

失智症教材  
使用指引  
| 職場 |



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

# ● 前言 ●

失智症是一種認知退化症候群，依據國際失智症協會 (2015) 資料，全球每3秒新增一名失智者，預估臺灣平均每年約增加失智者1萬人。

失智人口快速增加，國民健康署推動失智友善社區，包含友善居民、友善組織、友善環境三元素，期待失智者能在社區中自在生活。透過本課程，期待各機構能夠成為失智友善職場，期盼機構同仁遇到年輕型失智症者時能給予友善對待，甚至可以針對失智症者做職務調整。

本使用指引手冊供教學者預備課程時使用，內容包含教學流程建議以及失智症相關資源，教學者可視學習者的情況自由安排教學流程及延伸資源的選用。

# ● 使用指引說明 ●

本課程教學時間約33-37分鐘，可參考以下教學流程。

| 教學流程 | 內容說明                                   | 教學時間   |
|------|--|--------|
| 課程開場 | 失智症現況                                  | 3分鐘    |
| 主題一  | 1. 認識失智症★★★<br>2. 如何打造失智友善職場<br>★★★★★★ | 7-10分鐘 |
|      | 影片與問答                                  | 8分鐘    |
| 主題二  | 如何與失智者溝通★★★★★                          | 3-5分鐘  |
|      | 影片與問答                                  | 8分鐘    |
| 課程總結 | QA時間                                   | 4分鐘    |

★為課程內容重要程度

# 課程開場

- 對應簡報頁碼：P5-6
- 教學時間：3分鐘

- 教學目標

簡單介紹全球與台灣失智症人口數現況，喚起聽眾對失智症的重視。

- 舉例

當我在講這頁簡報時，就有一人確診為失智症。

可以請家中有失智長輩的聽眾舉手，予以眼神關注。

- 延伸閱讀

民眾版失智症防治照護政策綱領暨行動方案 2.0 (2018版)

<https://is.gd/oRWjoY>

## 失智症人口數現況

- 全球失智症人口快速增加：2017年全球失智症人口近5千萬人，到了2050年人數將高達1億3150萬人。
- 台灣失智症盛行率及人口數：2017年調查顯示，65歲以上者每12人即有1位失智者，而80歲以上者每5人即有1位失智者。

2017年12月內政部調查  
台灣失智症人口  
共271,642人  
佔全國總人口1.15%

## 台灣失智現況

根據世界衛生組織估計，全球平均每3秒鐘就新增1名失智症患者。

目前，107年台灣有28萬名失智症患者，40年後增加3倍

93.8% 失智症患者住在 家中。

失智症的影響，已經是全世界共同的挑戰。



資料來源：  
100年衛生福利部失智症流行病學調查  
失智症照護防治政策綱領暨行動方案2.0(2018版)

