯認電視上的事實是真實
行為障礙		錯認鏡中的自己的影像是別人
		睡眠障礙 (61%)
		重複現象 (62%)
		攻擊行為 (54%)
		迷路、漫遊 (70%、45%)
		飲食改變 (36%)
		病態收集 (27%)
情感症狀		憂鬱症狀 (47%)
		焦慮症狀 (37%)

資料來源：Fuh JL: Study of behavioral and psychological symptoms of dementia in Taiwan. Acta Neurol Taiwan. 2006;15:154-60

身體活動功能衰退

- 肢體控制緩慢
- 步態不穩
- 平衡功能受損
- 協調性受損
- 輕微顫抖
- 肢體僵硬



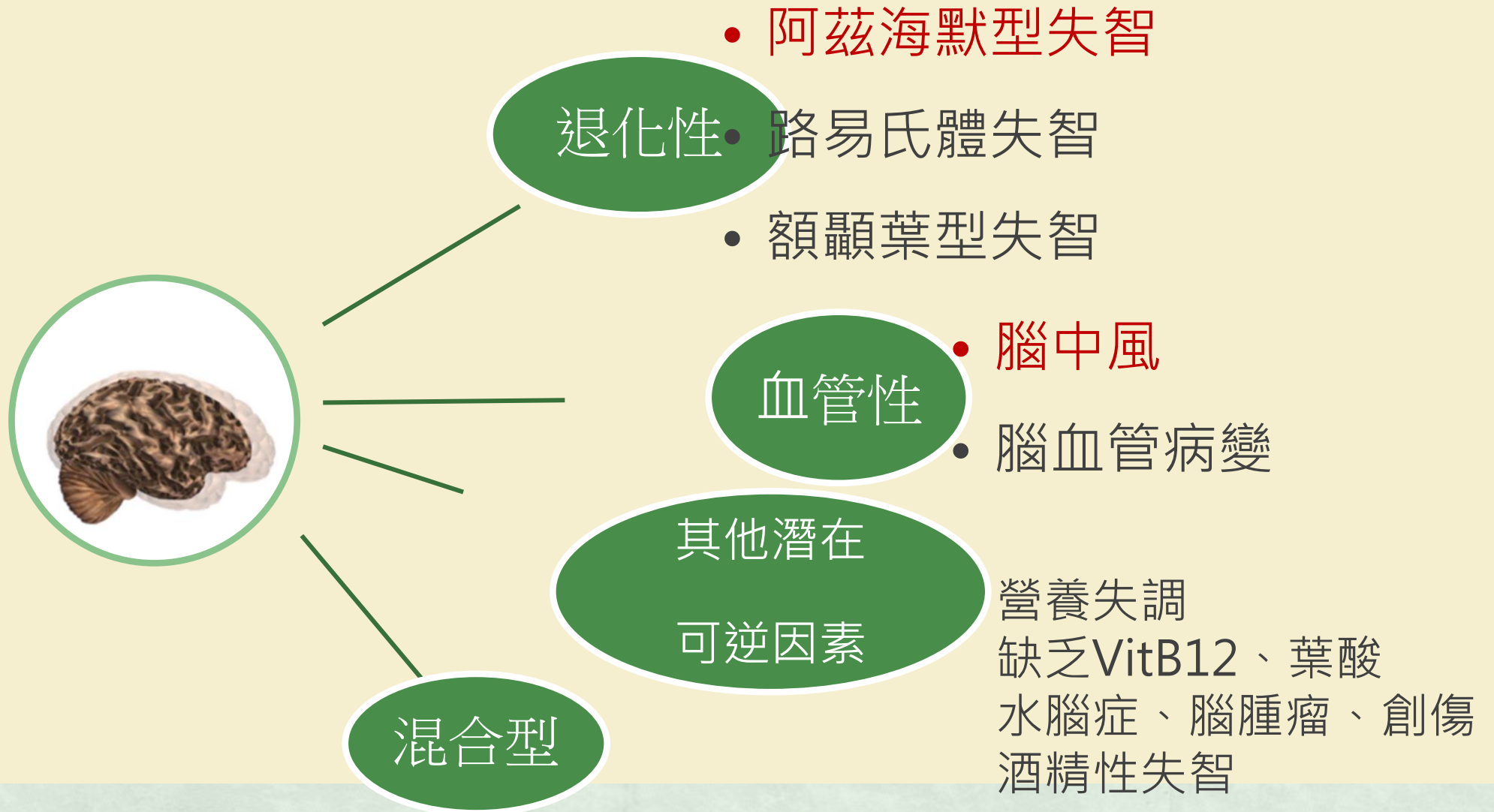
圖片來源:hello醫生<https://helloyishi.com.tw/senior-healthcare/active-aging/care-for-dementia-from-lives/>

