

失智症的預防與照顧 教會的機會與挑戰

葉炳強 醫師

耕莘醫院神經醫學中心

天主教輔仁大學醫學系

2018年09月12日

『本講部份內容為實證說明外，加上講者個人的概念及分享供教內、外同好參考，如需引用，請務必著明出處，以尊重講者的智慧財產。』

分享大綱

- A. 基督宗教與失智症
- B. 教會與失智症照顧
- C. 失智症盛行的機會
- D. 失智症盛行的挑戰



A. 基督宗教與失智症

1. 修女研究故事的啟發

2. 基督信仰與失智症預防



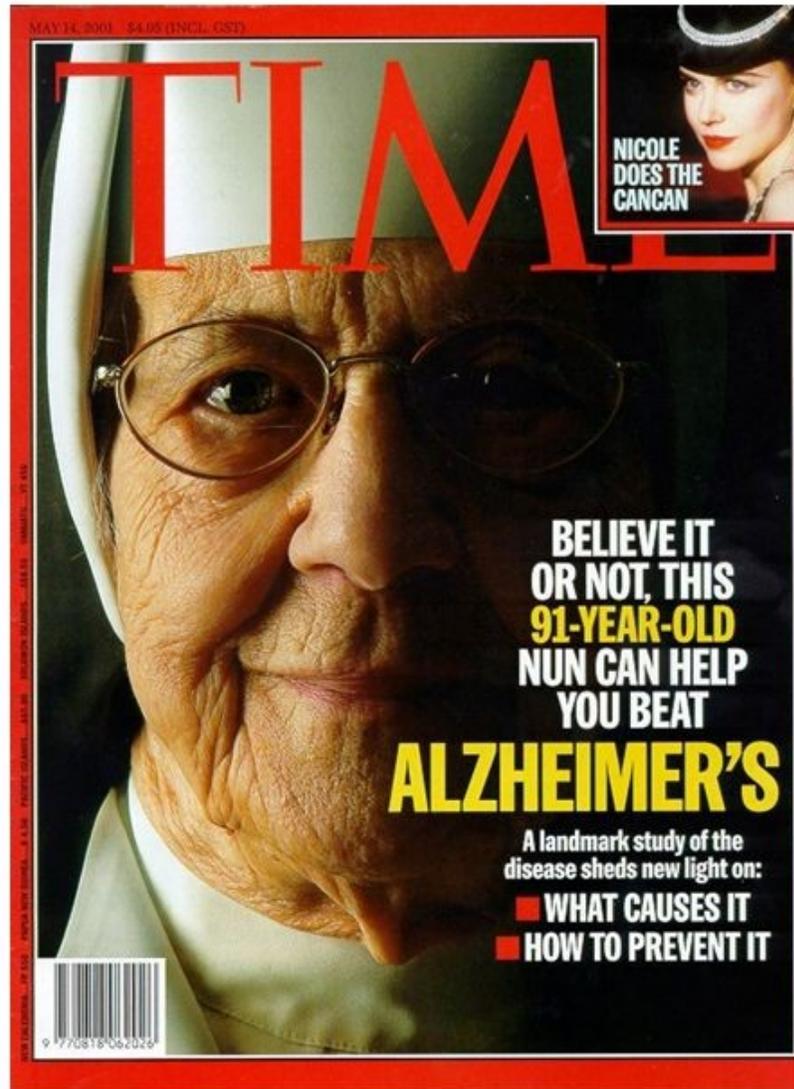
修女研究 (The Nun Study) 1991

- 678 位修女 : 75 - 107 歲 (83 歲)
- 其中 93 位修女 (教育 16 年) 在 22 歲時寫的自傳詞藻豐富、文法複雜者 , 年老時的認知功能較好 , 得失智症的機率較低
- 104 的馬提亞修女生前無失智症狀 , 但死後大腦解剖已有中度的阿茲海默症的病理變化
- 68 個大腦解剖呈現中度和重度阿茲海默症的修女中 , 有 1/5 的修女在生前並沒有失智

Figure 1. Sister Mattha, a model of healthy aging in the Nun Study, at 104 years of age, 3 months before she died.



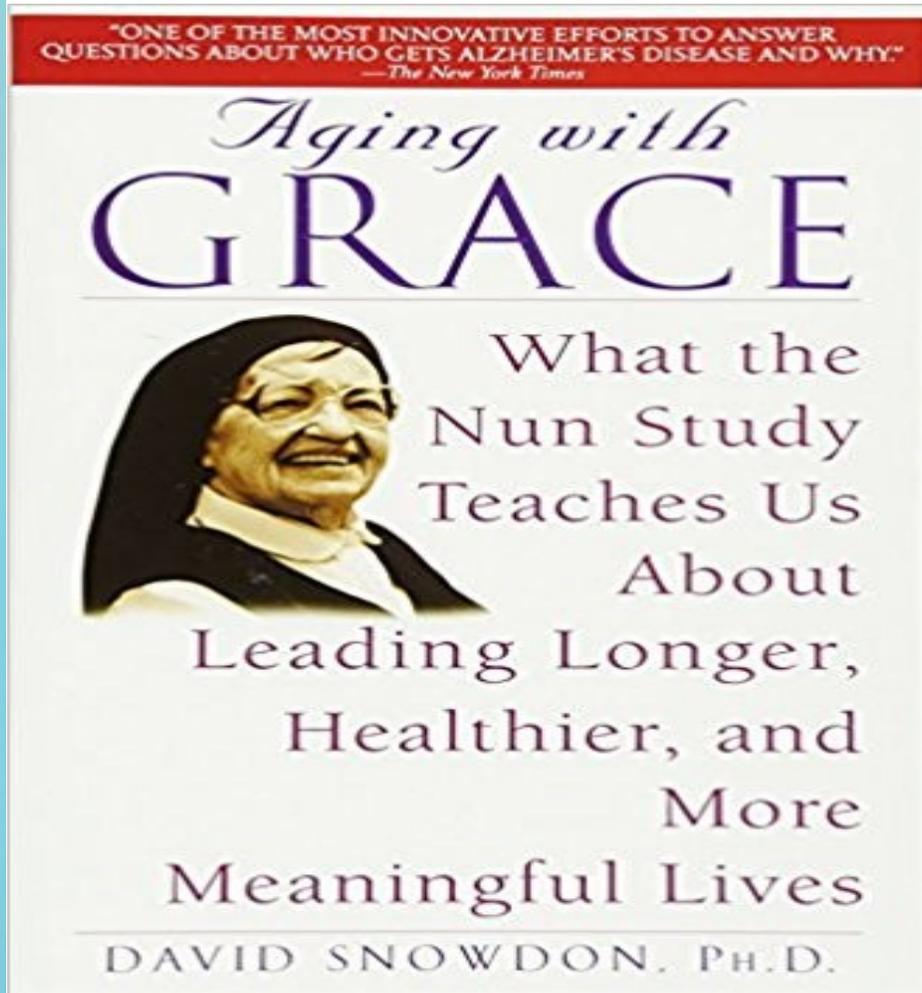
Courtesy of Sandra Perry Raybourn.



