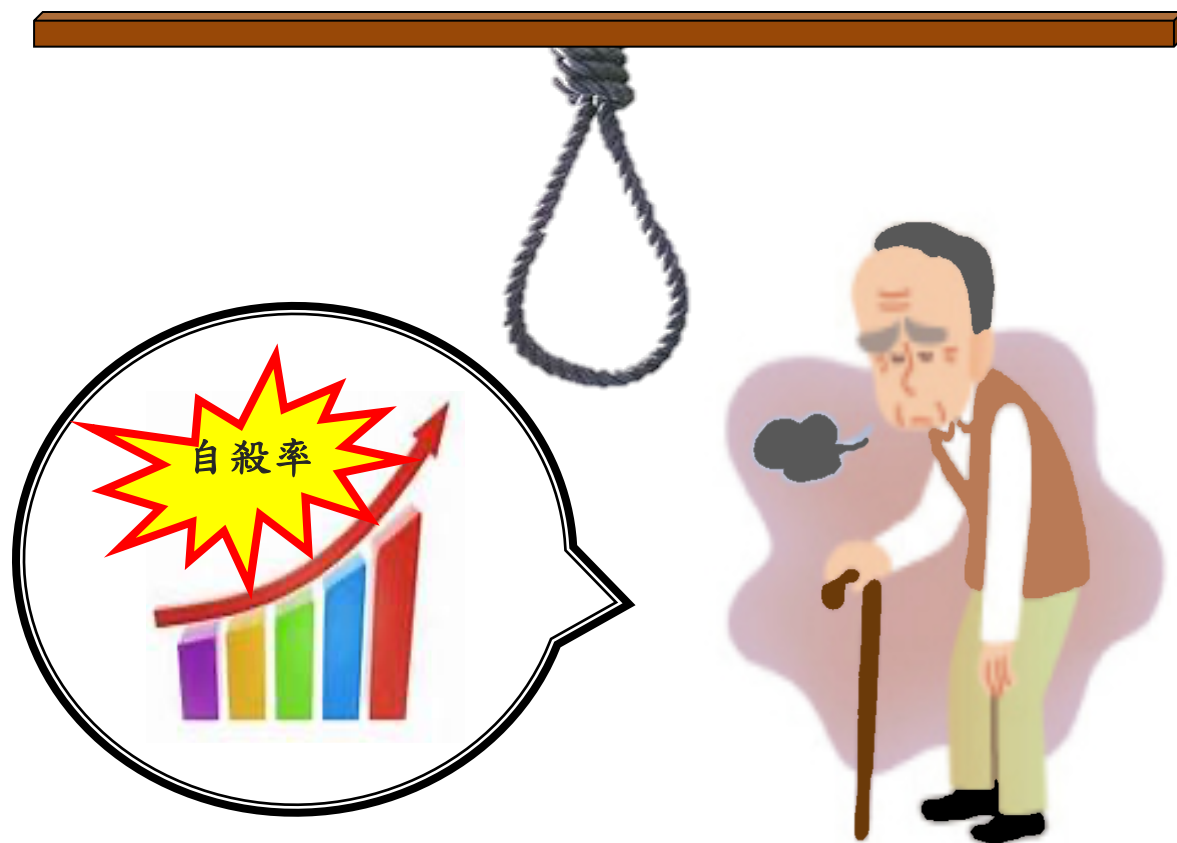


衛教編號：GER-019

2015.08.02 訂定
2020.09.25(3 審)
2023.06.20(1 修)



高齡長者情緒關懷



全人智慧 醫療典範
愛心 品質 創新 當責

經神經內科醫師或護理專家檢視

臺中榮民總醫院護理部編印

一、前言

衛生福利部 2020 年資料顯示，2019 年自殺為國人死因排名第 11 位，其中 65 歲老人為所有年齡層中自殺死亡率最高，且連續 25 年皆居於首位。高齡長者自殺意圖及自殺手段常是最強烈且最致命的，顯示高齡長者自殺是不可忽視的現象，自殺防治是刻不容緩。



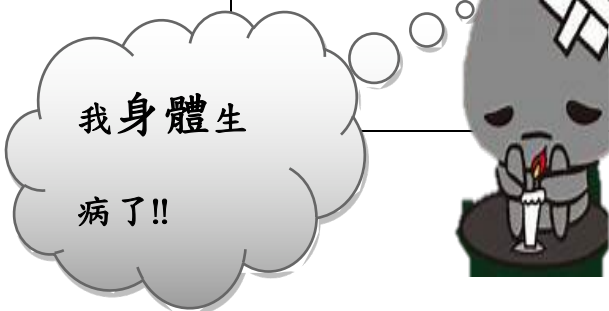
圖片取自：<https://zh.lovepik.com/image-401786294/world-suicide-prevention-day.html>

