



# 老年症候群的團隊照護

張曉婷

臺北榮總家庭醫學部安寧緩和醫學科主任

國立陽明交通大學醫學系兼任副教授

[htchang2@vghtpe.gov.tw](mailto:htchang2@vghtpe.gov.tw)

# 大綱

- 個案分享
- 老年症候群(Geriatric syndromes)之定義
- 老年症候群的團隊照護
- 社區中的資源
- 照護目標
- 結語

# 個案分享

張先生75歲，有高血壓10年，服用藥物控制良好，和太太居住於臺北市某華夏5樓，一女一兒居住於附近，輪流前往探視。這幾年漸漸越來越沉默寡言，且最近幾個月食慾不振，身高168公分，最近半年體重由65公斤減少到58公斤。根據家人描述，近3個月來，記憶力似乎有退化，晚上常常睡不著，最近兩個月跌倒2次，由家人帶到門診進一步檢查。

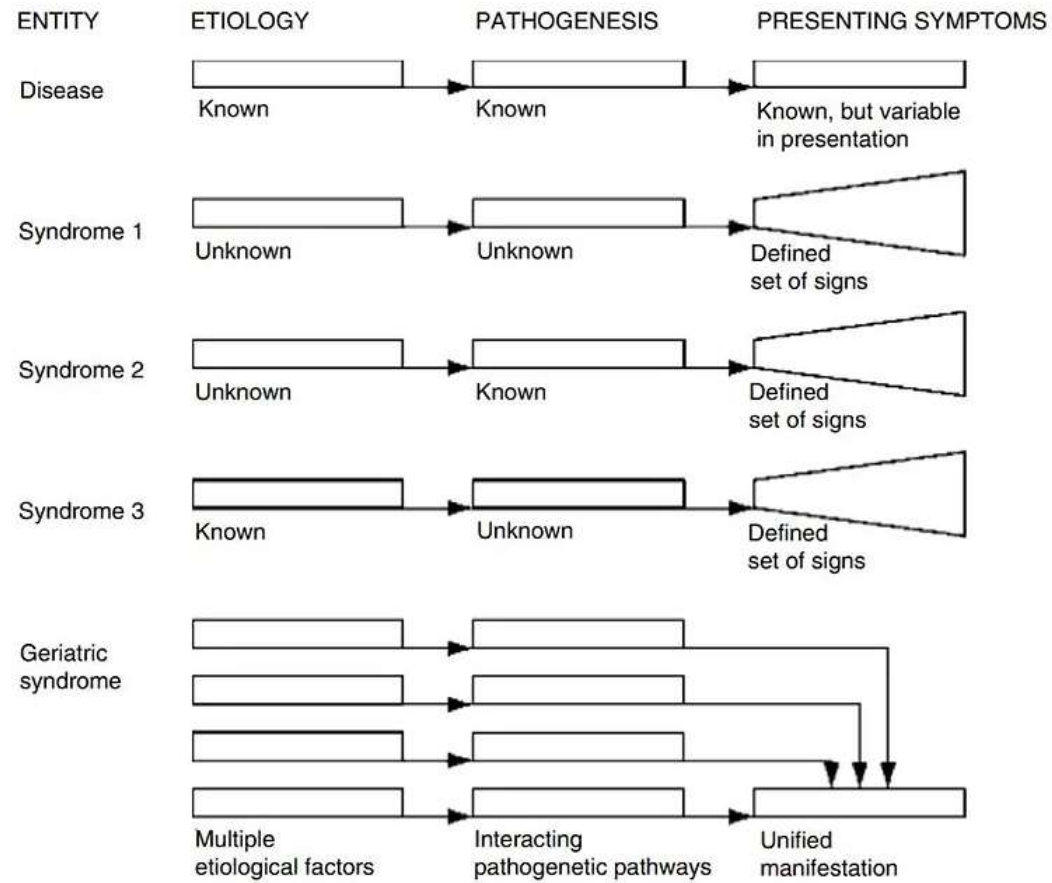


° 老年症候群之定義

## 老年症候群之定義

- Multifactorial health conditions that occur when the accumulated effects of impairments in multiple systems render [an older] person vulnerable to situational challenges.
- The geriatric usage of the term “syndrome” emphasizes multiple causation of a unified manifestation.