Source: http://sturdyroots.org/ns_nun_study.htm

Snowdon, JAMA 1996;275:528-532

史諾登博士與修女，1986



Source: <https://www.amazon.ca/Aging-Grace-Teaches-Healthier-Meaningful/dp/0553380923>



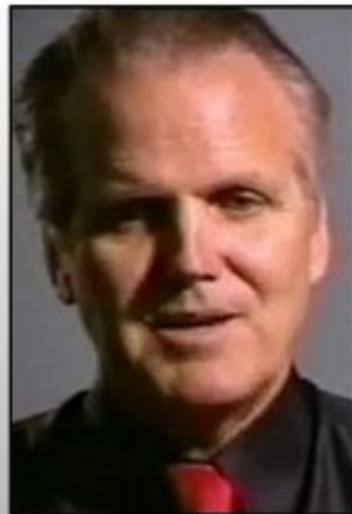
Source: <https://www.gettyimages.com/detail/news-photo/sister-esther-sharing-a-laugh-with-the-nun-study-researcher-news-photo/50704735#/sister-esther-sharing-a-laugh-with-the-nun-study-researcher-dr-david-picture-id50704735>

正向活潑的修女多活10年



修女研究的啟發(I)：

1. 研究顯示正向情緒與長壽有正向關係
2. 修女在1930年代所寫的日記，呈現正向情緒活得較久
3. 生命早期的語言能力與失智的病理及發病機會有關

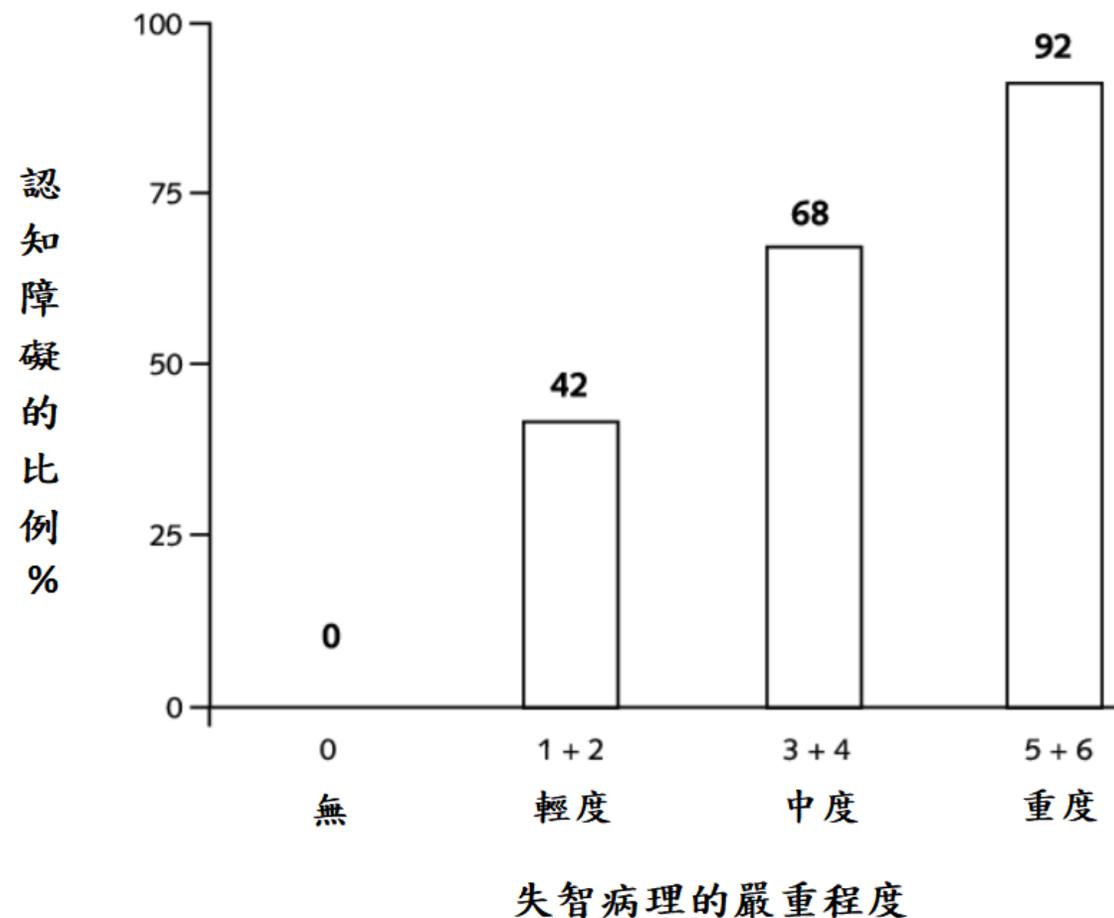


THE NUN STUDY
David A. Snowdon
Professor
of Neurology
at the University
of Kentucky



