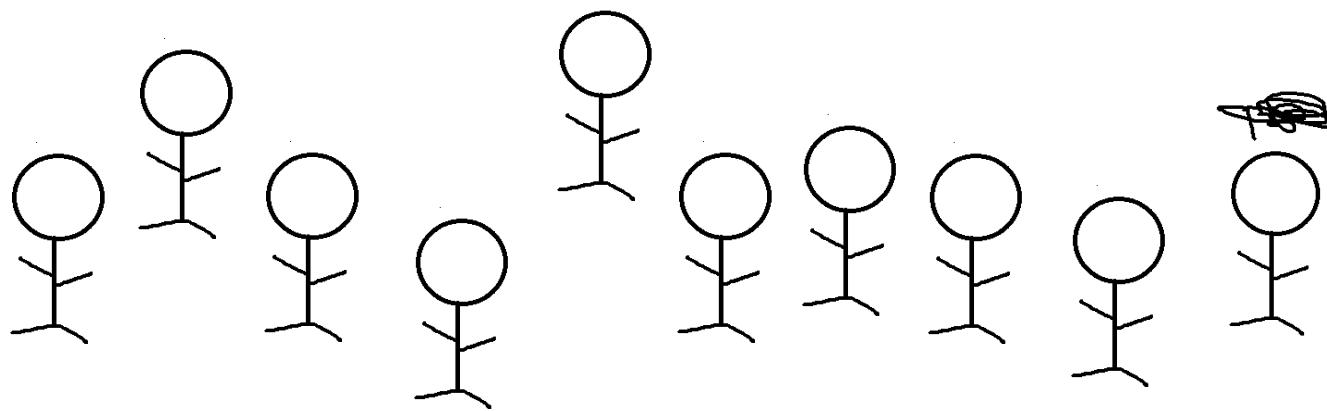




## 健康議題簡介

因人口老化的影響，**神經退化性疾病**越來越普及，失智症變成老人社會中常見的疾病。

以內政部106年的人口資料進行評估，在65歲的老人中，有8%患有失智症，其中最常見為**阿茲海默症**。



記憶趕不上遺忘

失去與過去自己的連結.....

# 阿茲海默症病理演變

腦部有不正常的蛋白質



腦皮質上開始有**毒性斑塊**形成



毒害腦細胞



腦袋中的**海馬迴**受損及萎縮

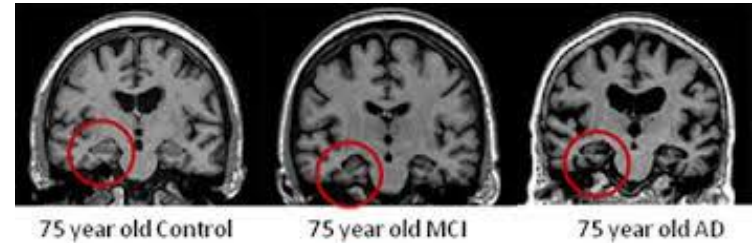
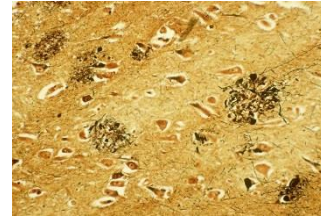


