



# 失智症之非藥物治療

文 / 廖品雯  
國泰綜合醫院神經內科主任醫師

隨著社會邁入高齡化，罹患失智症之人口逐漸增加。失智症的治療以及照護是現階段大家所關注且致力發展的部分。藥物治療仍是選擇，但每個人對於藥物的效果不盡相同，尤其是對於失智症相關的精神行為症狀，藥物的治療效果往往成效不佳。

近年來越來越多的文獻，在探討失智症的非藥物治療。非藥物的治療有哪些，下面一一介紹。

## 認知刺激治療或認知復健

藉由日常生活中常使用的物品，或是輔助教具（如：七巧板，拼圖，手機App）進行認知訓練。讓長者能透過一些外在的刺激自己動手作，培養進行思考，減緩認知的退化。也讓長者培養日常生活獨立。

## 懷舊療法

透過回憶過去的生活經驗，過去家庭照片，誘導長者回憶並分享過往的經驗。另有團體的懷舊治療，透過團體中有組織的回想，各個長者發表自己的看法，增加人際互動，並提升信心。





## 音樂治療

音樂對生理跟心理助益良多，優美的旋律能夠降低焦慮，減輕壓力，更能促進心情愉悅，穩定情緒。失智症的長者，透過音樂治療，不論是被動地聽音樂，或是學習唱歌（從歌詞中加強語言的記憶），演奏簡單樂器（學習打拍子），對於認知及精神行為症狀都有很大的幫助。另外失智症長者多有睡眠問題，音樂治療也可提升睡眠品質。

另外還有像是芳香療法，動物輔助療法，及光照療法。每個長者有不同的需要，必須根據個人的喜好及生活型態，找出最合適的非藥物治療方式。

為了多元照顧社區失智長者，國泰綜合醫院與鄰近敦煌里合作設置「大家憶起來」失智社區服務據點，目前社區據點規劃了系列活動，讓失智症長者參與，透過團體活動，來提升認知功能，減緩精神行為症狀。此外目前大安區的社區服務據點還包括聯醫仁愛院區、普洛邦職能治療所、台灣認知促進協會、財團法人佳醫健康基金會、社團法人寧祈全人健康生命關懷協會等。大安區的民眾可多加利用，並可詢問國泰綜合醫院失智症共同照護中心。



▲李發焜院長(左五)、林朝祥副院長(左四)與醫療團隊、社區里民為大家憶起來失智社區服務據點揭幕合影