修女研究的啟發(II)：

4. 腦中風與阿茲海默型失智表現
相關
5. 大腦有阿茲海默病變並不代表
有失智症狀
6. 身、心、生活的健康與
臨床表現有關連



A. 基督宗教與失智症

1. 修女研究故事的啟發

2. 基督信仰與失智症預防

- **Religious Order Study**

修會會士研究從 1993 年開始，涵蓋 40 個男女修會

B. 基督信仰與失智症預防

Participation in Cognitive Activities and Risk of Incident Alzheimer Disease

Robert S. Wilson, PhD

Carlos F. Mendes de Leon, PhD

Lisa L. Barnes, PhD

Julie A. Schneider, MD

Julia L. Bienias, ScD

Denis A. Evans, MD

David A. Bennett, MD

742 JAMA, February 13, 2002—Vol 287, No. 6 (Reprinted)

Table 2. Relative Risk of Incident Alzheimer Disease Associated With Age, Sex, Education, and Cognitive Activity Frequency, Estimated From a Proportional Hazards Model

Model Terms*	Relative Risk (95% Confidence Interval)
Age	1.14 (1.11-1.18)
Male sex	1.35 (0.89-2.04)
Education	1.02 (0.96-1.08)
Cognitive activity score	0.67 (0.49-0.92)

*Relative risk is for a 1-year increase in age (range: 65-98 years) and in education (range: 6-30 years) and a 1-unit increase in cognitive activity score (range: 1.57-4.71).

台灣的研究： 宗教活動參與與失智症發生的關聯研究

Table 3

Association between religious affiliation and dementia (AD or VaD) risk by gender.

Variable	AD		
	Case/control	AOR (95% CI)	<i>P</i> _{interaction}
Gender		2.00 (1.36–2.95)	
Women			
No affiliation	55/61	1.00	0.57
Christianity	20/42	0.38 (0.15–0.92)	
Taoism or Buddhism	107/141	1.02 (0.56–1.87)	
Men			
No affiliation	43/98	1.00	
Christianity	8/27	0.53 (0.20–1.39)	
Taoism or Buddhism	47/97	1.30 (0.72–2.32)	

All models were adjusted for age, education level, and *APOE e4* status.

Bold values: *p*-value <0.05.

Abbreviations: AD, Alzheimer's disease; AOR, adjusted odds ratio; *APOE*, apolipoprotein E; CI, confidence interval

台灣的研究： 宗教活動參與與失智症發生的關聯研究

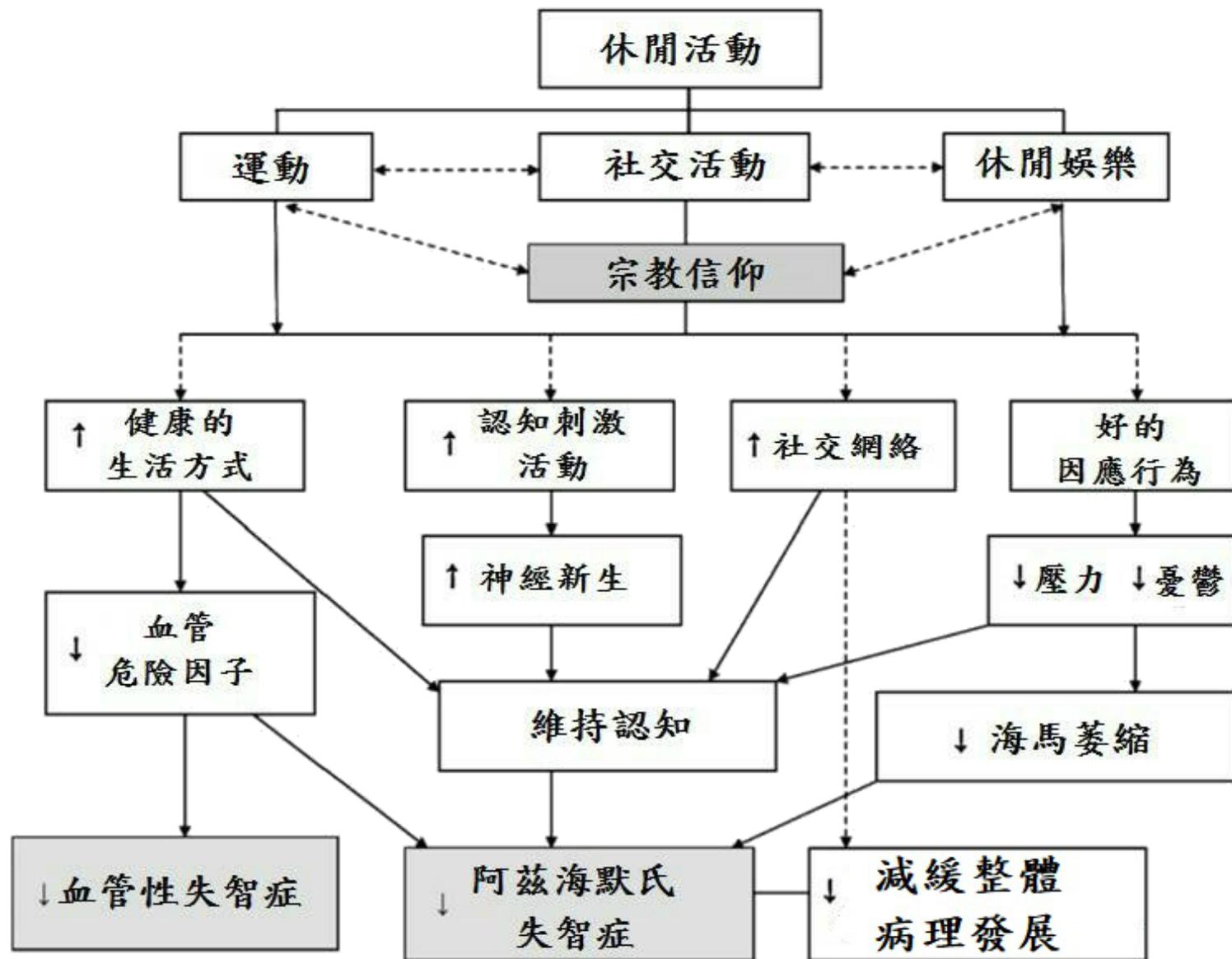
Table 4

Effect of interaction between religious affiliation and leisure activities on dementia (AD or VaD) risk.

