

臺中

九月十一日

失智據點開啟記憶寶藏

臺中慈濟醫院失智據點新學期啟動，迎來十五位新舊生一起記憶保養。長輩們學習與學員、社會人群互動，並在衛福部、中市衛生局認可的「預防及延緩失能方案模組」下，開啟記憶寶藏。

社區健康中心行政主任賴怡伶表示，「衰弱 OUT（拗）樂活 GO（夠）」模組課程是讓失智長輩從頭到腳運動，達到關節、肌肉及心肺等各種器官組織與大腦認知功能強化或延緩退化。

模組課程師資堅強，神經科醫師、物理治療師、職能治療師、護理個案師、社工及健康管理師全部到位，第一堂課就檢視新舊生的健康存摺，從長輩體適能狀態、認知功能、柔軟度、心肺功能、反應力及肌力等情況；並擴及家屬照顧負荷、身心健康以及長照資源使用情形。

臺中慈院失智據點每週一、二、四上午上課，三、五是學員自習日，可自由到據點活動。開學週課程緊湊，林啟文物理治療師示範帶動頭、上肢、手臂伸展動作，訓練長輩肌肉伸展有彈性，確保骨骼關節活動無礙。社區團隊也以橡皮筋設計肌肉伸展感覺體驗、各類團康活動，讓大家歡笑連連。職能治療師林易萱帶領學員製作名牌，再接龍玩遊戲



物理治療師林啟文示範帶動頭、上肢、手臂伸展動作，訓練長輩肌肉伸展。



職能治療師林易萱指導學員製作名牌，運用玩接龍遊戲，讓家屬及長輩做記憶認知保養。

「你叫什麼名字」，讓家屬及長輩做記憶認知保養。

壓軸的開學週神秘巧拼箱，有小禮物與證嚴法師靜思語，讓學員彼此祝福分享，一起邁向新的精采記憶保養之旅。

（文／賴怡伶 圖／社區健康中心提供）