# 老年症候群之定義



Inouye K, 2007

# 老年症候群之定義

- 常見的症候群如下
  - 不穩定與跌倒
  - 活動力喪失
  - 營養不良
  - 失禁
  - 衰弱
  - 壓瘡
  - 憂鬱
  - 失智
  - 失禁
  - 睡眠障礙、疼痛、頭暈、昏厥、其他……





# ◦ 老年症候群之團隊照護



# 老年症候群之團隊照護

- 周全性老年醫學評估
- DEEP-IN
  - D: Delirium, Dementia, Depression, Drugs**
  - E: Eyes (vision impairment)**
  - E: Ears (hearing impairment)**
  - P: Physical performance and “phalls” (falls), Pain, Pressure injury, Psychosocial**
  - I: Incontinence, Iatrogenic, Institution**
  - N: Nutrition**

# 老年症候群之團隊照護

- D: Delirium, Dementia, Depression, Drugs
  - Delirium: CAM: 正常
  - Dementia: MMSE: 24
  - Depression: GDS-5: 4
  - Drugs: Amlodipine 5mg 1 tab QD

# 老年症候群之團隊照護

- E: Eyes (vision impairment)
  - 看報紙有時看不清楚
- E: Ears (hearing impairment)
  - 有時電話內容聽不清楚
  - 輕聲說話測試: 3/4

## 老年症候群之團隊照護

- P: Physical performance and “phalls” (falls), Pain, Pressure injury, Psychosocial
  - ADL: 巴氏量表: 90/100
  - IADL: 購物、家務、食物製備、洗衣，無法獨力完成
  - Chair rise: 12秒
  - 跌倒: 2次，都是在浴室，輕微擦傷
  - Pain: 0/10
  - 壓損: 無壓損，Braden scale: 21/23
  - Psychosocial: 最近養了多年的愛犬離世

# 老年症候群之團隊照護

- I: Incontinence, Iatrogenic, Institution
  - Incontinence
    - Urinary incontinence: 偶爾，每周不超過1次
  - Iatrogenic: 無
  - Institution: 無

# 老年症候群之團隊照護

- N: Nutrition
  - BMI: 20.5 kg/m<sup>2</sup>
  - 體重3個月減少7公斤
  - MNA篩檢: 6/14

# 老年症候群之團隊照護

## 初評

編號	問題	照顧計畫
1	醫療問題	詳細病史詢問、理學檢查、安排血液(CBC、肝腎功能、白蛋白、血脂肪、甲狀腺功能、腎上腺皮質素、電解質、)、尿液、CXR、心電圖檢查
2	疑似憂鬱	進一步會談進行神經行為檢查，以DSM-V評估是否有憂鬱症，若有，進行適當治療(若有需要，則進一步轉介)
3	疑似視力障礙	使用Snellen視力量表進一步評估，若 $< 0.5$ ，轉介眼科進一步檢查與治療
4	疑似聽力障礙	使用耳鏡進一步檢查；若有需要，轉介耳科進行聽力檢查
5	行動功能退化	轉介復健科，進行物理治療與職能治療



# 老年症候群之團隊照護

## 初評

編號	問題	照顧計畫
6	跌倒	再評估平衡與肌力狀態，進行相關復健； 居家環境評估: 照明、安全、輔具等等；若有需要， 進行居家環境改善 預防跌倒衛教
7	尿失禁	評估失禁可能原因，例: 感染、攝護腺手術、膀胱功能、 藥物副作用、行動不便、心理因素等等
8	營養不良	進一步使用MNA進行一般評估，轉介營養師，追蹤體 重變化；確認口腔與牙齒狀況，若有需要，進行牙科 轉介
9	社會支持	病人為大學老師，65歲退休後，與同事保持聯繫，參 加活動；太太70歲，大學老師退休；目前夫妻居住於 有電梯的自宅；與鄰居互動良好，會參與社區舉辦之 活動；領退休俸，經濟無虞；一女一子，居住於附近， 常前往探視。重大生活事件: 養了多年的愛犬離世，近 期心情受到影響，吃不下也睡不好，原本有興趣的事 情也沒有力氣去從事。

