衛教編號: GER-009

2014.08.18 訂定 2023.06.30(5 修) 2020.09.28(1 審)



失能長者之照護







https://health99.hpa.gov.tw/material/2282

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、聽力下降、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。

圖片取自:https://www.sohu.com/a/228014135_100109696

● 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,又因感官的退化,錯看 藥物,造成服錯藥物的機會增加。



圖片取自:https://kknews.cc/zh-hk/health/ejbo5bg.html

眼睛看不清楚,容易吃錯藥

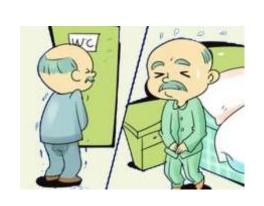
由於功能退化、牙齒脫落或假牙咬合不良、胃腸蠕動減慢、藥物副作用等因素而影響長者營養的攝取。



圖片取自:https://read01.com/QA6KyMe.html#.YidlsdJByig

● 牙齒掉落、吞嚥不好

因活動量減少,腸蠕動緩慢而便秘、男性多因攝護 腺肥大造成尿路阻塞、易有尿液解不乾淨,女性則因 生理結構、生產因素而尿失禁。



圖片取自 http://yao51.com/jiankangtuku/mhhwmwpy.html



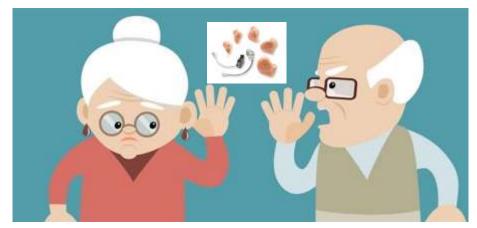
便秘

圖片取自 https://kknews.cc/zh-hk/health/63 nmpkl.html

● 尿液解不乾淨

因疾病失能導致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。

三、如何照顧失能長者:



圖片取自:https://kknews.cc/health/3qmovzy.html

● 配戴助聽器,以利溝通



圖片取自 https://healthydiet.hpa.gov.tw/prepare.html

製作符合長者需求 的餐食



圖片取自

 $tps://thumb.\,ac\text{-}illust.\,com/fa/fa06759d56d87901519c2fed5$

走路時要有適當的 扶手及輔具支撑



圖片取自 https://www.tukuppt.com/muban/grpkoebw.html

● 配戴合適的眼鏡



圖片取自 https://img95.699pic.com/xsj/0r/ug/15.jpg!/fh/300

給予隱密的環境定時叮嚀大小便,避免便秘



圖片取自 https://www.sgss8.com/tpdq/5084995/

順時鐘方式由右向 左反覆按摩腹部



圖片取自 https://www.fotosearch.hk/CSP348/k54019315/

儘可能安排在住家內 的同一個地方活動



圖片取自 https://www.ilong-termcare.com/UserFiles/Articles/1d4446 11-e9f7-4698-8b5e-34e31000f10d/528676.jpg

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



圖片取自 https://www.imagemore.com.tw/photo/show/IMC00281%5EIMC00281011

您要主動告訴醫生正在服用的藥物,減少重覆用藥

四、有哪些長期照顧資源呢?

當家人無法給予適當照護時,可以考慮「我國長期照護十年計畫 2.0」,長照 2.0 是在地老化政策的關鍵,透過預防及延緩失能策略之推動,以達到健康及活躍老化的目標。



圖片來源: https://www.ntshb.gov.tw/bureau_5/news/detail.aspx?type=0&nid=5267&aid=214

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,會造成生理及心理的問題,照顧上 有任何問題時,您或您的家人可以尋求長期照顧資源 的協助及幫忙。

七、參考資料

- 李秋香、陳秋燕、林玉茹、黄惠子(2019)·出院後居家老人面對行動失能的調適歷程·*嘉基護理*, 19(2),15-26。
- 楊美紅、林惠如、謝佳容、許智皓、張蓓貞(2019)。 臺灣延緩及預防老人衰弱照護政策分析與建言。 台灣老年醫學暨老年學會雜誌,14(2),53-65。 doi:10.29461/TGGa.201905_14(2).0001
- 衛生福利部(2020,11月27日) · 長照2.0 懶人包 · 取自

https://1966.gov.tw/LTC/cp-3648-38028-201.html

讓我們來進行測驗,以確認您已充分了解

1.	失	能可	能因	為	疾派	 夷或	老	化,	而譲	复您	的	日常	生	活	舌重	b ,	需	
	要	他人	協助	完	成日	寺,	稱	為失	能。)								
	\bigcirc	是	○否	•	\bigcirc 7	下知	道											
2.	失	能長	者容	こ易	因力	力氣	變	差而	跌倒	到。								
	\bigcirc	是	○否	•	\bigcirc 7	下知	道											
3.	失	能長	者容	こ易	產生	上牙	齒)	稅落	或值	沒牙	咬	合不	良	, <u>,</u>	牧 🛭	因減	少	失
	能	長者	之食	物	攝耳	又。												
	\bigcirc	是	○否	,	\bigcirc 7	下知	道											
4.	當	失能	長者	發	生用	易蠕	動-	甚至	.便私	必情	形	,可	採	順日	寺釗	童方	式	
	由	右向	左反	覆	按厚	擎腹	部	0										
	\bigcirc	是	○否	•	\bigcirc 7	下知	道											
5.	失	能長	者會	造	成生	上理	及,	ご理	的問	月題	,只	照顧	上	有任	E何	「問:	題問	寺,
	可	以尋	求長	期	照雇	頁資	源日	的協	助及	支幫	忙	0						
	\bigcirc	是	○否	•	\bigcirc 7	下知	道											