記憶力退化

認知能力降低

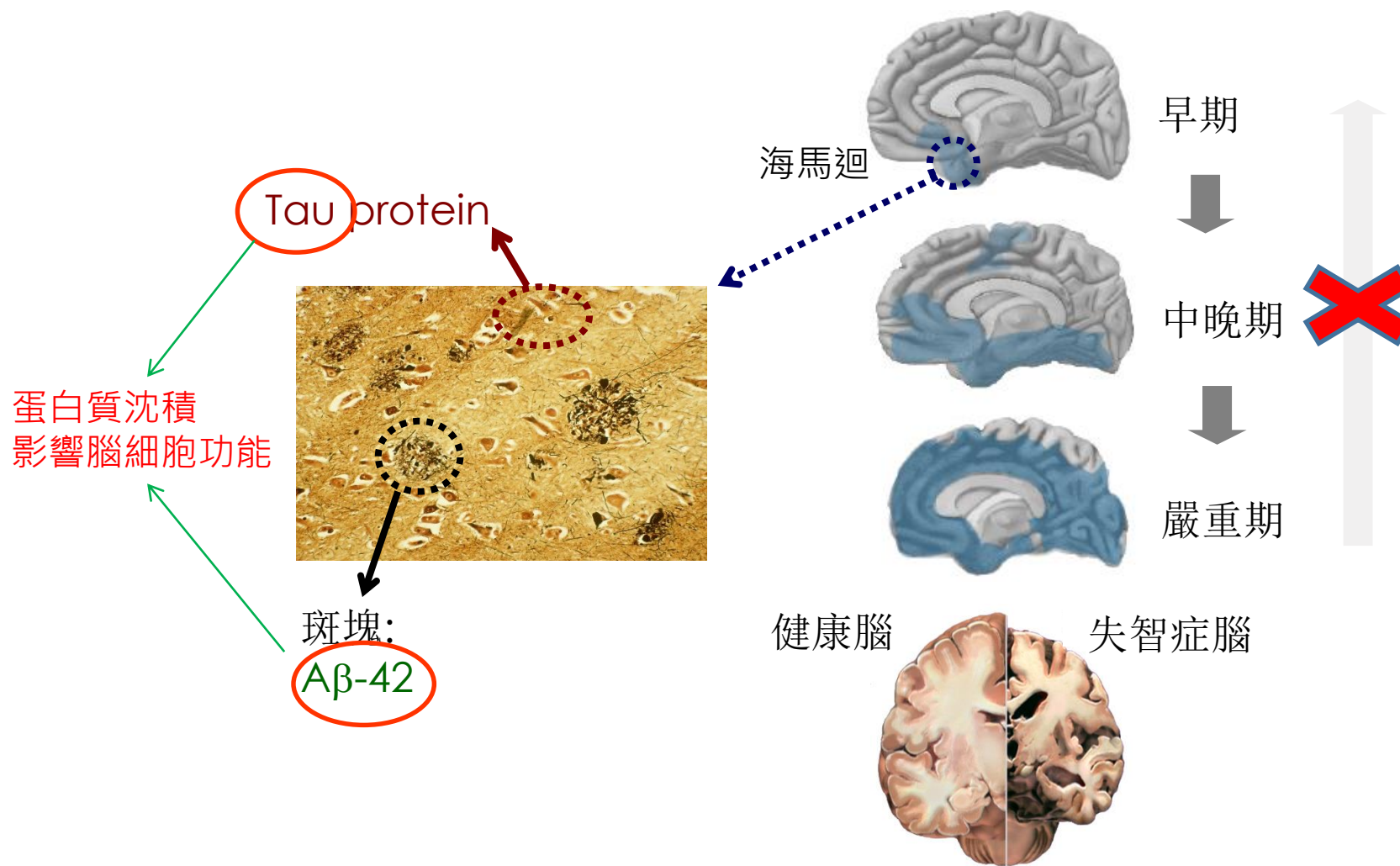
各種病徵出現

(早期)



(晚期)