# 老年症候群之團隊照護

## 追蹤評估

編號	問題	評估檢查結果、現況與照顧計畫
1	醫療問題	血液(CBC、肝腎功能、白蛋白、血脂肪、甲狀腺功能、腎上腺皮質素、電解質、)、尿液、CXR、心電圖檢查: 無明顯異常
2	憂鬱	使用抗憂鬱劑進行治療
3	視力障礙	無
4	聽力障礙	無
5	行動功能退化	持續進行物理治療與職能治療，能力回復復健

# 老年症候群之團隊照護

## 追蹤評估

編號	問題	評估檢查結果、現況與照顧計畫
6	跌倒	進行平衡與肌力狀態；居家照明改善、加裝扶手、保持地板乾燥、將雜物收納整齊；預防跌倒衛教 未再跌倒
7	尿失禁	未再發生
8	營養不良	一個月後，體重60公斤，BMI: 21.3kg/m <sup>2</sup> 缺牙，牙科治療中
9	社會支持	家人多陪伴支持以及藥物治療後，心情獲改善，可以和家人與朋友外出活動



# 社區中的資源



# 社區中的資源

## 112年3月2日(四)開始 112年度 臺北市老人免費健康檢查



親愛的市民朋友:您好!  
臺北市政府衛生局將於112年3月2日(四)開辦老人健康檢查服務,凡符合資格者皆可於取號期間至網路平臺取號,並依特約醫事機構安排辦理健檢日期及套餐登記作業。

112年度年滿 65 歲 市民  
112年度年滿 55 歲 原住民

※服務對象:  
具中華民國身分證且設籍臺北市

諮詢專線: 0800-031889  
網路取號網址: <https://aged.health.gov.tw>



### 第 1 階段

(本階段僅開放特殊族群)

- 取號資格:**臺北市政府列冊之65歲以上獨居長者、低收入戶、中低收入戶、身心障礙者及55歲以上原住民。
- 取號日期:**112年2月20日(一)早上7:00起至2月24日(五)至晚上7:00止。
- 取號方式:**僅開放網路取號,若無電腦網路資源者,可撥打0800-031889由專人協助。

專線諮詢日期:  
112年2月17日(五)至2月19日(日),112年3月9日(四)至3月11日(六)

專線協助取號服務日期:  
112年2月20日(一)至2月24日(五),112年3月2日(四)至3月8日(三)

服務時間:每日早上7:00至晚上7:00。

### 第 2 階段

- 取號資格:**具中華民國身分證且設籍臺北市之65歲以上長者及55歲以上原住民。
- 取號日期:**112年3月2日(四)早上7:00起至3月8日(三)晚上7:00止,或醫事機構額滿為止。
- 取號方式:**網路取號或部分現場登記

(1)網路取號:可直接上臺北市政府衛生局取號平臺取號,或至各特約醫事機構官方網站首頁進行取號。若無電腦網路資源者,可撥打0800-031889,由專人協助取號。

(2)現場登記:開辦第1日(112年3月2日)早上7時起可有提供現場登記服務之特約醫事機構登記,開辦第2日(112年3月3日)以後,依各特約醫事機構公告流程辦理登記事宜。

[https://health.gov.taipei/News\\_Content.aspx?n=DA85F00F1DEE99C4&sms=ADEE347AE33ECBB7&s=367639286A508AB8](https://health.gov.taipei/News_Content.aspx?n=DA85F00F1DEE99C4&sms=ADEE347AE33ECBB7&s=367639286A508AB8)

