

彩虹

台南市長
賴清德

雙月刊
Rainbow Newsletter

November
失智症照護的
新境界。
2015
1月 vol. 09

成大醫院失智症中心出版 | 隔月16日出刊

ADRC at NCKU Hospital, Tainan, Taiwan

| 發行人 | 白明奇 | 美編印刷 | 天晴文化事業
| 編輯委員 | 白明奇、王靜枝、楊政峯、張嘉蘋、張文芸、張玲慧、楊美鳳、陳淑軒

專文

莫失莫忘

阿茲海默症(Alzheimer disease)是失智症最常見的成因之一，臨床表現為進行性精神狀態的障礙，包括記憶、認知、方向辨識、判斷和行為能力等的衰退，好發於65歲以上族群，現時世上共有數千餘萬人經診斷患有阿茲海默症。在全球迅速進入高齡化社會時代，致力於落實文化平權、社會參與 socially engaged 及終身教育等概念的博物館，也逐漸嘗試藉物和人、實體和心理之間對話所設計的特定活動，實踐對阿茲海默症病人的關注。

如紐約現代美術館(Museum of Modern Art)自2006年起推出「與我在紐約現代美術館相遇」(Meet Me at MoMA)的場次，定期在非開放時間，另行提供阿茲海默症病人及照護家屬一個自在的社交、知性場合，由館員引導，鼓勵參與者表達、討論對馬諦斯、安迪渥荷或夏卡爾等藝術作品的想法及感受。紐約現代美術館的積極，在獲得紐約大學醫學院的研究肯定後，也帶動了歐美其他館舍相關的規劃，引起廣大矚目。

數年前，臺南藝術大學與成功大學擴大合作關係，因雙方學術各有所長，可為互補，類似的想法首次被提出。然而由於適合的場域難尋，雖有成大醫院失智症中心的白明奇醫師和歷史系蕭瓊瑞老師等的支持，始終沒有機會將計畫付諸實現。直至今年2014年夏天，在國立臺灣歷史博物館呂理政館長及館內友善平權工作小組的協助下，成大醫院失智症中心、熱蘭遮失智症協會及國立臺灣歷史博物館首度合作，探索在博物館推動專為臺灣阿茲海默症病人打造教育活動的可能性。其實國外案例雖然豐富，但幾乎全在美術館內操作，來自歷史或其他類型博物館的參考資料相形少見；此外，臺灣博物館界對此領域的論述也很缺乏。為了謹慎起見，三方在6、7月間密集交流，臺史

國立臺南藝術大學博物館學與古物維護研究所 黃心蓉老師

博並延請熱蘭遮失智症協會的醫生，對館員及志工就失智症議題進行演講。在8月23號試辦性質的活動中，臺史博各組室更是全員到齊，共襄盛舉。根據這次的經驗，館方及中心對參觀動線及導覽語言等細節，又再做了諸多修正。

臺史博稱10月4號正式的阿茲海默症專案為「寶島臺灣·歷史巡禮」。以名寓意，期盼在參訪臺灣歷史展覽之餘，大家也能留



下生命歷史中美好回憶的篇章。當天包括阿茲海默症病人、照護家屬、醫師及志工等一行四十餘人搭乘中心安排的專車，在早上9:30抵達博物館，在簡短的表演開場後，隨即展開常設展及特展的分組參觀；下午則安排有讓所有人親自動手創作的「臺灣24版印說故事」單元。臺史博的展示很大部分聚焦在臺灣過去數十年的發展，和在場者有許多記憶疊合之處，隨著導覽員自然生動的引導、手作的挑戰和滿足感，在場者的分享也逐漸熱絡，開啟了眾人在醫院和家居的長期羈絆外，難得的智性互動和溫暖想像。

