



彩虹

台南市長
賴清德
雙月刊
Rainbow Newsletter



ADRC at NCKU Hospital, Tainan, Taiwan

成大醫院失智症中心出版 隔月 16 日出版

發行人 / 白明奇 | 美編印刷 / 吾知設計 | 編輯委員 / 白明奇、洪煒斌、王靜枝、楊政峯、張文芸、張玲慧、范聖育、黃湘雯

專文

【遠離失智症】 成大醫院失智症中心的永續發展目標

文 / 成大失智症中心
白明奇主任

在成大醫院成立即將進入第 6 年的 1993 年 5 月，神經部開設了行為神經學特別門診，由白明奇醫師負責診治認知功能障礙的病人，開始了台南地區、南部地區的失智症醫療照護。2004 年，白明奇醫師鼓吹成立台灣第一個地方性失智症支持團體：台南市的「熱蘭遮失智症協會」；2011 年成大醫院成立第一個國立級的失智症中心，2016 年開始執行衛福部失智共照中心計畫，持續推展失智症的治療與照護，並朝向「遠離失智症」的永續發展目標邁進。

成大醫院失智症中心召集人、神經部行為神經科主任白明奇醫師表示，除了照護已發生認知功能障礙的病人外，更重要的是「遠離失智症」。他在 2008 年提出「三動兩高、預防失智」的口號：頭腦要動、休閒活動、有氧運動、高度學習與高抗氧化，就是希望幫助遠離失智症的風險，同時也延緩病人失智演變的速度。

在成大醫院門診中，並創立了「失智照護諮詢門診」；失智症中心曾連續 3 年獲得國家品質標章榮譽；2014 年成大醫院與熊本大學簽訂合作備忘錄，實質進行互訪與學術交流。這些都提供了失智症照護的強力支持。

而高齡與失智（高智）密不可分，為此，2018 年上任成功大學老年學研究所所長的白明奇醫師主張，應該有系統地教育學子有關非藥物介入高智人士的知識，於是結合成大職能治療所、藝術研究所及台南市美術館，開設藝術介入高齡者與失智跨領域課程，除了出版「藝術與高智」教科書外，為實踐在地藝術介入的理念，更拜會台南 5 大博物館館長，推出「社交處方簽 LiHA Pass」，鼓勵高智人士走出家門，接受藝術的刺激，達到運動與互動的效果。此一「社交處方簽 LiHA Pass」已在成大醫院推廣，成效不錯，將再擴大到台南市各醫院的失智症門診。





許多家屬驚訝醫師的處方發揮功效，讓足不出戶的高智人士終於踏出家門。有位病人在台南美術館遇到可愛的小孩，蹲下來與小孩逗趣，舉頭發現小孩的媽媽是他過國中任教時的學生。成大醫院失智症中心分析 89 名使用者，高達 9 成的家屬表示參加活動的心情極好、能減輕陪同者照護壓力、願意延續這樣的心情參與其他社區活動，代表這項創舉是十分成功。

對於失智症病人，運動與互動刺激也是白明奇醫師的處方之一；但遠行的困難，走入社區成為執行的重點。像鼓吹成立熱蘭遮失智症協會作為地方支持團體，努力宣導失智防治的正確知識，也不斷

舉辦過各種相關活動，如：「失智照護、每月開講」市民演講、號召台南醫師與專家連續 4 年辦理「Triple 10」、深入 37 個行政區宣導失智防治、每年辦理「慈善音樂會」撫慰失智者及家屬的心，以及 2017 年開始的年度「台南失智照護博覽會」等。

白明奇醫師表示，到今天，全球高達 9 成的失智者仍未獲得診斷，更不用說後續的治療與照護。成大醫院失智症中心未來仍將持續努力，以提升人民素養、厚實社會資源、達到吉時診斷失智症，作為完美失智照護的三大要素；同時並把「遠離失智症」列為失智症中心的永續發展目標。

照片故事



8 小時專業訓練課程

這次很榮幸邀請到失智症中心 白明奇主任來失智症醫事專業 8 小時訓練課程 - 專業人員基礎課程授課，為培育照服員對於失智症有更專業的認識，以利失智症患者能受到更優質的照顧服務，學員表示獲益良多，課後整體滿意度非常高。



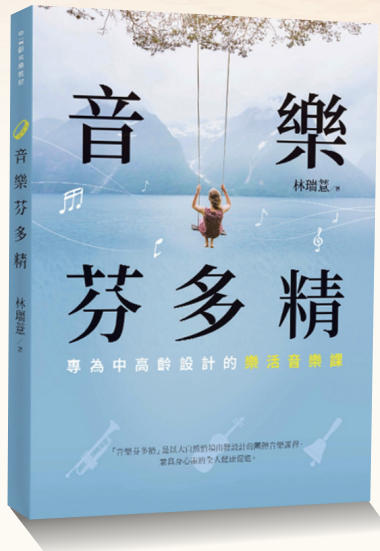
神奇的音樂功效 - 推薦序

文 / 成大失智症中心 白明奇主任

即使閉起眼睛也無法阻止超高齡社會即將降臨台灣，面對這樣的衝擊，難道我們要全盤接受、默默以對嗎？當然不行！然而，抗議是沒有用的，我們只能全方位的改變自己，才能進入優雅的老年。