Religious affiliation	≤3 times/week (Case/control)		>3 times/week (Case/control)		<i>P</i> _{interaction}
	Case/control	AOR (95% CI)	Case/control	AOR (95% CI)	
<i>(a) AD</i>					
Exercise					
No affiliation	40/45	1.00	58/114	1.00	0.69
Christianity	15/17	0.81 (0.27–2.41)	13/52	0.33 (0.14–0.77)	
Taoism/Buddhism	67/66	1.12 (0.56–2.24)	87/172	1.18 (0.69–2.02)	
Entertainment					
No affiliation	13/7	1.00	85/152	1.00	0.19
Christianity	2/4	0.11 (0.01–1.17)	26/65	0.54 (0.28–1.05)	
Taoism/Buddhism	12/14	0.20 (0.04–1.16)	142/224	1.38 (0.89–2.15)	

Source: Lin KP, Chou YC, Chen JH, Chen CD, Yang SY, Chen TF, Sun Y, Wen LL, Yip PK, Chu YM, Chen YC. Religious affiliation and the risk of dementia in Taiwanese elderly. *Arch Gerontol Geriatr.* 2015 May-Jun;60(3):501-6.

宗教活動參與與失智發生的關聯研究



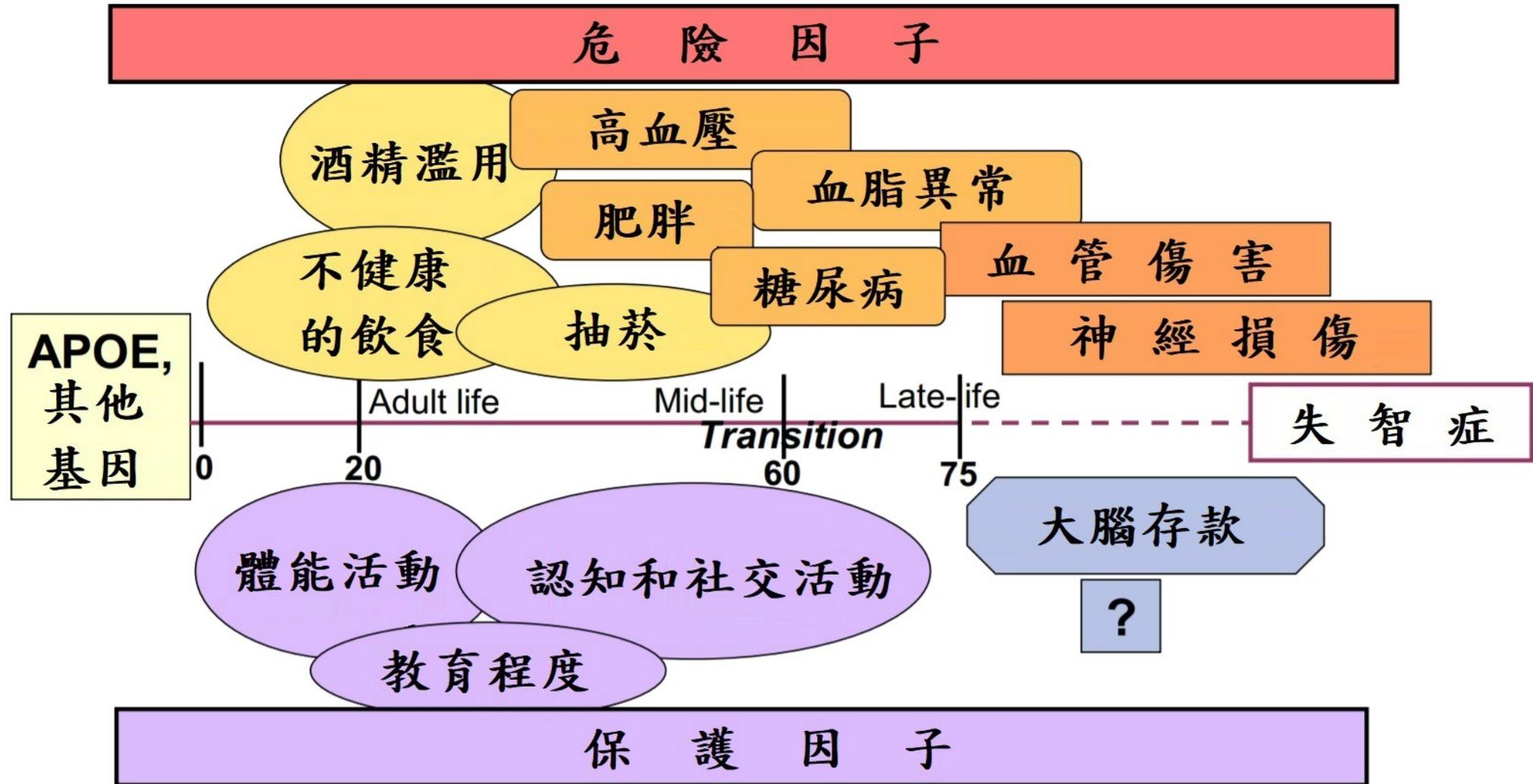
Source: Lin KP, Chou YC, Chen JH, Chen CD, Yang SY, Chen TF, Sun Y, Wen LL, Yip PK, Chu YM, Chen YC. Religious affiliation and the risk of dementia in Taiwanese elderly. *Arch Gerontol Geriatr.* 2015 May-Jun;60(3):501-6.