過往有關博物館可接近性(accessibility)的議題，常集中於潛在觀眾會否因為文化資本(cultural capital)不足，對學術殿堂難生可親之心的層面；但博物館探究治療性(therapeutic)的努力，顯示可接近性的檢驗，早已擴及至情感或健康福祉(well-being)等層面。在某種程度上來說，也許歷史博物館和阿茲海默症患者對記憶的保有都有一樣的焦慮：在時間的流逝中，對莫失莫忘的執著。

放開我吧！

國立成功大學護理學系 王靜枝教授

失智患者的認知功能日漸衰退，常會合併一些行為與精神症狀，如妄想、病態收集、攻擊、遊走、重複行為、飲食改變行為等，這些症狀經常造成家屬極重壓力，甚至崩潰的情境。最近預約來本院失智照護諮詢門診的個案，也不知是不是天氣轉涼，老人家飲食改變行為特別加劇。不容忽視的事實——吃三餐已成為許多居家失智照顧家屬每日苦於面對的失智合併問題之一，其樣貌複雜，如疾病早期的忘記吃、貪食、過度飲食；中期的口味與習慣改變、不知要食、吃飯時作亂或吐出；到晚期的吃不下、對食物缺乏興趣、拒絕進食到吞嚥困難等。其中，有一位病程還沒有進展到吞嚥困難，但對食物缺乏興趣、不願進食、餵她就吐出、不願開口等，體重二個月掉了6公斤。在一連串的評估與衛教過程中，發現孝順的女兒因為擔心媽媽脫水而讓外籍看護每週給媽媽插二次N-G以補充水分，看護說，每次阿嬤都極力反抗、痛苦至極。女兒因為不忍心看……所以不太敢都在場，我相信她的痛比母親更甚！另一位個案對軟食可以進食得不錯只是有時胃口較差，不愛吃東西，也是體重嚴重下降，被插留置型N-G輔助，阿嬤一直自拔N-G而導致雙手不得已被約束，整日動彈不得，讓女兒心疼又不知所措……這二位阿嬤都是高齡又是末期失智

者，不能言語且臥床，生命臨終之刻，誰人願意如此？

面對晚期失智患者在失去自主決策能力後，個人漸漸體認家屬面臨最煎熬的抉擇竟然就是進食問題，他們常會問：「那要餓死他嗎？」我會反問：「如果有一天你自己完全不想吃東西，你希望被強灌嗎？」。民以食為天，但沒有人有權強制別人吃東西，就因為無法放開親人，只好無奈地選擇可能讓患者痛不欲生的抉擇？從Algase等學者於1996年所提出的失智需求代償行為模式觀點來探究，失智患者因語言能力的下降，無法清楚表達需求，因此他們會以特殊的行為也就是所謂的「行為與精神症狀」來做溝通或吸引他人注意，而拒絕進食或許就是失智患者欲表達某種需求的語言。若照護者試著將自己放到患者的位置，設身處地想像他們可能的感覺或想要表達什麼，將是最有幫助的。身為醫護人員的我們，可以讀得出其實兒女在多方的煎熬與不捨下也很想早日放走失智父母，但不知如何放才能撫平良心的譴責與自覺的社會異樣眼光，這已是全民該受教育的時刻！因此，失智患者的末期照護與安寧緩和醫療的實踐，必須激起熱度。最近我的學生在家訪末期失智家庭一學期後的口頭報告，以最近相當熱門的冰雪奇緣「Let it go」作為主題呈現個案狀況，相當扣人心弦。

專文

「彩虹」閱後心得

吳木村先生分享 (陳淑軒整理)

吳先生的母親將近90歲高齡，獨居於台中；吳先生居於台中的兩位胞弟每週也都去探望母親，或者每日打電話給母親。由於母親年事已高，加上有失智症，曾有跌倒、迷路紀錄，讓兄弟們都很擔心……某一次吳先生到成大醫院看診，在服務台看見「彩虹」衛教專刊，從此改變了他對失智症的認知：原來母親失智的情況是有機會獲得改善！