# 社區中的資源

### 臺北市老人健康檢查項目

各套檢查，均含下列項目(附早飯)：

- 尿液及血液常規檢查
- 生化檢查(包含白蛋白、球蛋白、尿酸、尿素氮)
- 健康史、身體評估
- 憂鬱症篩檢及認知功能評估
- 糞便潛血免疫分析(76歲以上每1年1次)
- 檢查結果之保健諮詢及異常轉介

#### A套檢查

- ◎ 甲狀腺刺激素免疫分析
- ◎ α-胎兒蛋白檢查

#### B套檢查

- ◎ 心電圖檢查
- ◎ 胸部 X 光檢查
- ◎ 腹部超音波



**檢查注意事項：**  
登記及受檢時請長者(或陪同家屬)攜帶長者身分證及健保卡(55至64歲之原住民長者，請多攜帶戶口名簿或相關證明文件)

**健康檢查項目：**  
檢查共分為A、B二套方案，長者可任選一套，A套每年皆可選，B套需相隔一年，故111年已做B套者，今年(112年)只能做A套。

**備註：**

1. 本項檢查由特約經衛生福利部醫事機構承接成人預防保健服務，「糞便潛血免疫分析」(50歲-75歲每2年1次)及「婦女子宮頸抹片檢查」之檢查項目一併檢查，若當年度已做過「成人預防保健服務」，「糞便潛血免疫分析」及「婦女子宮頸抹片檢查」長者，仍可接受老人健康檢查其他檢查項目。
2. 每位長者參加健康檢查次數以每年1次為限，若重複、超次或自行要求增加檢查項目者，其費用由受檢者自行負擔。