二、高齡長者自殺之高危因子

臺灣進入高齡社會後，健康老化、老年憂鬱與自殺成了相當重要的議題，下列為高齡長者自殺高危險因子。



年長者	性別(女>男)
獨居	失落
低社經	失能
抽煙	生活壓力事件
身心健康自我感受差	生理疾病及疼痛
精神疾病，例如：憂鬱、酒癮及脆弱人格特質	自殺未遂(五年內，自殺未遂的老人再次自殺未遂的比率可能超過 20%)



三、自殺前徵兆

高齡長者自殺前較少透露自殺計畫及自殺想法，但是在試圖自殺前常會有下列徵兆：

自殺意圖強：執行前多計劃已久且周詳，有死亡的決心，死亡方法較為激烈。

很少透露出自殺想法或計畫：老人較少留下遺書，當有遺書時，常清楚表達決心、意圖、想法。

較多獨居者：自殺常發現在獨居老人家中，因此自殺時不易即時發現獲救。

原本的身體疾病及身體的脆弱性，致使老人自殺時不易存活。

四、自殺防治之自殺守門人

綜合以上可了解，高齡長者若出現異於平常的行為舉止合併憂鬱情緒時，週遭的人應正視其自殺或自傷的可能及危險性，並適時轉介專業諮詢，以及早預防悲劇發生。

自殺守門員三步驟



1問：主動關懷，詢問高齡長者狀況

2應：做適當回應及支持陪伴

3轉介：給予適當的資源轉介與持續關懷

五、自殺防治資源協助狀況

醫療協助

警消緊急救援
緊急醫療

電話諮詢

安心專線
0800-788-995
生命線 1995
張老師 1980

心理諮詢

各縣市社區心理衛生
中心:心理諮詢
衛生局社區定點諮
詢

關懷訪視

各縣市社區心理衛
生中心
→自殺企圖者通報
各縣市衛生局關懷
訪視員:電訪或面訪

其他資源

緊急協助電話 110
婦幼保護專線 113
老朋友專線
0800-228-585
男性關懷專線
0800-113-999



六、 自殺防治資源連結

心理健康管理

心情溫度計-網路連結

<http://tspc.tw/tspc/portal/theme/index.jsp?sno=95>

珍愛生命守門人-網路連結

<http://tspc.tw/tspc/portal/theme/index.isn>

社會救助

- 衛生署福利部
各縣市社會福利課
→馬上關懷急難救助
→低收入戶生活補助
→愛心關懷服務

教育宣導

自殺防治中心網站
珍愛生命數位學習網



七、 結論

自殺防治需要家庭、社區、鄰里等各個網絡共同關懷，發揮珍愛生命「一問二應三轉介」之守門人的精神，關懷家中及獨居之長者，切勿忽略身體疾病伴隨的情緒困擾，適時的關懷與問候，及轉介專業醫療資源，並尋求鄰居及里長之照護與協助，方能預防悲劇的發生，同時加強生理相關衛教、鼓勵家人同住或是建立長者社區外，應更加強長者對自我現狀的正向價值，與老年憂鬱症之預防，俾利降低長者的自殺行為。

八、 文獻查證

曾光佩、游川杰、楊添圍、黃世傑 (2019)·從老人自殺危險因子看老人自殺預防之整合性照護·*北市醫學雜誌*，16，120-133。

https://doi.org/10.6200/TCMJ.201910/SP_16.0013

衛生福利部健康署 (2017，01月11日)·*自殺防治自殺新聞事件的省思*。取自

[https:// health99.hpa.gov.tw/educZone/edu_detail.aspx?CatId=21897](https://health99.hpa.gov.tw/educZone/edu_detail.aspx?CatId=21897)

蔡芸芳(2021，3月22日) · 老人自殺-長期被忽略的健康議題 · 國家衛生研究院-論壇。

<https://forum.nhri.edu.tw/r34/>

讓我們來進行測驗，已確認您已充分了解

1. 臺灣進入高齡社會後，健康老化、老年憂鬱與自殺成了相當重要的議題，高齡者自殺危險因子包含：獨居、低社經、身心健康自我感受差、精神疾病等。

是 否 不知道

2. 自殺是可以被預防的，周遭的親朋好友若有發現高齡長者行為異於平常且伴隨憂鬱情緒時，應主動詢問、適當回應及支持陪伴、適當給予資源轉介並持續關懷。

是 否 不知道

3. 高齡長者要自殺前會有明顯的特徵，很容易被察覺。

是 否 不知道

4. 因高齡長者原本身體疾病及身體的脆弱性，致使老人自殺時不易存活。

是 否 不知道

5. 自殺防治需要家庭、社區、鄰里等各個網絡共同關懷，發揮珍愛生命「一問二應三轉介」之守門人的精神，關懷家中及獨居之長者，切勿忽略身體疾病伴隨的情緒困擾。

是 否 不知道