在帶母親來就診前，吳先生透露，有一次在門診與另一位失智症的病友家屬聊天，得知那位失智症病友曾在其他大醫院就診過，但看了四、五年狀況都無改善，直到給白明奇教授診治後，失智症的病況終於獲得改善；聽到這樣的經驗，加強吳先生對白教授的信心，極力說服獨居台中的母親南下成大醫院，到神經科白教授開設的失智症門診接受診治。

因為接觸了彩虹，開啟了吳先生對失智症的認識，每一期彩虹專刊介紹與失智症關的內容，讓吳先生覺得受益良多。聊天過程中，吳先生提到因閱讀了

第三期的彩虹衛教專刊，讓他從原本對身心障礙手冊完全不了解的情況，開始注意到這方面的資訊！吳先生也表示，希望政府能多照顧台南市的失智症患者與家屬。

談到彩虹第四期，吳先生感受特別深刻，因為這一期邀請了蕭華岑營養師撰文——適合失智病友的地中海飲食——讓吳先生直讚嘆蕭老師的精闢分析，增進他對失智病友飲食方面的照顧知識；吳先生因此也憶起曾經閱讀過的一本書籍，書裡將此種飲食方式列成簡單的口訣「白肉比紅肉好、無腳比二隻腳好、二隻腳比四隻腳好」，吳先生認為這樣比較能幫助民眾記住蕭老師所教授的內容。

第五期彩虹衛教專刊，邀請到陳柏宗老師撰文介紹「日間照顧中心」，吳先生對此主題也很有感觸！因為這篇文章，吳先生憶起媒體曾有報導報導照顧者見主人家人外出機會，偷虐待被照顧者的情況；如今身為失智症病友的照顧者，他能體會與了解照顧者做出非他所願

偷虐待無法反擊的老人家。雖然能理解照顧人員在面對失智症長者的複雜心情可能導致一些不理想的行為，吳先生亦反省自身，他說：「照顧人員必須能修正錯誤行為，意思就是照顧者要修正改過，配合被照顧者正確需要行為，才能相處愉快」。因為一篇文章，除了增加自身對日間照顧中心的認識，更進一步與時事新聞連結，藉此反省自己與母親的照顧互動。

此外，第五期文章還有介紹失智症與有氧運動，吳先生表示這也很有意義，讓大家知道有氧運動對失智症長者的益處。第六期彩虹專刊，孫孝芳教授撰文介紹到老年失智症之風險預測，讓吳先生得知原來失智症還有分成早發型與晚發型的失智症，增加他對失智症的認識！第七期的彩虹，蘇益仁教授分享了薑黃素與阿茲海默症的新進展，也讓吳先生大開眼界，激發他繼續蒐集相關的資訊，繼續學習與了解。吳先生

也提到，每一期的彩虹衛教專刊都有介紹不同機構單位與協會也是很好的事！

吳先生說：「閱讀彩虹後，增進對失智症飲食、照顧了解；還有白明奇教授對失智症者貢獻，不忘爭取患者福利。了解失智症因不同的人而有不同病症，改變我對失智症是無藥治療的錯誤觀念，受益良多；並把握治療黃金時期，因為失智症患者越早接受治療，就越能延緩大腦退化時間。『彩虹』確是一本對失智症患者優良雙月刊」！

最後，吳先生表示真的很感謝成大醫院先院長林炳文醫師、成大醫院楊俊佑院長、和白明奇教授與失智症中心的努力，不僅促進台灣與日本熊本大學的學術交流，更不忘為失智症患者謀求福利，專程拜訪賴清德市長，編列預算減輕無法謀生能力患者負擔，造福台南民眾！

照片故事

臺史博參訪

2014年10月4日我們帶著一群失智症病友與家屬來到臺灣歷史博物館參觀，希望藉著這樣的體驗活動，讓民眾感受到即使是失智症，一樣能找到與他們生命有共同經驗與記憶的時光，不再只是遺忘。



