



失能長者之照護



全人智慧 醫療典範
愛心 品質 創新 當責

經高齡護理專家檢視
臺中榮民總醫院護理部編印

一、何謂失能：

失能可能因為疾病或老化，而讓您的日常生活活動，如進食、穿衣、如廁、活動、沐浴等，需要他人協助完成時，稱為失能。

二、失能長者的常遇到的狀況有：

因肌力減退、視力模糊、藥物影響、光線昏暗，或行走時缺乏扶手及輔具支撐等，皆會增加跌倒機會。



● 力氣變差，容易跌倒

失能長者易有多重用藥情形，隨著生理機能衰弱，更容易出現藥物的不良反應，又因視覺、聽覺的退化，錯看藥物，造成服錯藥物的機會增加。



● 眼睛看不清楚，容易吃錯藥

由於功能退化、牙齒脫落或假牙咬合不良、胃腸蠕動減慢、藥物副作用等因素而影響長者營養的攝取。



- 牙齒掉落、吞嚥不好

因活動量減少，腸蠕動緩慢而便秘，男性攝護腺肥大造成尿路阻塞、易有尿液解不乾淨。



- 尿液解不乾淨



- 便秘

因疾病帶來失能，日常生活需他人協助，造成社會人際互動減少，易導致心理疾病的發生。



- 不敢接觸其他人

三、如何照顧失能長者：



- 製作符合長者需求的餐食



- 配戴合適的眼鏡



- 走路時要有適當的扶手及輔具支撐



- 給予隱密的環境大小便，避免催促



- 順時鐘方式由右向左反覆按摩腹部



- 儘可能安排在住家內的同一個地方活動



- 打太極拳、外出散步或探視朋友等，都是改善日常活動能力的好方法



- 您要主動告訴醫生正在服用有哪些藥物，才能減少重覆用藥的機會

四、有哪些長期照顧資源呢？

當家人無法給予照護時，可以考慮「我國長期照顧十年計畫 2.0」：

長照 2.0
服務在厝邊

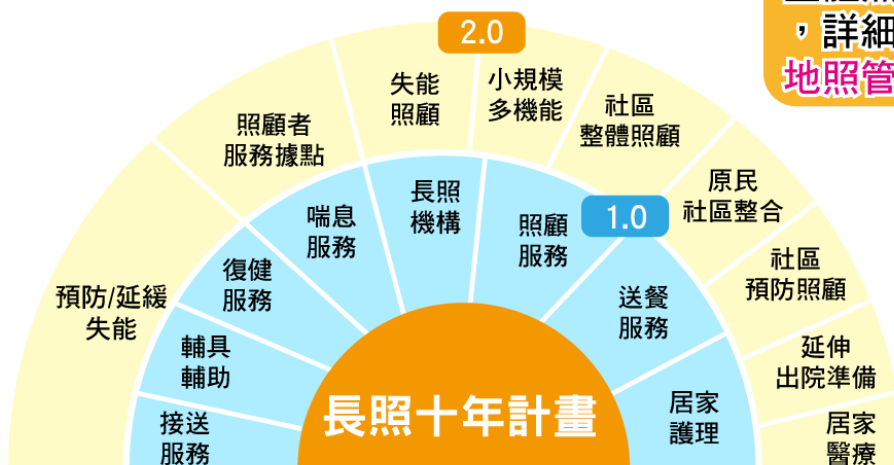
前五分鐘免費
一通電話，長照到您家

長照問題
撥 **1966**
就對了!

服務時間 週一至週五 08:00-12:00
13:30-17:30

The advertisement features a blue sky background with a smiling sun and clouds. Below the main text, there is an illustration of an elderly couple with a walker, a woman holding a clipboard, and a man standing next to her. The overall tone is positive and supportive.

長期照顧2.0項目有哪些？



長照2.0擴大了服務對象與項目，社區整體照顧更加齊備，詳細資訊可洽各地照管中心啲！



五、台中市長期照顧福利資源

名稱	(一)台中市政府衛生局長期照顧管理中心
電話	豐原站：04-25152888
	西區站：04-22285260
網址	http://ltcc2.health.taichung.gov.tw/files/11-1000-89.php

名稱	(二)內政部中區老人諮詢服務中心
電話	0800-228585 04-22975930
網址	http://www.lkk.org.tw/viewtopic.aspx?s=3&t=14

名稱	(三)中華民國老人福利推動聯盟
電話	0800-228585 04-22975930
網址	http://www.lkk.org.tw/viewtopic.aspx?s=3&t=14

名稱	(四)台中市政府社會局電話
電話	04-22289111
網址	http://www.society.taichung.gov.tw/index.asp

六、總結

隨著年紀變化，會造成生理及心裡的問題，照顧上有任何問題時，您或您的家人可以找其他的長期照顧資源，尋求協助及幫忙。

七、參考資料

朱麗蓉、游如玉（2017）．預防及延緩失能服務於社區推動之實務與課題－以臺南 YMCA 為例．*長期照護雜誌*，21(3)，225-231。

陳喬男（2015）．高齡者的失能預防．*長期照護雜誌*，19(2)，149-155。

衛生福利部(2016，10月31日)．*長照 2.0 懶人包*．
取自 <https://1966.gov.tw/LTC/cp-3648-38028-201.html>