# 常見失智症(50~60%) - 阿茲海默症

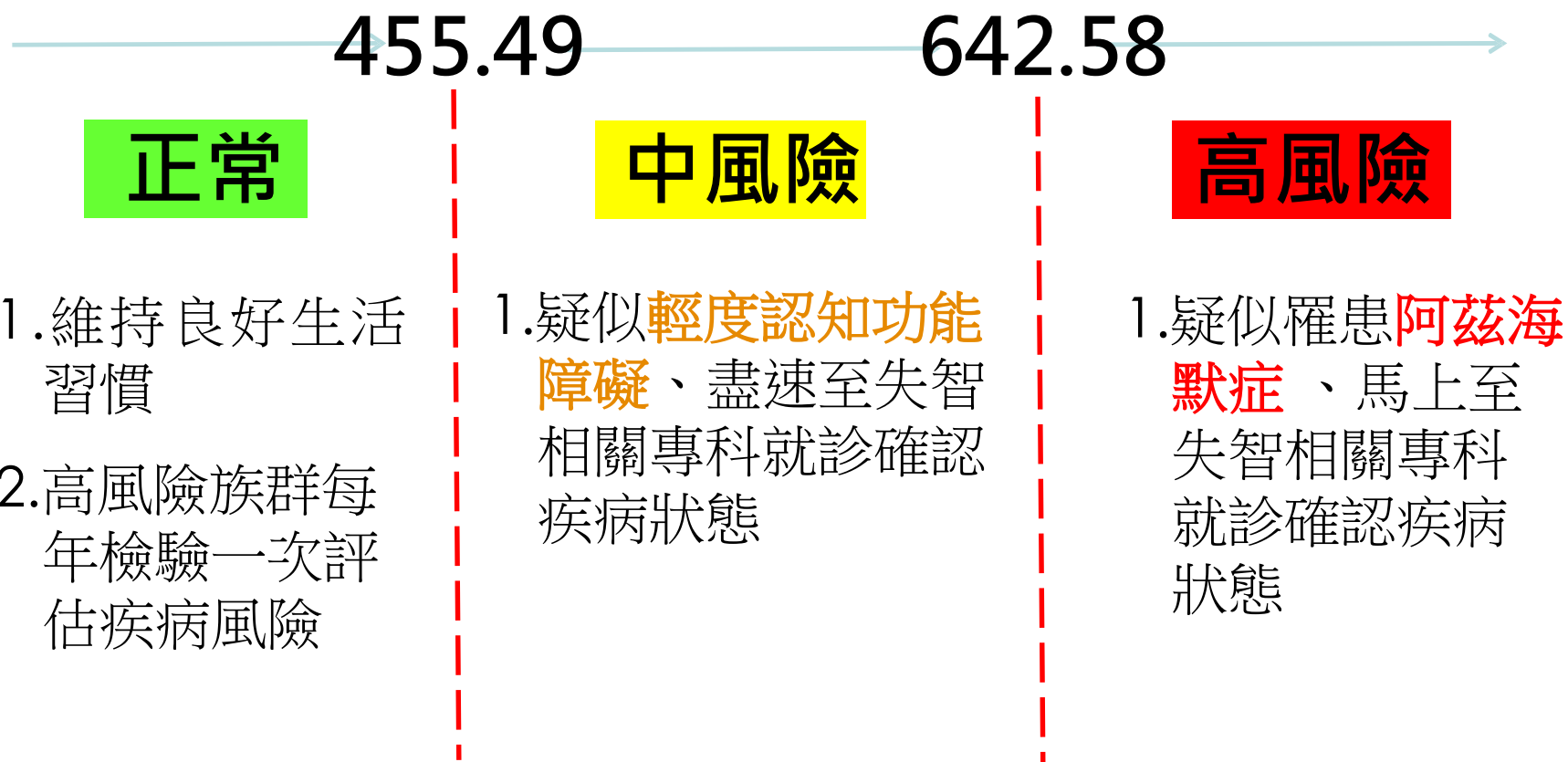


# 醫療選項簡介

	傳統檢測方式		新的檢測方式
	檢測方式	神經心理學檢查 	抽血排除其他疾病 
檢查時間	約20分鐘	約3分鐘	約3分鐘
檢驗內容	MMSE、CDR 篩檢量表	血色素、肝功能、甲狀腺功能、葉酸及維生素B12等檢驗項目為主。	分析A $\beta$ 與Tau蛋白的表現量
費用	健保	1,500元	12,000元(花費較高)

# IMR AD檢測 阿茲海默症

若受試者檢驗值達預期數值(455.49 (pg/ml)<sup>2</sup>)以上，則建議至相關專科就診接受進一步的阿茲海默症檢查(如MRI、PET、neuropsychological test等)。



# 預防失智 延緩退化



去除或控制  
生活危險因子

糖尿病  
高血壓  
高血脂  
抽煙



改善飲食

均衡飲食  
地中海型飲食  
抗慢性發炎



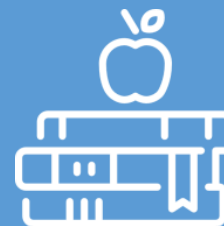
規律運動

每次30分鐘  
每周運動3天




培養人際  
社群關係

溝通互助  
避免大腦退化



腦力活化訓練

思考練習  
強化大腦功能

The background is a solid teal color. It features several decorative elements: three stylized white clouds of varying sizes (one large on the left, one medium at the top center, and one small on the right); two white rockets with pink flames, one on the left and one on the right; and four white vertical arrows of different heights pointing upwards, positioned at the bottom of the frame.

照顧自己

關心家人