

# 臺北

九月三十日

## 健康九憶久 歡樂一起走

臺北慈濟醫院社區暨長照服務部為響應國際失智症協會（Alzheimer's Disease International，簡稱 ADI）於每年九月舉辦的失智月活動，九月三十日邀請社區六十五歲以上的長者，一同參與「健康九憶久 歡樂一起走」活動。失智共照中心李嘉富主任針對聽力障礙對失智症的影響進行宣導演講，徐瑛雅職能治療師也傳授透過手、腳舒緩運動來降低失智的風險，現場也有設計闖關活動讓大家「有知又有拿」，包含長

者、家屬及工作人員，約有八十多位民眾一起同樂，獲取更多醫療新知。

活動開始，徐榮源副院長首先與現場民眾分享臺北慈院在長者友善上所做的努力，「年長者很容易因為聽力問題造成溝通障礙，本院有提供許多健康促進活動，大家要及早發現，及早治療。祝賀今天活動能夠圓滿順利。」語畢，在大家的掌聲中，李嘉富主任也帶領大家響亮的喊出：「延緩失智高風險，用心傳愛聽不累」，順利炒熱現場氛圍。

依據衛生福利部統計推估，二〇二二年臺灣失智人口將超過三十萬人，其中六十五歲以上長者占九成六，罹病者有年輕化的現象。二〇二五年臺灣即將邁入超高齡社會，失智人數恐更為嚴重。李嘉富主任表示：「失智為各種原因造

九月為國際失智症月，臺北慈院九月三十日舉辦失智症衛教講座與闖關活動，趙有誠院長與失智共照中心李嘉富主任邀請地方長者與社區民眾一起健康樂活預防退化。



成腦細胞死亡後，導致大腦活動力變差，進而引發各種障礙的狀態，不但使生活品質大受影響，通常還會持續六個月以上。」其中根據二〇二〇年國際權威醫學期刊《刺絡針(The Lancet)》研究發現，有十二個危險因子會影響失智成因達百分之四十，其中聽力喪失占了百分之八，排名第一。臨床上，李嘉富主任發現長者常常因為聽力障礙，影響問診與失智治療成效，因此特別在診間準備助聽器供長者免費使用，以促進醫病溝通及就醫品質。

這次舉辦的衛教講座也邀請到徐瑛雅職能治療師帶動現場民眾，從手及腳部的運動開始預防失智，現場民眾熱絡的參與讓活動更加溫馨。大鵬忠孝社區發展協會高碧總幹事帶領社區民眾一起參與國際失智月的活動，「臺北慈院長期與社區合作，常常安排講座，我們社區大多數是長者，尤其今天是有關失智與聽力問題相關的活動，在前陣子協會也有辦過延緩失能的課程，對我們是非常有幫助的。」民眾鄭女士回饋：「此次活動增加了很多對失智方面的常識，原本都不知道失智是可以提前預防的，除了醫學知識還帶動我們一起運動，很棒的體驗。」聽完醫護的分享，現場民眾更能了解到失智的狀況，提早提醒身邊長者，達到主動發現，早點治療的成效。

高齡化社會來臨，隨著年歲增長，年邁長者從漸漸失憶、失智到失能，期間漫長的照護，常讓患者與家屬苦不



徐瑛雅職能治療師現場帶動與會民眾一起運動。



社區暨長照服務部團隊安排有趣豐富的互動體驗，吸引大眾參與並樂於學習。

堪言！臺北慈院除了為長者開設記憶門診，並與北區慈濟人醫會合作，在平溪、貢寮為長者提供失智症診療服務，希望藉由醫院與社區的力量，能夠延緩失智症發生比率，並讓失智症患者獲得適當的治療與照顧，做家屬最好的後盾。（文／李筠 攝影／范宇宏）