



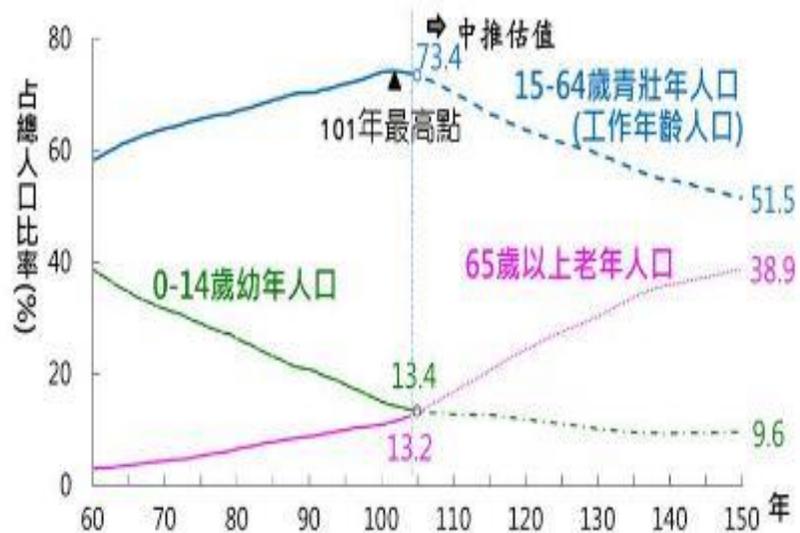
失智症預防及失智友善推廣

衛生福利部國民健康署

107年8月31日

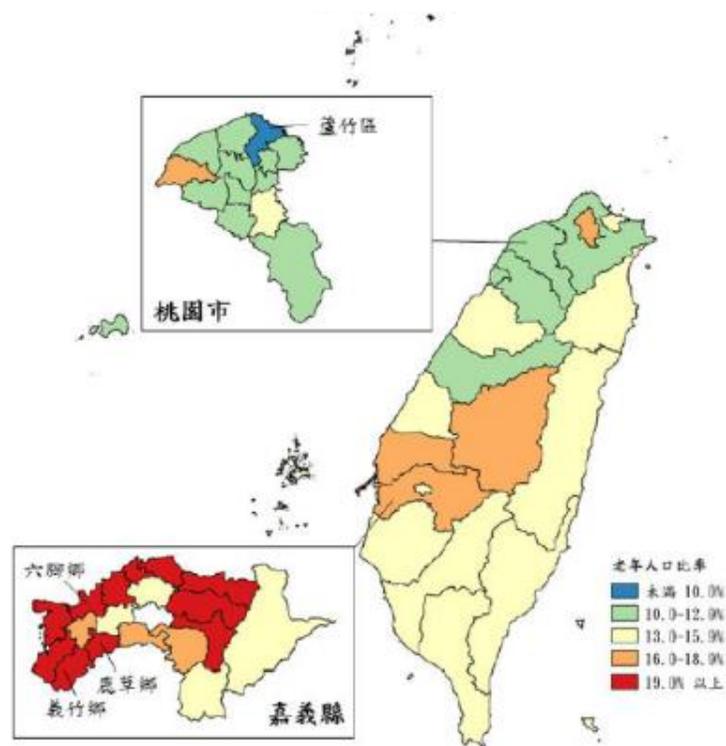
臺灣：高齡化社會

- 2018年7月，65歲以上老年人人口數335萬（占14.2%）
- 全台共有16縣市老人人口比例超過14%



資料來源：依據國家發展委員會「中華民國人口推估（105至150年）」，國家發展委員會繪製

各縣市老年人口占該縣市總人口比率



資料來源：內政部統計處107年4月14日

失智症現況

- 推估2017年新增1千萬名失智症案例，平均每3秒就有1人罹患失智症(資料來源：國際失智症協會)
- 107年7月老年(65歲以上)人口約335萬人(14.2%)
 - 推估失智症人口約為26萬人(占老年人口7.9%)
 - 25.3萬人(93.8%)住在家中

➤ 65歲以上失智症盛行率

年齡(歲)	65~69	70~74	75~79	80~84	85~89	≥90
失智症盛行率(%)	3.40	3.46	7.19	13.03	21.92	36.88