失智症疾病程度

失智症是一個進行性退化的疾病，疾病退化的時間不一定，有個別差異。

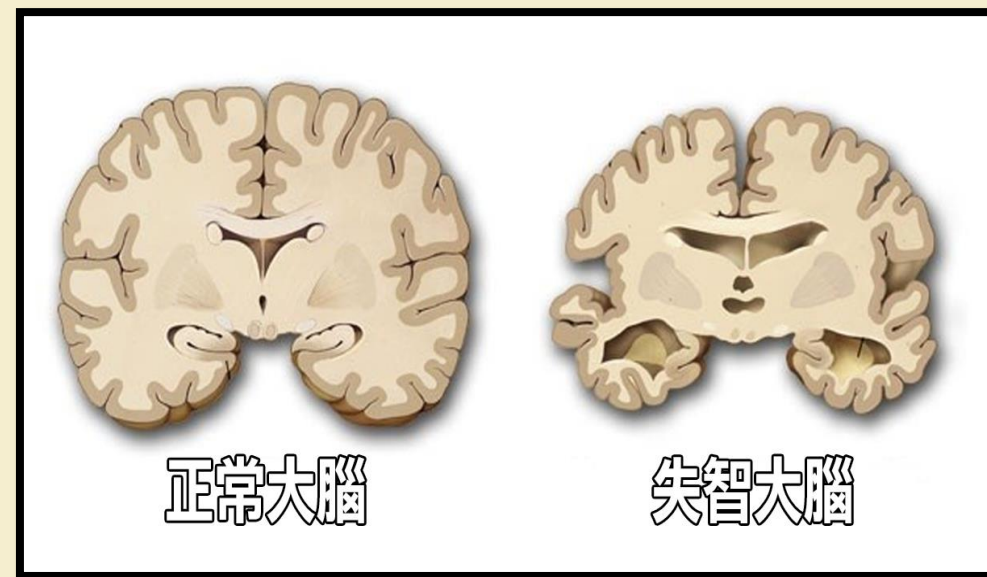
輕度認知障礙	輕度失智症	中度失智症	重度失智重
• 正常老化到失智症之間存有一個灰色區域。 • 出現某些認知功能退化但沒有影響生活功能。	• 開始有記憶力減退現象對複雜日常生活出現障礙。 • 時間上產生混淆狀況，但容易被誤解為老化現象而被忽略。	• 各種認知功能持續下降，日常事務處理變得更加困難 • 進入非常健忘、重複購物、話語變少、任意遊走等。 • 甚至無法單獨生活。	• 記憶喪失嚴重，呈現完全依賴及無活動能力。 • 無法自己進食、無法辨識家人、大小便失禁、行走困難、臥床等。

失智症疾病種類



阿茲海默型失智

1. 早期病徵最明顯的為記憶力衰退
2. 對時間、地點和人物的辨認出現問題
3. 腦部神經細胞受損當許多神經死亡，大腦其他部分也受到影響
4. 大腦開始萎縮隨著病程加劇