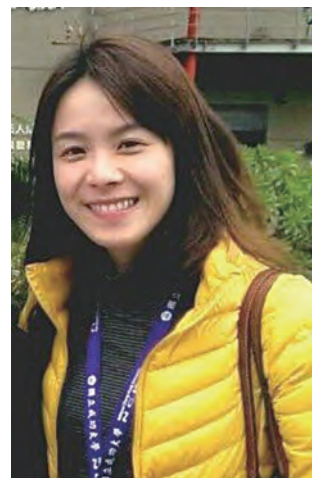
20年

從大批的臨床失智症個案、遺傳型失智症家族成員、大腦病理變化、腦脊髓液、分子與結構腦造影術及神經心理學測驗的長期追蹤，科學家發現，當一位病人被醫師診斷得了阿茲海默症，其大腦中的病變已

余睿矜老師

人物介紹

余睿矜，成大行為醫學研究所專任助理教授，專長為臨床心理學、神經心理學、老年心智功能、神經心理衡鑑與治療。隨著年齡的增長，每個人都有可能因老化而須面對健康的改變，肢體上的老化顯而易見，然而，人體中最重要的器官一大腦的改變卻是我們所忽略的。



大腦是個神祕的黑盒子，掌管人的喜怒哀樂與行為，透過神經心理評估，了解患者的腦部神經認知功能狀況，也瞭解患者與家屬在日常生活中面臨的困難，進一步利用心理治療與訓練加強大腦健康與彈性，提升患者與家屬之生活品質，創造優質老年生活。

數字解析

成大醫院失智症中心主任 白明奇教授

經進行了快20年。

太晚介入治療，可能是至今仍難以根治阿茲海默症的原因之一。發展並利用有效的生物標記，更早期診斷出阿茲海默症，刻不容緩。

失智症的生物標記

成大醫院失智症中心主任 白明奇 教授

生物標記 (biomarkers) 可以用來偵測及追蹤阿茲海默症等失智症的進展，例如腦脊髓液中的特定蛋白 (A β 及tau)、分子腦造影術、甚至抽血即可完成；廣義的生物標記還包含基因、大腦結構性或功能性腦造影、神經心理學測驗、步態等日常生活行為模式等。

生物標記可以在疾病尚未表現臨床症狀之前被偵測出來，這顯然有助於了解致病機轉，也可做為臨床試驗療效的指標，有助於開發新藥。

科學家一直在找尋理想的生物標記，希望是不具或稍具侵入性、可反應出疾病演變、且便宜的特性。

台灣長期照護專業協會

機構介紹



「台灣長期照護專業協會」自1993年正式成立，藉由各專業領域人員的攜手合作，提供長期照護個案跨專業團隊之關懷照護，共同為促進台灣長期照護體系之健全發展而努力。協會基於一貫之宗旨與理念，協助政府草擬長期照護相關法規草案，規劃長期照護服務網及長期照護機構整合性評鑑指標，推展長期照護保險政策，以及宣導長期照護服務資源發展之策略。協助長期照護專業人員專業成長、經驗分享及互動支持，並達到資源共享；並增進長期照護個案及其家人之服務品質，建立家屬互助支持網絡及代言，促進長期照護專業之發展。

攜手陪伴 ● 專業關懷

若民眾欲了解更詳細內容，請電洽02-25565880或網址<http://www.ltcpa.org.tw/>。

近期活動

失智照護，每月開講

活動日期	主題	講師
104.2.7(六)10:00~12:00	預防失智三動二高原則	成大醫院神經內科 / 白明奇 醫師
	失智支持者訓練 I	中華民國老人福利推動聯盟種子講師 / 張美月 老師
104.3.14(六)10:00~12:00	失智症的檢測	奇美醫學中心神經內科主治醫師 / 林高章 醫師
	失智照顧者的壓力負荷	長榮大學護理學系 / 陳雯婷 老師

活動地點：台南市文化中心國際會議廳B1會議室

主辦單位：社團法人台南市熱蘭遮失智症協會 報名專線：06-2226016 或網路報名www.zda.org.tw。名額有限，請儘早報名。

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