➤ 失智個案之失能程度(失智輕中度失能約占70%)

失能程度	無失能	輕度失能 (1-2項失能)	中度失能 (3-4項失能)	重度失能 (≥5項失能)
比率(%)	41.1	15.2	12.1	31.6
推估人數(萬人)	11.1	4.1	3.3	8.5

失智症5迷思

Q1：失智症是老化症狀之一？

A1：失智症不是正常老化的一部分，是一種疾病，包含大腦內部的多種功能衰退現象

Q2：老了才會罹患失智症？

A2：30-64歲失智症盛行率約占千分之一，推估台灣約計1.2萬人(資料來源：國際失智症協會)

Q3：失智者皆會伴隨失能問題，無法自理生活嗎？

A3：失智者中無失能及輕度失能可維持日常生活能力近6成(重度失能僅占3成左右)

Q4：失智者常迷路，所以不能外出？

A4：提供失智者適當的刺激與活動機會，讓失智症者在環境中感到自在與安心。

Q5：失智症無藥可醫嗎？

A5：目前無法根治失智症，但透過非藥物療法可延緩退化速度。

衛生福利部失智症防治照護政策綱領暨行動方案2.0



1. Dementia as a public health priority
成為公共衛生優先重點項目
2. Dementia awareness and friendliness
對失智症之認知及友善
3. Dementia risk reduction
降低失智症風險
4. Dementia diagnosis, treatment, care and support
失智症診斷、治療、照護及支持。
5. Support for dementia carers
失智症照護者之支持
6. Information systems for dementia
失智症資訊系統
7. Dementia research and innovation
失智症研究及創新

失智友善社區願景與目標

願景

提供失智症預防且失智者與照顧者能擁有良好的福祉，能夠在有尊嚴、尊重、自主、平等四個原則下，提供照護與支持的社區

尊嚴

尊重(包容)