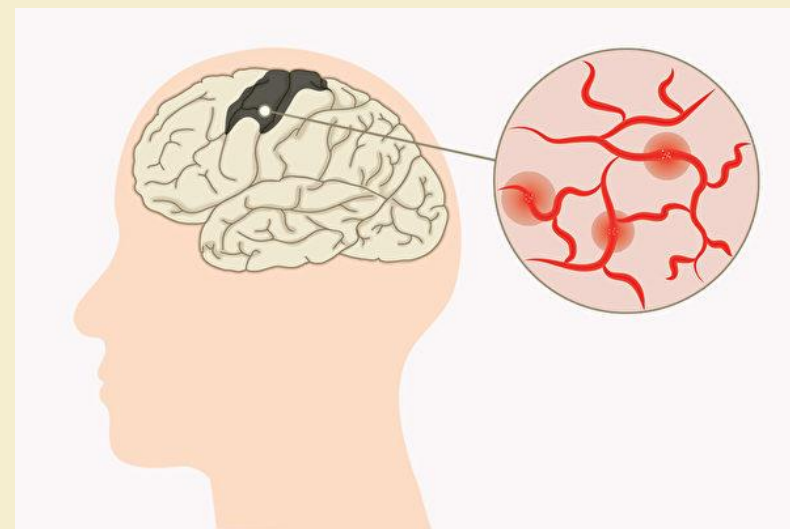


原文出處：<http://teonao.vn/ngan-chan-teo-nao-truoc-khi-quamuon-626/>

血管性失智症

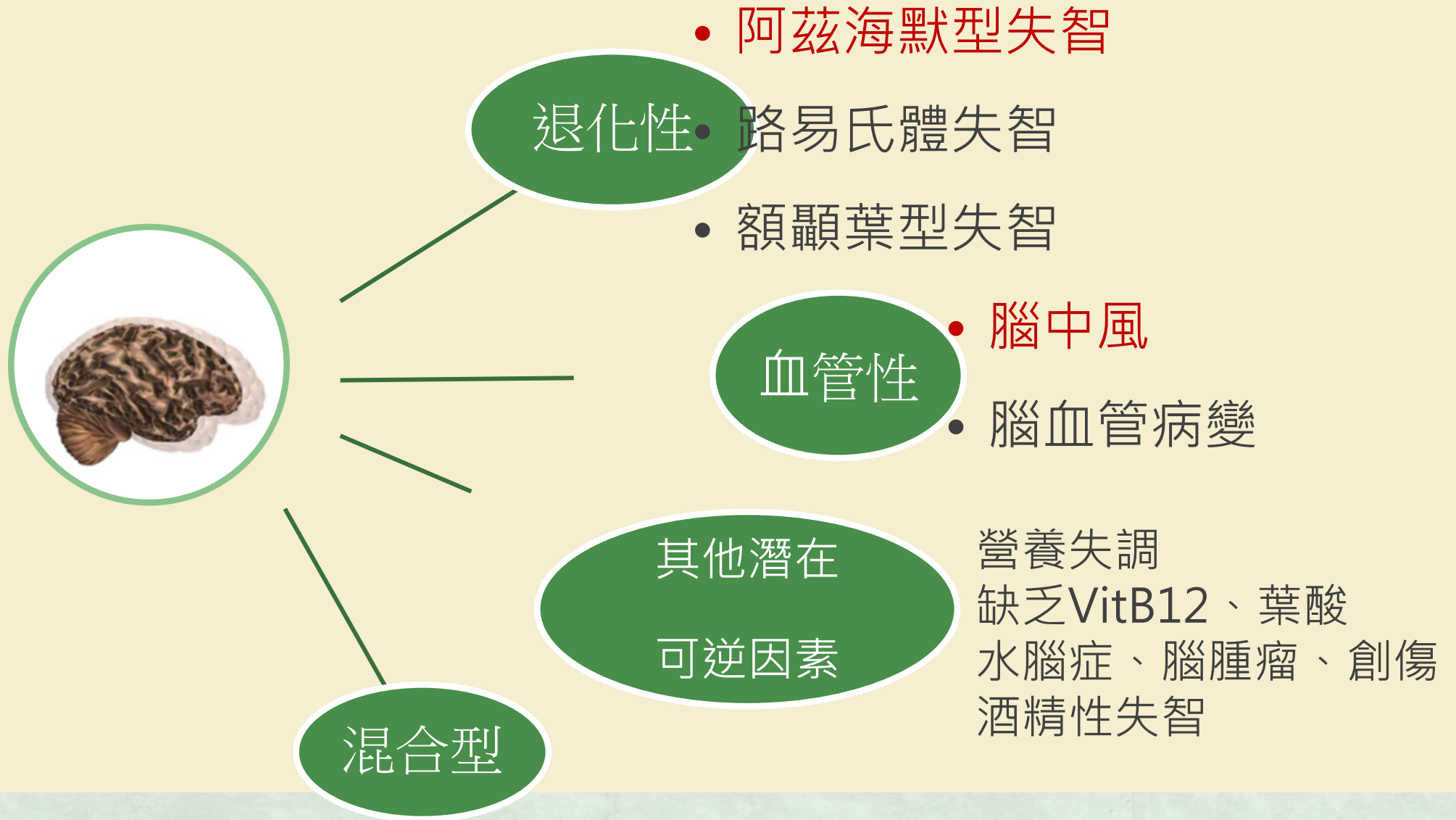
1.由腦血管疾病所導致的，主要原因有腦栓塞和腦出血，也就是一般所稱的腦中風。

2.腦中風的次數累積和發生的位置，會影響血管性失智症的病況。



圖片來源: (Shutterstock/大紀元製圖)