宗教活動與失智照顧

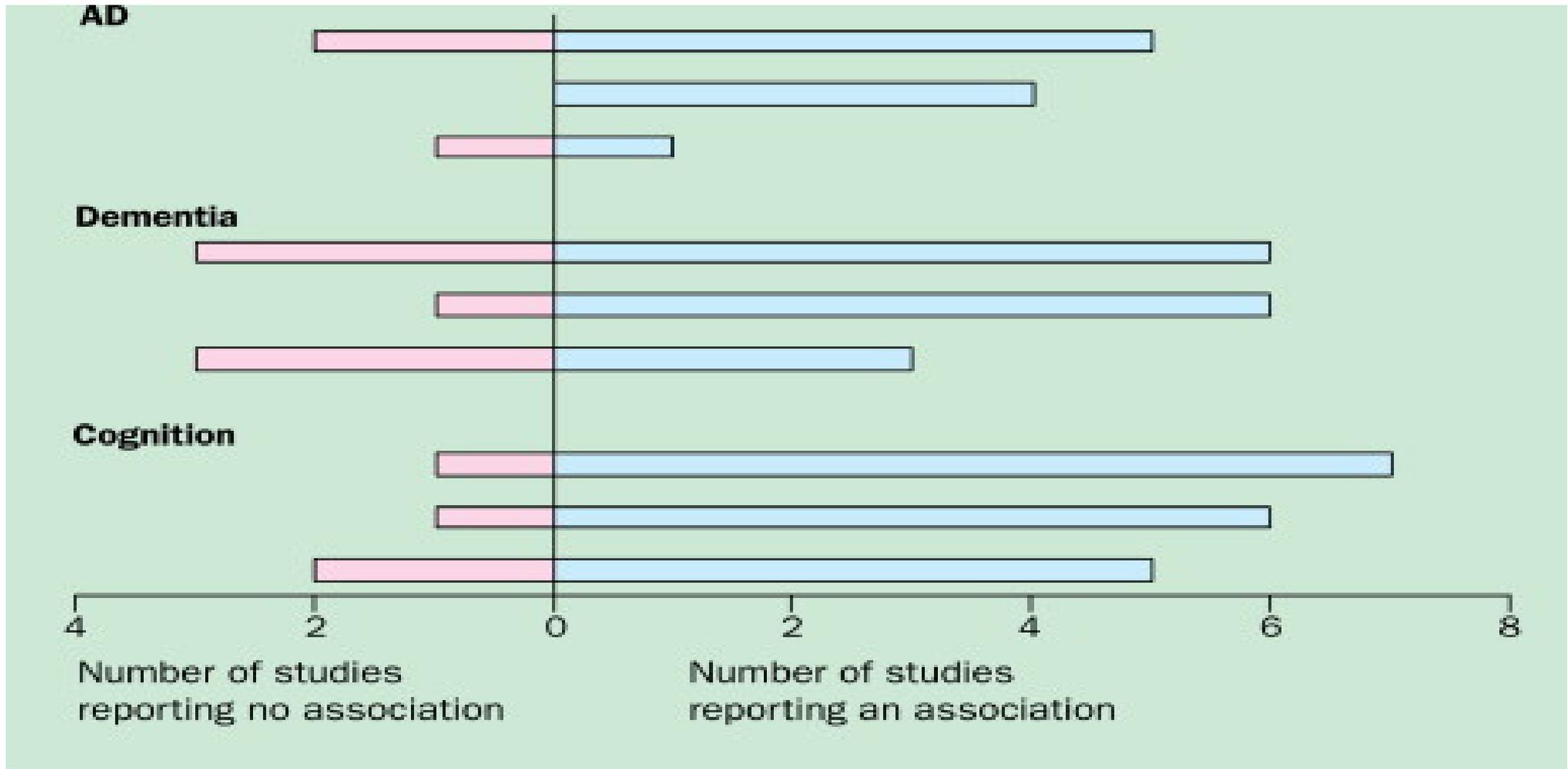
1. 祈禱、讀經、詩歌、聚會
2. 認知、懷舊、社交互動
3. 身、心、靈三個幅度的好處