自主

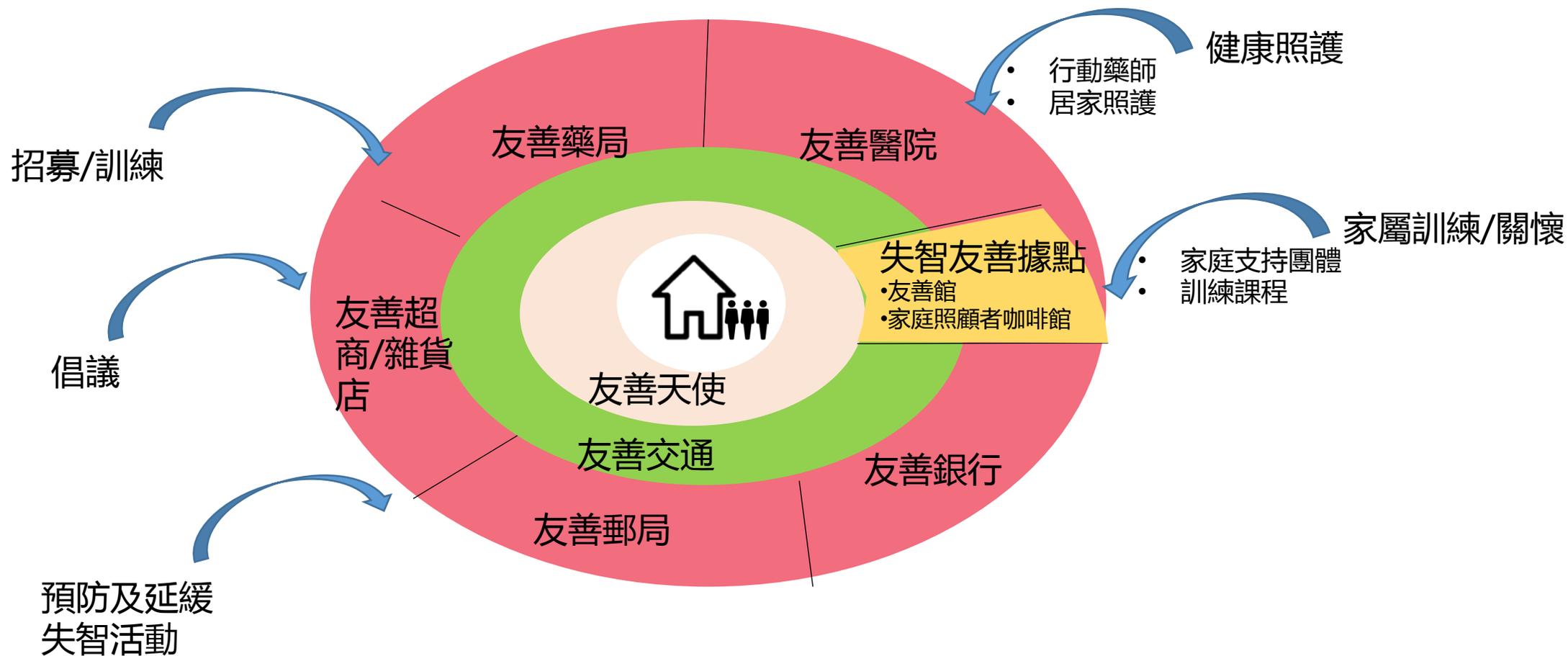
平等



107年失智友善社區目標：

- 提升大眾對失智症之認識及友善態度
- 推動4處失智友善示範社區環境
- 招募失智友善天使(≥30,000人/年)及失智友善組織(≥1,200家/年)
- 營造支持性環境
- 提供失智者參與社區活動

失智友善社區推廣



失智友善社區推動策略

友善天使

- 招募社區失智友善天使/組織
- 教材及線上課程
- 失智友善資訊專區

友善環境

- 友善居家
- 友善商店(雜貨店/超商/餐廳/大賣場/..)
- 友善金融業(含郵局)

預防介入

- 預防及延緩失智相關活動或課程
- 認知健康促進活動

友善倡議

- 失智者親身說法影片
- 訂定全國性友善LOGO
- 多元媒體行銷宣導

一、預防失智的建議



**遠離心血管疾病
和憂鬱**

- 預防三高
(高血壓、高血糖、高血脂)
- 預防憂鬱

也可以預防失智症喔！



預防失智
要運動、要參與、要動腦

- 1 要增加腦部活動
- 2 要增加身體活動
- 3 要增加社會參與



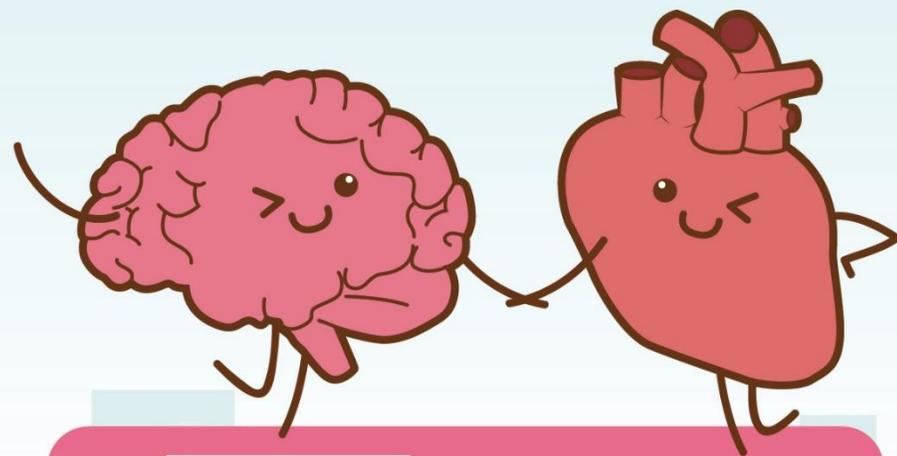
預防失智
不菸不酒不偏食

- 1 不吸菸
- 2 不喝酒過量
(減少酒精的攝取)
- 3 不偏食
(均衡適量飲食習慣)



護腦強心，降低失智風險

保護你的心， 就能保護你的腦



查詢失智症相關資訊
請上國民健康署網站

如您需要協助，請可撥打
失智症關懷專線

0800-474-580

(失智時，我幫您)