失智症種類



失智症的治療

【藥物治療】

沒有辦法阻止或恢復已經受損的大腦細胞，但是可以使患者的症狀獲得改善，延緩疾病的進行。

【非藥物治療】

- 運動治療 · 認知訓練
- 懷舊療法 · 音樂治療
- 芳香療法 · 按摩治療

失智症特色

- 症狀進展速度緩慢
- 有時症狀與正常老化造成的記憶問題難以區分
- 失智症表現具多樣性
- 個案自己調適跟處理
- 個案否認自己有問題
- 家人誤以為這些症狀是正常老化
- 照顧專業對於失智症的多樣態表現並不瞭解

社區評估失智的工具

- 失智十大警訊
- AD-8 極早期失智症篩檢量表
- 老人憂鬱量表

失智 10 大警訊

如有出現下列情形，請儘速就醫

失智症
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



1 變得健忘，特別是剛發生的事

(如：記不住剛剛吃完藥，問題重複問)



2 計畫事情或解決問題有困難

(如：活動行程安排，應變能力變差因無法解決而困惑)



3 無法勝任原本熟悉的事物

(如：執行家務時，或處理個人財務方面會有困難)



4 對時間、地點常常感到混淆

(如：我現在在哪裡？我家在哪裡？)



5 失去回頭尋找物品的能力

(如：東西擺放錯亂、常常講我的鑰匙、眼鏡呢...?)



6 言語表達、溝通、書寫困難

(如：要找到合適的字眼表達，會有困難)



7 不尋常的憂鬱、焦慮、激動反應

(如：情緒及個性突然的大改變)



8 判斷力變差或減弱

(如：過馬路不看紅綠燈)



9 退出職場或社交活動

(如：變得比較被動，對各項活動及嗜好失去興趣)



10 視覺影像和空間關係無法理解

(如：自己照鏡子，卻認不出裡面是誰?)



AD-8 極早期失智症篩檢量表

AD_8 題目	是，有改變 (1)	不是，沒有改變(0)
1. 判斷力上的困難：例如落入圈套或騙局、財務上不好的決定、買了對受禮者不合宜的禮物。		
2. 對活動和嗜好的興趣降低。		
3. 重複相同問題、故事和陳述。		
4. 在學習如何使用工具、設備和小器具上有困難。例如：電視、音響、冷氣機、洗衣機、熱水爐（器）、微波爐、遙控器。		
5. 忘記正確的月份和年份。		
6. 處理複雜的財物上有困難。例如：個人或家庭的收支平衡、所得稅、繳費單。		
7. 記住約會的時間有困難。		
8. 有持續的思考和記憶方面的問題。		

當有2題以上為"是，有改變"時，建議您接受進一步檢查和治療。

老年憂鬱症

- 假性失智症
- 可能同時出現憂鬱及認知障礙
- 似失智症症狀
- 每7-10位老人中有一位憂鬱症狀
- 可能是失智症『早期症狀』
- 罹患失智症的危險因子

在過去一星期當中，您是否有下列感受，如果「有」請答「是」，如果「沒有」請答「否」，謝謝您。

題 目	是	否
1. 基本上，您對您的生活滿意嗎？ (台語：基本上，您對您的生活有滿意麼?)		
2. 您是否減少很多的活動和興趣的事？ (台語：您有減少真多的活動和有趣味的事麼?)		
3. 您是否覺得您的生活很空虛？ (台語：您會感覺您的生活真空虛麼?)		
4. 您是否常常感到厭煩 (台語：您會常常感覺真煩麼?)		
5. 您是否大部份時間精神都很好？ (台語：您是不是大部份的時間精神攏真好?)		
6. 您是否會常常害怕將有不幸的事情發生在您身上嗎？ (台語：您會驚說您會遇著不幸的事情麼?)		
7. 您是否大部份的時間都感到快樂？ (台語：您是不是大部份的時間攏感覺快樂?)		
8. 您是否常常感到無論做什麼事，都沒有用？ (台語：您會常常感覺不管做什麼事，攏無路用麼?)		
9. 您是否比較喜歡待在家裡而較不喜歡外出及不喜歡做新的事？ (台語：您會較愛待在厝裡，較不愛出外，亦不愛做未曾做過的事情麼?)		
10. 您是否覺得現在有記憶力不好的困擾？ (台語：您會感覺您比大部份的人有卡多記智不好的問題麼?)		

