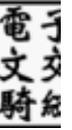


衛生福利部 函

地址：11558台北市南港區忠孝東路6段488號
傳 真：(02)25220769
聯絡人及電話：許玉昌(02)25220681
電子郵件信箱：PLYU0703@hpa.gov.tw



受文者：教育部

發文日期：中華民國110年5月17日
發文字號：衛授國字第1100200707號
速別：普通件
密等及解密條件或保密期限：
附件：失智症預防及友善線上課程資訊1份 (1100200707-1.odt)

主旨：檢送本部開發4堂失智症線上學習課程及連結資訊資料1份
(詳如附件)，請廣知並鼓勵所屬機關員工納入年度學習計畫，請查照。

說明：

- 一、依據「失智症防治照護政策綱領2.0」之「策略二、提升大眾對失智症之認識及友善態度」辦理。
- 二、失智症並非正常老化，是導致老年失能及生活無法獨立的重要因素之一，伴隨我國社會老化快速，失智人口也隨之增加，估算台灣失智症人口超過29萬人。
- 三、政府自102年8月發布「失智症防治照護政策綱領」，是全世界第13個具有國家級失智政策的國家。配合長照10年計畫2.0增納50歲以上失智者照護服務，107年修正並發布「失智症防治照護政策綱領2.0」。
- 四、增進民眾對失智症正確識能是預防不二法門，本部致力開發多元衛教素材，提供各場域與民眾學習的機會，109年達成全國超過5%民眾對失智症有正確認識之目標。為增進各

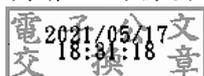


級公務人員學習，本部新完成4堂線上學習課程(詳如附件)，掛置「e等公務園+學習平台」開放學習區，每堂課程均提供公務人員學習時數。

五、課程學習有助同仁對自我及家人健康的注意，及早就醫接受診斷與照護服務；在職場上如發現同事疑有症狀時，因了解失智症，更能同理患者情形，給予適當幫助與就醫建議，營造職場友善環境。

正本：內政部、外交部、國防部、財政部、教育部、法務部、經濟部、交通部、勞動部、科技部、文化部、行政院農業委員會、行政院環境保護署、行政院主計總處、行政院人事行政總處、國軍退除役官兵輔導委員會、國家發展委員會、原住民族委員會、海洋委員會、大陸委員會、客家委員會、中央銀行、國立故宮博物院、中央選舉委員會、公平交易委員會、金融監督管理委員會、國家通訊傳播委員會、僑務委員會、行政院原子能委員會、行政院公共工程委員會

副本：



失智症預防及失智友善線上學習課程

| 編號 | 線上課程名稱 | 連結網址 | 課程介紹 | 講座資訊 | 播放長度 |
|----|-----------------|--|--|---|------|
| 1 | 失智並不可怕，可怕的是您不知道 | https://elearn.hrd.gov.tw/info/10022791 (提供學習時數) 或 https://health99.hpa.gov.tw/material/6829 (無提供學習時數) | 1. 失智症是什麼？ 2. 失智症是全世界老年人失能的主要原因之一，失智症不僅對患病者及他們的看護者和家庭來說都是龐大的壓力，因為缺乏失智症的認識和理解，羞於看醫生，而導致診斷和照顧上的障礙。了解健忘與失智差別，即早診斷，即早治療。了解失智症，更能同理病人情形，而給予適當幫助。 第1輯-喔！失智是什麼？ 第2輯-不要小看的年輕失智症 第3輯-失智症十大警訊 第4輯-如何降低失智症風險 | <ul style="list-style-type: none"> ■ 臺北市立聯合醫院中心主任劉建良、 ■ 國立陽明大學附設醫院神經內科特約主治醫師蔡秉晃、 ■ 大林慈濟醫院失智症中心主任曹汶龍、 ■ 台大醫院神經部兼任主治醫師朱智邦 | 51分鐘 |
| 2 | 預防及延緩失智，從這做起(一) | https://elearn.hrd.gov.tw/info/10022792 (提供學習時數) 或 https://health99.hpa.gov.tw/material/6830 (無提供學習時數) | 1. 降低失智症的風險應避免高血壓、高血脂、高血糖及頭部外傷。 2. 延緩失智從動腦開始，目前失智症仍無有效的藥物能治癒它，只要透過症狀控制及，就可以改善病症與生活品質。 第5輯-延緩失智從動腦開始 第6輯-降低失智症風險-三高管理 第7輯-降低失智症風險-多種健康行為 第8輯-降低失智症風險-避免頭部外傷 | <ul style="list-style-type: none"> ■ 花蓮慈濟醫院認知暨老年精神科主任羅彥宇 ■ 竹山秀傳醫院神經部主任劉彥良 ■ 亞東紀念醫院神經醫學部失智中心主任甄瑞興 ■ 國立政治大學心理學系副教授楊啟正、 | 51分鐘 |
| 3 | 預防及延緩失智，從這做起(二) | https://elearn.hrd.gov.tw/info/10022793 (提供學習時數) 或 | 1. 降低失智症風險-身體活動：根據世界衛生組織(WHO)提出的預防失智建議，規律運動被列為第一優先。 2. 降低失智症風險-均衡飲食(我的餐盤)： | <ul style="list-style-type: none"> ■ 新康居家職能治療所職能治療師沈明德 ■ 台北市社區營養推廣中心主任張惠萍 | 50分鐘 |

| | | | | | |
|---|---------|--|---|---|------|
| | | https://health99.hpa.gov.tw/material/6831 (無提供學習時數) | 我的餐盤是希望透過簡易口訣說明如何在每日攝取均衡飲食、不挑食，以及如何吃得好、吃得巧，WHO 更強烈推薦均衡飲食能有效降低認知衰退與失智症。 第9輯-降低失智症風險-身體活動(一) 第10輯-降低失智症風險-身體活動(二) 第11輯-降低失智症風險-我的餐盤均衡飲食(一) 第12輯-降低失智症風險-我的餐盤均衡飲食(二) | | |
| 4 | 失智友善的一天 | https://elearn.hrd.gov.tw/info/10022794 (提供學習時數) 或 https://health99.hpa.gov.tw/material/6832 (無提供學習時數) | 1. 如何陪伴失智者走入社區? 2. 針對失智症的四大面向進行整體介紹，可以學習如何關懷失智者，幫助他們與他們互動的訣竅；希望能一起打造失智友善的環境。 第13輯-陪伴失智者走入社區 第14輯-如何推動多元失智友善組織 第15輯-失智友善居民該怎麼做? 第16輯-看見不一樣的社會參與 | <ul style="list-style-type: none"> ▪ 台北海洋大學健康照顧社會工作系兼任講師楊君宜 ▪ 天主教失智老人基金會社工主任陳俊佑 ▪ 台灣創意高齡推動發展協會秘書長周妮萱 | 54分鐘 |