二、對失智症有正確認知及友善態度

- 多元教材資源-單張、手冊、海報及線上學習課程



線上學習課程(<https://elearn.hrd.gov.tw/info/10006705>)



手冊



**失智症
10大警訊**
若出現這些症狀
請及早就醫

單張

海報



三、打造失智友善環境

- 社區及居家環境（無障礙設施/斜坡/照明/標誌/防滑/...）
- 推廣場域（醫療院所/餐廳/公共空間/公園/公廁/...）

社區

安全性	可及性	社會支持性
 <p>人行道照明採擇自然光</p>	 <p>醫療資源</p>	 <p>友善商店</p>
舒適性	熟悉性	辨識性
 <p>座椅</p>	 <p>道路標誌清晰</p>	 <p>具特色機能場所(宮廟)</p>

居家

打造失智症患者安全居家環境 臥室篇



1. 床鋪位置：靠近門戶，方便緊急疏散
2. 窗簾：避免遮擋自然光，增加室內亮度
3. 床鋪高度：床鋪高度應與膝蓋齊平，方便上下床
4. 床鋪周圍：床鋪周圍應留足空間，方便行走
5. 床鋪周圍：床鋪周圍應留足空間，方便行走
6. 床鋪周圍：床鋪周圍應留足空間，方便行走
7. 床鋪周圍：床鋪周圍應留足空間，方便行走

打造失智症患者安全居家環境 廚房篇



1. 爐具位置：爐具應靠近牆壁，避免靠近通道
2. 爐具位置：爐具應靠近牆壁，避免靠近通道
3. 爐具位置：爐具應靠近牆壁，避免靠近通道
4. 爐具位置：爐具應靠近牆壁，避免靠近通道

打造失智症患者安全居家環境 浴室篇



1. 浴室位置：浴室應靠近門戶，方便緊急疏散
2. 浴室位置：浴室應靠近門戶，方便緊急疏散
3. 浴室位置：浴室應靠近門戶，方便緊急疏散
4. 浴室位置：浴室應靠近門戶，方便緊急疏散
5. 浴室位置：浴室應靠近門戶，方便緊急疏散

打造失智症患者安全居家環境 客廳篇



1. 客廳位置：客廳應靠近門戶，方便緊急疏散
2. 客廳位置：客廳應靠近門戶，方便緊急疏散
3. 客廳位置：客廳應靠近門戶，方便緊急疏散
4. 客廳位置：客廳應靠近門戶，方便緊急疏散
5. 客廳位置：客廳應靠近門戶，方便緊急疏散
6. 客廳位置：客廳應靠近門戶，方便緊急疏散
7. 客廳位置：客廳應靠近門戶，方便緊急疏散
8. 客廳位置：客廳應靠近門戶，方便緊急疏散

結合臺北科技大學建築系共同編製社區及居家環境指引

四、鼓勵失智者持續社會參與

- 提供失智友善據點
- 成立社團、鼓勵終身學習
- 安排喜歡的活動、讓失智者做他想做的事
- 維持日常活動，參與家務及家庭聚會
- 給予愛心和耐心並提供適當協助、維護失智者尊嚴
- 為預防走失，可配戴愛心手鍊、衛星定位器、或衣服繡上姓名電話等...



失智友善LOGO



圖形意涵	色彩	應用項目
1. 以愛心的型狀做為符號傳遞的意象，失智友善天使與失智友善社區為主要內涵相互連結。 2. 圖形左右側展開的部分，既是失智友善天使的翅膀飛翔，支持失智者及照顧家屬，也是4隻手指及大姆指，支撐失智友善社區的穩定力量。	藍色 開放行動關懷	失智友善天使/組織/社區
	綠色 守護友善社區	

健康好幫手! --守護國民 促進健康!



衛生福利部國民健康署
Health Promotion Administration,
Ministry of Health and Welfare

促進健康 **Promotion.**
預防疾病 **Prevention.**
安全防護 **Protection.**
共同參與 **Participation.**
夥伴合作 **Partnership!**

「I Can：雖然失智，但我仍可以」宣導影片

<https://drive.google.com/file/d/1cqfLcbw0pOfYfFp-aiPnCgrJaCUvvsc9/view>