失智症保護因子與危險因子

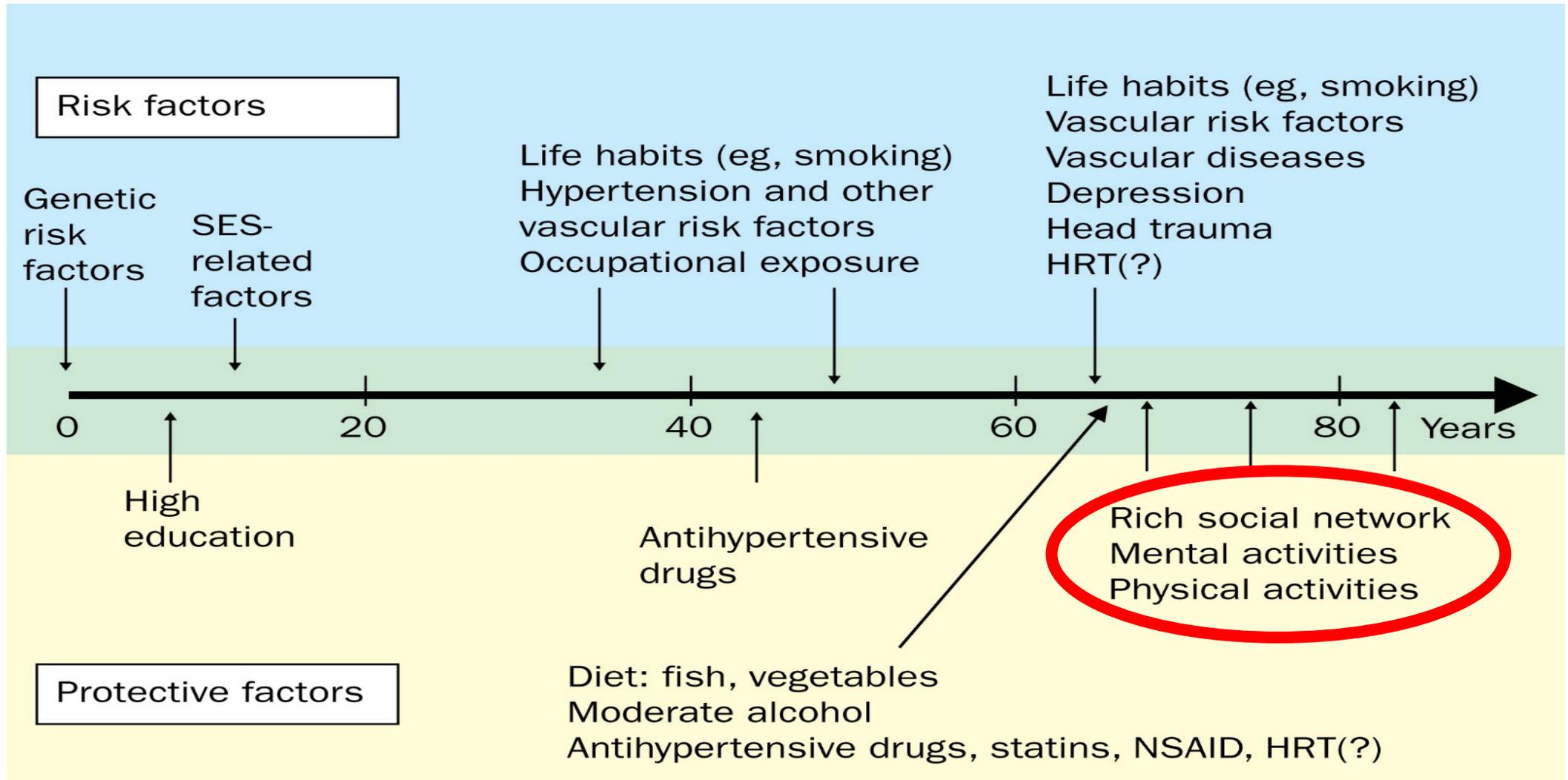


中年後活躍生活型態是否能預防失智？



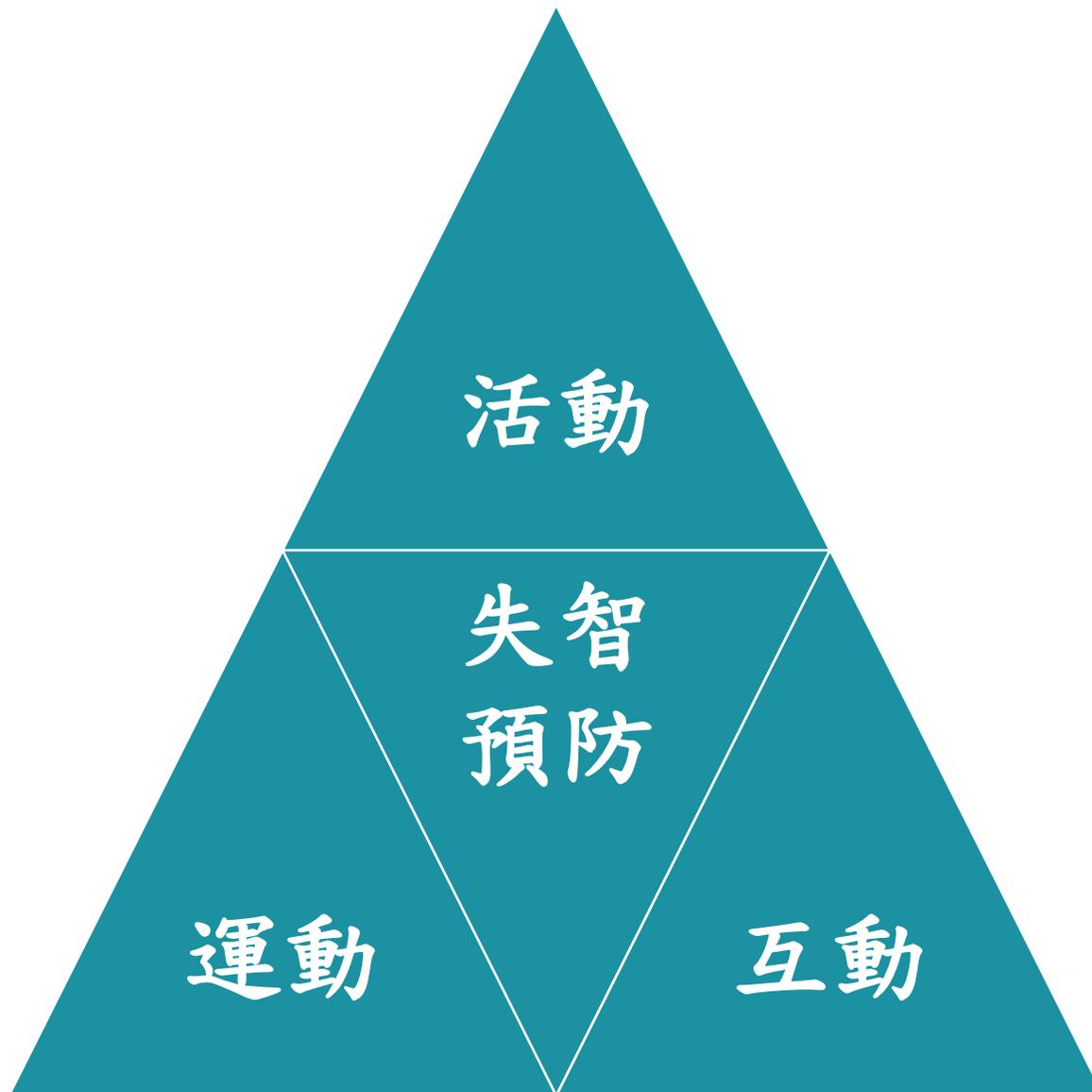
Source: An active and socially integrated lifestyle in late life might protect against dementia. Lancet Neurol, 2004

綜合保護與危險因子在失智預防



Source: An active and socially integrated lifestyle in late life might protect against dementia. Lancet Neurol, 2004

失智預防的「三動」原則



分享大綱

- A. 基督宗教與失智症
- B. 教會與失智症照顧**
- C. 失智症盛行的機會
- D. 失智症盛行的挑戰



教會與失智症照顧

1. 本土關懷失智照顧的NGO來自教會
2. 結合教會醫療的特色



失智症患者、家庭及機構照顧

分享大綱

- A. 基督宗教與失智症
- B. 教會與失智症照顧
- C. 失智症盛行的機會**
- D. 失智症盛行的挑戰



C. 失智症盛行的機會

1. 全球公衛優先議題
2. 國家政策的重視：長照2.0
3. 教會是社區中最理想的關懷據點
4. 教會醫療機構與教堂合作

失智症全球公衛優先議題

DEMENTIA



A public health priority

Who is affected?



Nearly 10 million new cases every year

One every 3 seconds

47 million people worldwide in 2015

Set to almost triple by 2050



Majority of people who will develop dementia will be in **low- and middle-income countries**

What is the cause?