## 教學建議

職場同仁可能對失智症不太重視，教學者可以藉由教學目標與舉例，吸引他們了解失智症的議題。

# 主題一

- 對應簡報頁碼：P7-22
- 教學時間：7-10分鐘

## 教學目標

1. 認識與預防失智症。

重要性 ★★★★★

2. 如何打造失智友善職場。

重要性 ★★★★★

## 延伸閱讀

參考「台灣失智症協會」->  
「失智症是什麼、如何預防失智症」

<https://reurl.cc/oA2L3>

參考「失智友善社區資源整合中心」->「簡報」->「失智症是什麼、如何預防失智症」

<https://reurl.cc/pAabb>

### 友善職場氛圍

- 心態上理解及接納失智者
- 能適時協助失智者
- 尊重包容失智者 - 不歧視、不排斥、不責備
- 自在的與失智者互動



### 友善職場空間

- 地板避免反光
- 標示簡單清楚
- 燈光適當控制
- 高低差具明顯色差



### 適當的職務調整

- 從原來的工作中增減一些職務，或將工作重新分配，使其避開其無法完成或執行的部份。  
(調整後可以是全時或部份工時)
- 可以用不同的工作崗位來做調整。



### 教學建議

面對一般民眾，可能對失智症的概念模糊，為了建構失智友善社區，我們在這邊可以特別針對認識失智症與十大警訊做講述，加深民眾的認識。

# 影片與問答

- 透過影片教學可以認識失智症、老化與失智差別、學會判別失智症警訊。
- 影片與問答時間：影片3分鐘+問答5分鐘
- 影片連結  
失智症迷思 <https://reurl.cc/G0nRx>  
認識失智症 <https://reurl.cc/aAem3>
- 問題討論
  1. 試著說說看什麼是失智症？
  2. 失智症是正常老化嗎？
- 延伸影片  
參考「失智友善社區資源整合中心」->「看教材」->「影片」<https://reurl.cc/W72Q0>

## 教學建議

一般民眾在這時候可能開始精神不濟，可以藉由多媒體和問答喚起他們的注意。



# 主題二

- 對應簡報頁碼：P24-27
- 教學時間：3-5分鐘
- 教學目標  
與失智者溝通-三多五要。

重點 ★★★★★

- 延伸影片  
失智症小錦囊系列  
<https://s.yam.com/R0gz4>
- 延伸閱讀  
參考「失智友善社區資源  
整合中心」->「簡報」->  
「如何與失智者溝通」  
<https://reurl.cc/pAabb>

## 教學建議

面對職場同仁，可能對失智症的概念模糊，為了建構失智友善社區，我們在這邊可以特別強調遇到失智者時如何與之溝通。

### 溝通技巧：三多



#### 多表情

保持微笑·  
輔以友善動作



#### 多肯定

給予失智者  
肯定與贊同



#### 多耐心

給予失智者多點  
時間完成動作  
不要勉強或催逼失智者

### 溝通技巧：五要



#### 要理解

理解失智者言語  
背後意義與情緒



#### 要明確

指示簡短明確



#### 要告知

替失智者長輩做  
任何事先告知

### 溝通技巧：五要



#### 要認同

失智者進入混亂狀態時  
認同取代糾正



#### 要尊重

維護失智者尊嚴

# 影片與問答

- 透過影片呈現，讓聽眾知道何謂失智友善社區。藉由問答時間，講師與聽眾能一同交流身旁案例，對失智症者有更友善的態度。
- 影片連結  
國健署-失智友善社區 <https://reurl.cc/5zKnv>  
國健署-愛在憶起友善生活 <https://reurl.cc/oA8Gq>
- 互動方式  
呼籲大家更重視失智症，強調「失智友善社區」的重要性。

## 教學建議

一般人對友善社區較無畫面感，可以使用多媒體讓民眾知道這個概念。





# 課程總結

- 對應簡報頁碼：P26-30
- 教學時間：4分鐘
- 為此課程做重點回顧，同時強調核心主軸建立「失智友善社區」。
- Q&A問答能回顧本課程內容，加深雙方互動。

## 教學建議

在此要進行收尾，讓民眾有參與感的方法是問問題讓他們回答，甚至是給予小獎品作為鼓勵。

## 結語

- 1 失智症不是單一疾病，病發時會產生許多症狀，且跟平常的行為是不同的。
- 2 老化：雖然會有記憶力變差的現象，但日常生活不會有障礙；失智：不知道或不認為自己記憶力變差，日常生活需他人協助。
- 3 預防失智症的方法 → 趨吉：要運動、要參與、要動腦  
避凶：不吸菸、不喝酒過量、不偏食  
預防三高、預防憂鬱。
- 4 遇到疑似失智者 → 撥打110或是失智症關懷專線 0800-474-580

## 大展身手

奶奶最近出現十大警訊的症狀，我應該帶她前往「神經內科」或「精神科」就診檢查。

- (A) 是
- (B) 否

☑：是

## 大展身手

王奶奶去做記憶測驗，測驗中她無法記住物品，結束後甚至忘記自己做過測試，請問王奶奶較像是？

- (A) 失智
- (B) 正常老化

☑：是

# 一同創造 失智友善職場



失智友善  
Dementia  
Friends