失智症的預防

失智症是可以預防的
重點再多做有益因子

避免危險因子已延緩
失智症的發病年齡



失智症的預防-1

- 1.多動腦(數讀、桌遊)
- 2.多運動
- 3.多社會參與(多社交)
- 4.均衡飲食(麥得飲食)
- 5.維持健康體重



圖片來源: [衛生福利部國民健康署](#)

失智症的預防-2

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



圖片來源: 衛生福利部國民健康署

失智症的預防-3

麥得飲食 Mediterranean + DASH
中 ~ 高遵循度都能預防失智

MIND

全穀雜糧類



全穀類

X 糕點甜食

豆魚蛋肉類



選白肉

X 紅肉類

油脂與
堅果種子類



橄欖油
堅果類

X 奶油與人造奶油
X 油炸食物或速食
X 起司

蔬菜類



綠葉菜豆

水果類



莓果類



適度飲用紅酒

資料來源:林彥安營養師

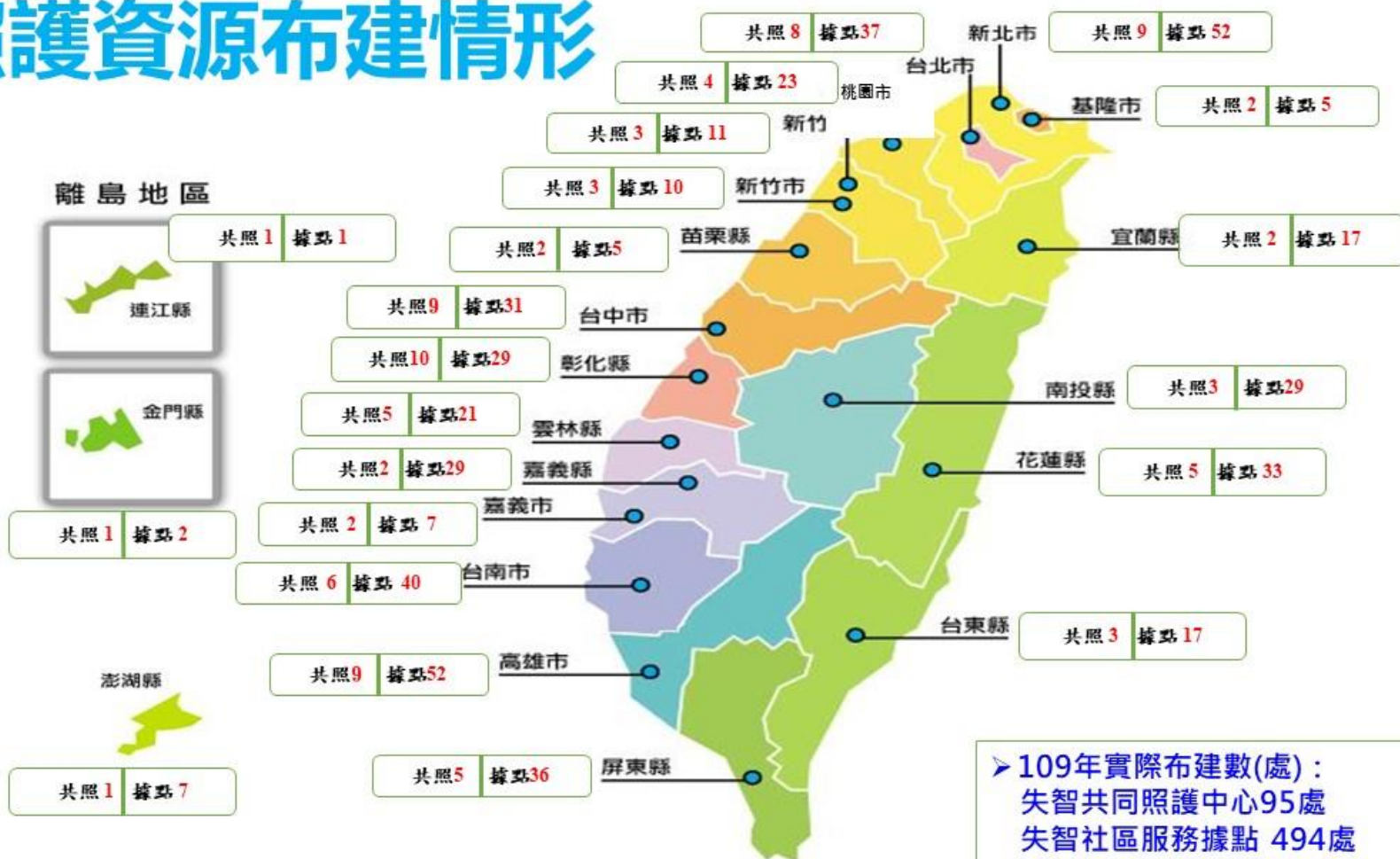
<https://s19401044.blogspot.com/2018/11/blog-post.html>