Conditions that affect the brain, such as Alzheimer's disease, stroke or head injury



What does it cost?

2015



US\$818 billion: estimated costs to society in 2015

2030



US\$2 trillion



Families and friends provide most of the care

Carers experience physical, emotional and financial stress

Source: http://www.who.int/mental_health/neurology/dementia/infographic_dementia/en/

全球失智症行動計畫七大行動領域

- 一 將失智症列為公衛政策之優先議題
- 二 提升失智症認知與友善
- 三 降低罹病風險
- 四 失智症診斷、治療、照護與支持
- 五 支持失智症照顧者
- 六 建置失智症資訊系統
- 七 失智症研究與創新

徐春芳教會變身社區型老人日間關懷據點

教會打開門 將老人事工推到社區

【記者李容玲台北報導】91歲的長者打非洲鼓、銀髮族活力秀比賽的常勝軍、健康餐也不慢多項、聖誕劇演耶穌降生認識聖誕的意義...由台灣基督長老教會徐春芳紀念教會、中華民國天使之家全人關懷協會設立的「天使之家松年日光站」，在社區多年來建立很好的口碑。

該協會秘書長黃池麗子於三月十二日下午在濟南長老教會舉辦的「教會設置老人關懷據點實務操作」說明會中表示，教會是社區工作的領航者，讓教會原有的「老人事工」推廣至整個社區，邀請更多社區長輩走入教會參加據點活動，這是實踐聖經話語「要愛我們的鄰舍」最具體的行動，教會要做開大門迎接他們。

長者對教會 從陌生到喜歡進來



2位91歲的長輩打非洲鼓

(圖/徐春芳教會提供)

師乃率領多位核心同工參加，透過說明會後更確認「老人事工」的重要性，讓教會的異象更明確，經過長執會通過，而成立了「天使之家松年日光站」。然而萬事起頭難，要如何開始運



城市田園—阿嬤最喜歡的香草花園



市級總決賽

11,000

教、接受指導；也可以減輕很多財務的負擔，不會增加教會的開支，活動課程之講師鐘點費也有補助。這樣不但激發教會內部有才藝的會友或來據點的長輩能發揮所長，也成為服務長者的舞台。

黃池麗子說，教會自100年度起慢慢進入狀

促進活動外，需照顧5位亞健康長輩及增加開放時間，並常電話問安、關懷訪視。「天使之家松年日光站清楚這是上帝要我們更愛鄰舍的事工」，在福音並經由自我評估及照顧人員帶同社區長輩5人符合亞健康標準，開放時間延長到每週二、三、四、五、日，共開放3個全大、2個半天共8時段，每時段3小時，共8次，其中健康促進活動及講座時間週辦理5時段。動態活動有銀髮族玩樂器、小樂器演奏、非洲鼓演奏在銀髮族活力秀比賽，是103-105

內湖區之常勝軍，代表參加衛生局12政區比賽奪冠，繼而進軍國健署銀髮活力秀全國北區大賽。黃池麗子說，透過參加比賽可以滿足、增強長輩自信心、榮譽感、社會參與及團隊凝聚力。靜態活動方面，包括美勞作品徵內湖健康服務中心選為社區長輩代表作品，在商標貼供民眾欣賞。身心活化運動

教會醫院與教堂合作:(1)新北市耕莘醫院

- 1) 新店中華聖母堂
- 2) 新店行道會(基督教)
- 3) 烏來天主堂



教會醫院與教堂合作:(2)新竹縣仁慈醫院

1) 聖母失智據點

2) 新埔聖若瑟天主堂(長照B據點)



教會醫院與教堂合作:(3)雲林縣若瑟醫院

- 1) 四湖德蘭日照
- 2) 大埤玫瑰日照
- 3) 崙背日照



分享大綱

- A. 基督宗教與失智症
- B. 教會與失智症照顧
- C. 失智症盛行的機會
- D. 失智症盛行的挑戰**



D. 失智症盛行的挑戰

- 1) 教堂(教會)是否失智友善？
- 2) 教會及牧者的心態？
- 3) 教會牧者本身的照顧？
- 4) 教堂為失智服務據點的永續經營



失智盛行世代 教會的關顧

瑞智友善教會研習會
105.05.07 (六)

地點：台北基督之家(台北市中正區杭州南路一段15-1號)
時間：上午9:00~下午5:00
主辦單位：威盛信望愛慈善基金會瑞智事工、台灣失智症協會
協辦單位：台北基督之家
參與人員：教會牧者、老人事工之同工、關心失智議題之基督徒、有興趣者
失智症關懷專線 0800-474-580(失智時 我幫您)

【講者介紹】(依出席演講順序)
潘秀霞牧師 喜樂家族基金會執行長、台北靈糧堂牧師
林瑜琳醫師 衛理神學研究院神學博士、喜樂牙醫矯正專科醫師
徐文俊醫師 長庚失智症中心主任、台灣健忘天使關懷協會理事長
林世光醫師 精神及老人精神專科醫師、陽明大學藥理學博士暨精神醫學科兼任助理教授
石井豐牧師 大阪基督教生命堂牧師、大阪市北區醫師公會理事、大阪市北區介護保險審查委員會代表
馮麗玉秘書長 台灣失智症協會秘書長、世界失智症理事會理事

【報名方式】
一律採網路報名-網址：<http://bit.ly/dfc1657>，請於4月24日前完成報名。
詳細研習內容公告於報名網站，本研習課程免費，中餐請自理。
洽詢窗口：0978-370092張姐妹 Email: serena986@gmail.com



教堂(教會)是否失智友善

1. 為什麼教會要失智友善？ Why？
2. 什麼是失智友善教會？ What？
3. 誰要參與教會失智友善？ Who？
4. 何時需要失智友善？ When？
5. 如何使教會失智友善？ How？



The principles of dementia friendly churches

- Adopt a positive attitude
- Encourage supportive relationships
- Facilitate communication
- Create an accessible environment
- Encourage creativity
- Part of a local network
- Learn from others