2020年冬天，在台北醫學大學舉辦的第一屆台灣創齡藝術節（主辦單位是安可人生）活動中認識了本書作者林瑞蕙老師，雖然這已經是好幾個月以前的事了，但是被林老師投入音樂的熱情所感動的印象，到今天依然生動地跳躍在心裡，當時只有短暫的交談，記得當林老師描述為雙連安養中心二十週年慶創作暨協演的高齡素人台語音樂劇《風微微～金葉飛滿天》的片刻，腦海裡不禁浮現老人們快樂的動作與神情。

音樂旋律會不會是來自自然的聲音？是所有生物與物理現象所共同創作，這樣的話，音樂的出現在宇宙史上是必然發展的結果，自然的聲音有悅耳、也有惱人的，帶來舒緩、愉悅、也可能造成恐懼的效果，這與作曲家的創作相符合。



當一個人一旦進入音樂演出的內涵，對於某些心理歷程也是一種抽離，尤其是從煩躁、憂慮、悲傷、恐懼的心境抽離，這種抽離就可能緩解當下不安的情緒；節律又可誘發肌肉與骨關節的運動，律動本身就有緩和緊張的神奇效應。

林瑞蕙老師這本《音樂芬多精》的特點在於作者提供許多實例，更難能可貴的是如何準備教具、樂器或設備，如何挑選曲目、適合的對象、並指導介入的過程，如果再加上效果以及可能發生的副作用，就很像醫師的處方了。

本書的目標讀者應該是中高齡人士，中高齡人士面臨很多的人生難題，除了自身的健康、事業、家庭，還得擔心家人、同事與周遭的變化，生理機能開始日益衰退，認知功能也不如從前，甚至有若干比例的人已經成為早發性失智症患者，稍不留神，失能與失智就等在前面。

林老師是位經驗豐富的音樂老師，她將畢生所學無私地奉獻給大眾，我很樂意推薦這本新書給讀者。

在圖書館遇見德曼莎

110 年全國公共圖書館串連活動

課程費用
免費

日期：10 / 26 (星期二)
 地點：台南市立圖書館 6F 拾光講堂
 (臺南市永康區康橋大道 255 號)
 名額：限額 60 名，免費參加



Dementia
 在圖書館遇見德曼莎
 110 年全國圖書館串聯活動

時間：110 年 10 月 26 日(二)下午 2:00
 主題：超前部署 延緩失智退化
 主持：湯麗玉 秘書長/台灣失智症協會
 主講：蘇惠美女士、曾清芳先生
 白明奇 理事長/社團法人大臺南熱蘭遮失智症協會
 地點：台南市立圖書館新總館(六樓拾光講堂)
 地址：臺南市永康區康橋大道 255 號
 報名：請撥 06-303-5855 或掃描 QR code

指導單位：教育部
 主辦單位：國立臺灣圖書館 National Taiwan Library 台灣失智症協會
 協辦單位：台南市立圖書館新總館、社團法人大臺南熱蘭遮失智症協會



致謝 本衛教刊物「彩虹」，感謝病友家屬及各界人士捐款，讓本刊物得以順利發行，請持續給予肯定與鼓勵。

捐款方式

步驟一 請至成大醫院失智症中心全球資訊網 (<http://www.ncku-adrc.org.tw>) / 捐款專區 下載與填妥【指定用途捐款聲明單】。

步驟二 可依〔銀行轉帳〕或〔開立支票〕任一方式捐款，並註明指定捐款用途：熱蘭遮失智症病友後援會

(一)〔銀行轉帳〕：請選擇任一捐款匯入銀行

戶名：財團法人成杏醫學文教基金會 統編：06479649

| 銀行帳號 | 分行 |
|--|-----------------------------------|
| 合作金庫 (Taiwan Cooperative Bank) 帳號：1014-717-100284 | 成大分行 (Cheng Da Branch) (總行代號：006) |
| 台灣銀行 (Bank of Taiwan) 帳號：253-004-003059 | 南都分行 (Nandu Branch) (銀行代號：004) |
| 兆豐國際商業銀行 (Mega International Commercial Bank) 帳號：006-10-122530 | 府城分行 (Fucheng Branch) (總行代號：017) |

(二)〔開立支票〕：支票抬頭：財團法人成杏醫學文教基金會

※ 財團法人成杏醫學文教基金會 英文全名：〔CHENG-HSING Medical Foundation〕

步驟三 請將【指定用途捐款聲明單】和【匯款證明或支票】資料以掛號郵寄。

地址：701 台南市勝利路一三八號 | 收件人：財團法人成杏醫學文教基金會 收

聯絡電話：06-2353535 分機 3579 | 傳真：06-2370263