衛福部長照專區

失智症資源

失智照護資源布建情形



資料來源：各縣市政府
統計時間：109年6月30日

失智症資源



財團法人天主教失智老人社會福利基金會

TAIWAN CATHOLIC FOUNDATION OF ALZHEIMER'S DISEASE AND RELATED DEMENTIA

[關於我們](#) ▾ [最新消息](#) ▾ [服務項目](#) ▾ [失智百科](#) ▾ [刊物影音](#) ▾ [捐款徵信](#) ▾ [參與我們](#) ▾

Search



[首頁](#) / [關於我們](#)

關於我們 ABOUT

 [成立緣起](#)

 [組織理念](#)

 [LOGO介紹](#)

 [大事記](#)

 [得獎事蹟](#)



【基金會】

- 聯絡電話：02-23046716
- 聯絡地址：10867 台北市萬華區德昌街125巷11號

【交通方式】

- 搭乘捷運可於 台北車站 M4 出口、板南線西門站 6 號出口 或 板南線龍山寺站 1 號出口轉乘公車。

預防失智秘訣

- 活到老 學到老 老友老伴不可少
- 多動腦 沒煩惱 天天運動不會老
- 深海魚 橄欖油 蔬果豆穀來顧腦
- 保護頭 顧聽力 血壓血糖控制好
- 不抽煙 不鬱卒 年老失智不來找

友善失智 一路相伴

失智 ≠ 正常老化 是一種認知功能退化的疾病

• 十大常見失智症狀 •



失智共同照護中心

有疑似個案需確診或失智相關問題需諮詢嗎？
歡迎聯繫各縣市失智共同照護中心。



失智社區服務據點

有需要協助個案緩和失智及家屬支持課程嗎？
歡迎參與各據點認知促進、照顧者訓練及家屬支持團體等服務。

如透過照管中心評估符合失能還可使用長照四大項服務，更多資訊
可洽 **1966** 長照服務專線，或查詢 [衛福部長照資源地圖](#)



衛生福利部 關心您



長照2.0 我們照顧您

廣告

歡迎你加入失智友善天使

1.e等公務員學習平台：衛生福利部國民健康署《預防及延緩失智症風險數位系列課程》



QR-Code :
(1)《失智並不可怕,可怕的是您不知道》



QR-Code :
(3)《預防及延緩失智,從這做起(二)》



QR-Code :
(2)《預防及延緩失智,從這做起(一)》



QR-Code :
(4)《失智友善的一天》

2.臺北市立聯合醫院：



QR-Code :
《失智友善天使培訓線上課程》



圖片來源:衛福部長照專區
藍色代表開放行動關懷；綠色代表守護友善社區。



結論

對失智症有基本認識，能在日常生活裡，支持失智症者及其家屬。若是發現有相關警訊時，建議應立即尋求神經內科或精神科醫師，進行完整的檢查和診斷，以決定治療方向，千萬不要以為是老化的必然現象而延誤適當治療時機。

2020 失智友善台灣 555

失智家庭照顧者有 5 成以上獲得支持和訓練
罹患失智症的人口有 5 成以上獲得診斷及服務
全國民眾有 5% 以上對失智有正確認識及友善態度

2025 失智友善台灣 777

失智家庭照顧者有 7 成以上獲得支持和訓練
罹患失智症的人口有 7 成以上獲得診斷及服務
全國民眾有 7% 以上對失智有正確認識及友善態度