Developing a dementia-friendly church A practical guide



Source: <http://www.livability.org.uk>; <http://www.alzheimers.org.uk>

瑞智友善教會三元素



D. 失智症盛行的挑戰

- 1) 教堂(教會)是否失智友善？
- 2) 教會及牧者的心態？
- 3) 教會牧者本身的照顧？
- 4) 教堂為失智服務據點的永續經營

天主教耶穌會頤福園
財團法人天主教康泰醫療教育基金會
合辦

光照夕陽關懷訓練計劃

過去幾十年 有一群仁者與智者
在台灣各處鄉間僻野默默付出
他們離鄉背井 不求回報 奉獻一生
如今這些曾經照顧我們
為我們辛勞付出的神父、修士們
已漸年長 需要我們的關懷與照顧
誠摯邀約您來接受培訓 擔任志工為他們服務

招生對象：願意為年長神父、修士們提供服務的學生或教友志工。
(訓練後必須為神父、修士們提供服務6小時，服務內容另議)

課程時間：10/22、10/29、11/5、11/12、11/19、11/26
每週六下午2:30-4:00，共計6次。

課程地點：輔仁大學神學院頤福園 (新北市新莊區中正路514巷103號)

講師團隊：康泰醫療教育基金會專業講師群
(包括醫師、護理師、社工師、心理師、資深家屬、園藝治療師及芳香療法師)

費用：講師及的收材料費用，現場繳交。

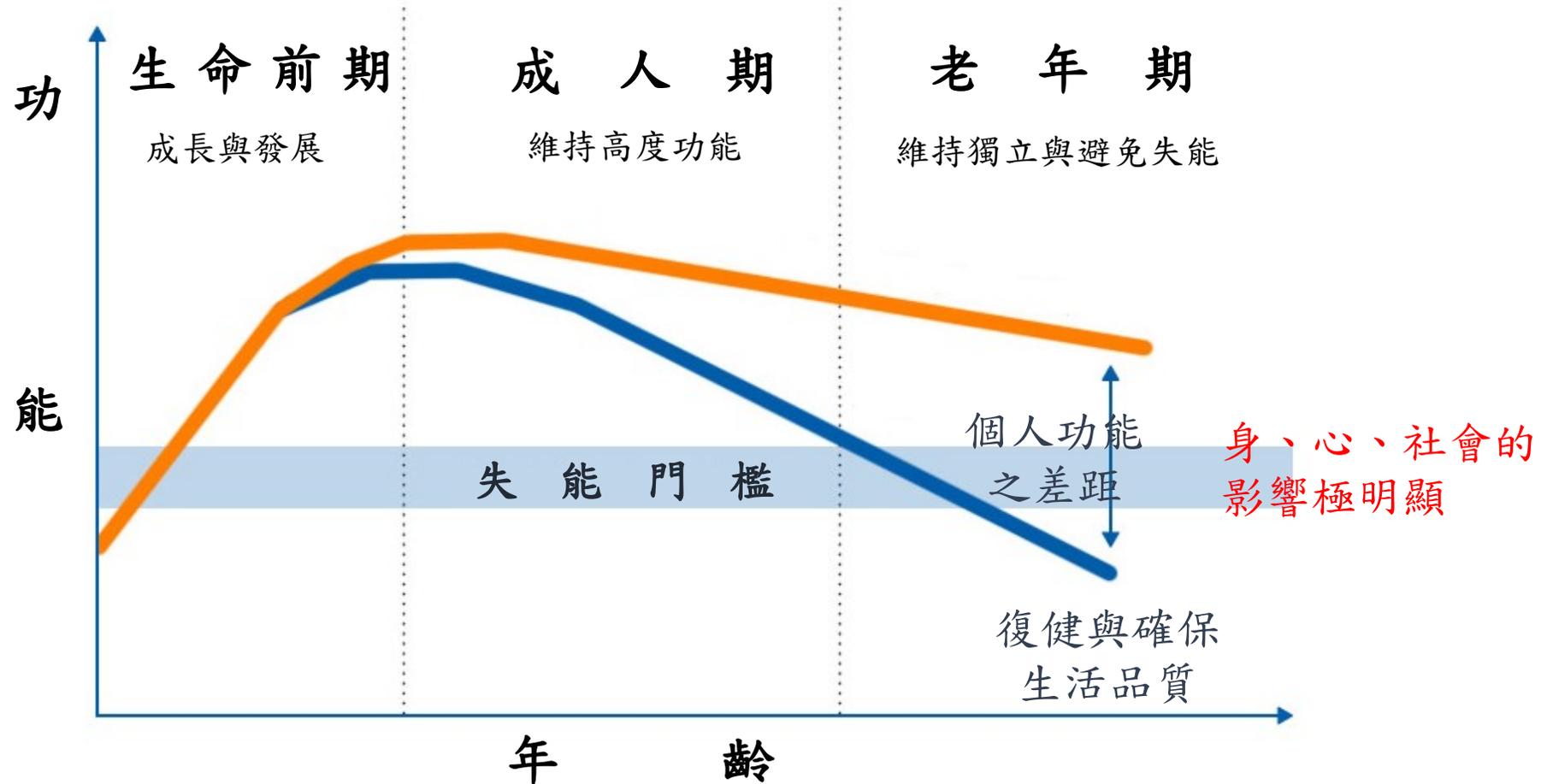
課程表：

日期	課程
10/22 (六)	失能與失智症面面觀 1. 認識失智症 2. 照顧者的心態
10/29 (六)	照護基本功 1. 基本照護技巧 2. 肌耐力訓練
11/5 (六)	懷舊輔助療法 1. 懷舊活動帶領示範 2. 為何要安排活動
11/12 (六)	律動輔助療法 1. 音樂活動帶領示範 2. 照顧工作的意義與價值
11/19 (六)	園藝輔助療法 1. 什麼是園藝輔助療法 2. 園藝活動帶領示範
11/26 (六)	芳香輔助療法 1. 認識精油及療效 2. 芳香活動帶領示範

報名查詢：(1) 電話報名：02-2901 7270 撥 0
(2) 電郵報名：sjcpinfirmmary@gmail.com



生命歷程之功能



神職人員的健康促進

感謝聆聽！

