

# 失智症

## 💡 失智症警訊

記憶變差、性格轉變、自我照顧能力下降等，就要注意是否有失智症的可能性，請儘早就醫診斷！



## 💡 失智症的嚴重程度

輕度、中度及重度，隨著病程變化症狀越趨明顯！

輕度	中度	重度
近期記憶障礙	忘記自己地址及電話	運動功能退化 
時間混淆  ?	無法長時間單獨生活	忘記家人 <span style="border: 1px solid orange; border-radius: 50%; padding: 2px;">你是誰?</span>
語言表達困難	無法煮飯、清潔、購物	語言能力喪失
難下決定 A or B?	計算能力下降 10-7=?	無法從 1 數到 10 123... ?
憂鬱或躁動不安	外出遊蕩或明顯妄想	迷路無法回家 
活動力下降 	對時間或空間混淆	情緒失控 



國立成功大學醫學院附設醫院斗六分院

關心您

## 💡 失智症高危險群

老化、遺傳、頭部外傷、酗酒、中風等。



## 💡 如何照顧失智症病人

 <p><b>進食</b></p>	<ol style="list-style-type: none"><li>1.攝取足夠營養、水分及纖維，採少量多餐。</li><li>2.了解拒食原因，針對原因以溫和態度處理。</li><li>3.提供足夠時間咀嚼，避免黏性強易哽塞的食物。</li></ol>
 <p><b>穿著</b></p>	<ol style="list-style-type: none"><li>1.簡單化，方便穿脫。</li><li>2.按穿衣順序排好，讓其自行穿衣。</li><li>3.注意天氣變化，協助增減衣物。</li></ol>
 <p><b>運動</b></p>	<ol style="list-style-type: none"><li>1.製作固定的日常作息表，提供日常生活訓練，鼓勵發揮應有之功能。</li><li>2.陪伴喜歡的休閒娛樂，引導談論過去的生活點滴，增加自我價值。</li><li>3.帶印有聯絡資料的卡片或手環，以預防走失。</li></ol>
 <p><b>環境</b></p>	<ol style="list-style-type: none"><li>1.環境簡單、安靜、明亮，適時協助使用適當的輔助器，以預防跌倒。</li><li>2.應隨時注意家中危險物品的使用安全。</li></ol>



## 💡 如何治療失智症

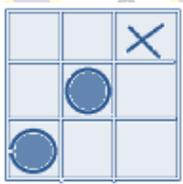
失智症是漸進式腦退化疾病，雖不能治癒但可減緩病程，依病程及症狀變化採取不同的介入措施。

藥物	除失智症藥物外，當出現精神症狀、憂鬱或焦慮，會合併使用抗精神病藥物、抗憂鬱劑或抗焦慮劑。 
非藥物	懷舊治療、娛樂藝術治療及運動治療。   

家中有失智症病人，家屬是相當辛苦及勞累的，面對如此沉重的工作，家屬必須適時喘息，藉由認識失智症、照顧自己、並尋求協助，以減輕照顧的重擔。

## 💡 如何預防失智症

多動腦增加社交養成運動習慣終身學習



圖片來源：Free icon

參考資料來源：成大總院 12B

製作單位：PSY

製作日期：111.08

修訂日期：113.08

DL-09-1-014



國立成功大學醫學院附設醫院斗六分院

關心您