## 112年度臺北市老人健康檢查服務特約醫事機構地址暨電話一覽表

區別	特約醫事機構	第一組 預約電話	第二組預約 電話	老人健康服務專線	地址	服務 A B
松山區	台北長庚紀念醫院	370 1,530	0 2713-5211轉8750	2713-5211轉8750	敦化北路199號	● ●
	康安醫院	80 512	0 2771-8151轉2667	2771-8151轉2667	八德路二段424號	● ●
	三軍總醫院松山分院	150 853	0 2763-3423	2763-3423	健康路171號	● ●
信義區	臺北醫學大學附屬醫院	75 423	0 2737-2181轉1105轉轉249、250	2737-2181轉1105轉轉249、250	復興路252號	● ●
	信育醫院	88 453	0 2725-9511	2725-9511	復興路新7巷2弄4號	● ●
大安區	臺北五立聯合醫院仁愛院區	485 2,762	0 2709-3620轉3205	2709-3620轉3205	仁愛路5段10號	● ●
	湖洲綜合醫院	165 335	0 2706-2121轉3725、8730	2706-2121轉3725、8730	仁愛路5段209號	● ●
	中心綜合醫院	57 323	0 2751-8624轉16	2751-8624轉16	信安路4段177號	● ●
中山區	民生永安診所	60 362	0 2503-2633轉215	2503-2633轉215	民生東路三段90號	● ●
	大富診所	65 465	0 2533-2339	2533-2339	民生東路三段25號	● ●
	康寧診所	38 123	0 2516-8112	2516-8112	龍江路22號	● ●
中正區	臺大醫院	413 3,677	0 2356-2681	2356-2681	中山南路1號	● ●
	臺北五立聯合醫院和平院區	380 2,712	0 2388-9939轉2732	2388-9939轉2732	中華路二段33號	● ●
	臺北五立聯合醫院健雄院區	165 335	0 2331-6411轉2556、3206	2331-6411轉2556、3206	維多利亞路12號	● ●
大同區	臺北五立聯合醫院中興院區	270 535 955	2570-3254轉245、6245	2570-3254轉245、6245	寧南橋149號	● ●
	西區醫院	160 430 680	2307-6925	2307-6925	漢口路二段276號	● ●
	臺北醫院北橋分院	180 1,020	0 2312-1772	2312-1772	光復路79號	● ●
萬華區	仁濟醫院	87 158 221	2310-1133轉721	2310-1133轉721	漢口路24號	● ●
	健華醫院	15 85	0 2301-2768	2301-2768	漢口路二段335號	● ●
	大同醫院	60 140 280	2332-6968	2332-6968	寶興路127號	● ●
文山區	臺北五立聯合醫院	255 1,445	0 6428-2380轉2029、2930	6428-2380轉2029、2930	興隆路三段111號	● ●
	東區醫院	225 1,275	0 2832-1918轉26	2832-1918轉26	寶興路六段258號	● ●
	山林醫院	30 170	0 2832-2019	2832-2019	寶興路六段407號沙樓	● ●
南港區	臺北五立聯合醫院南港院區	472 2,678	0 2786-1268轉495	2786-1268轉495	四德路67號	● ●
	三軍總醫院	150 350 300	0 8700-3311轉8795	8700-3311轉8795	成德路二段125號	● ●
	臺北市立聯合醫院新莊分院	323	0 2791-6658轉303	2791-6658轉303	成德路二段363號	● ●
內湖區	康寧醫院	45 105 150	2634-5509轉6000、10001	2634-5509轉6000、10001	成德路五段423號3樓	● ●
	康樂診所	60 340	0 2634-6800	2634-6800	康樂路2號	● ●
	康和診所	23 121	0 2634-6669	2634-6669	康樂路3段33號	● ●
士林區	內湖康樂診所(內湖康樂診所總社)	60 340	0 8791-2121轉221	8791-2121轉221	康樂路3段33號	● ●
	永豐醫院大安診所	18 162	0 2796-6802	2796-6802	成德路五段244號	● ●
	臺南高醫紀念醫院	110 680	0 2832-2211	2832-2211	文島路99號	● ●
北投區	臺北五立聯合醫院北投院區	480 2,720	0 2838-9198	2838-9198	南投路109號	● ●
	新豐醫院	10 370	0 2838-1838	2838-1838	信行路二段246號	● ●
	豐華診所	45 240 15	0 9116-4754	9116-4754	康樂路四段122號	● ●
北投區	臺北五立聯合醫院	255 1,445	0 018203027	018203027	石碇路二段211號	● ●
	康樂醫院	210 1,330	0 2838-7107	2838-7107	龍門路二段11號	● ●
	康寧醫院	54 306	0 2826-7469	2826-7469	康寧路49號	● ●
北投區	信譽醫院	62 175 123	2300-6065	2300-6065	復興路166-1號	● ●
	宏恩診所	80 100 240	2828-5513	2828-5513	新豐路157-4號	● ●
	三志醫院	23 84 83	2822-7897	2822-7897	寶興路49號	● ●
北投區	文島醫院	10 85	0 2773-3636	2773-3636	石碇路二段344號	● ●
	康寧診所	0 33 25	2838-3066	2838-3066	漢安路二段112號	● ●

各區健康服務中心諮詢專線：

松山區 27671757    信義區 27234598    大安區 27335831    中山區 25014616    臺北市民安樂熱線 192、193、194 轉 1801-1887

中正區 23215158    大同區 25853227    萬華區 23033092    文山區 22343501    臺北市政府衛生局網站: <http://health.gov.taipei/> (主訴專線/成人保單/老人健康檢查查詢公用)

南港區 27825220    內湖區 27911162    士林區 28813039    北投區 28261026    (網址: <http://health.gov.taipei/Default.aspx?tabid=401>)




衛生局網站    特約機構查詢



# ICOPE

Integrated Care for Older People

**1** As people grow older, their health needs are likely to become *more complex and chronic*.



ICOPE

**3** ICOPE addresses priority conditions associated with declines in capacities:



*Intervening at an early stage of declining capacity is essential* because the process of becoming care dependent can be prevented or delayed.

**2**



**4**

The ICOPE App and handbook assist health and social care workers to:

- Screen older people at risk of care dependency in the community
- Undertake a person-centred assessment of older people's health and social care needs in primary care
- Design a personalized care plan



**5** ICOPE is a *community-based approach* towards person-centred health and social care to *optimize the functional ability of older people*



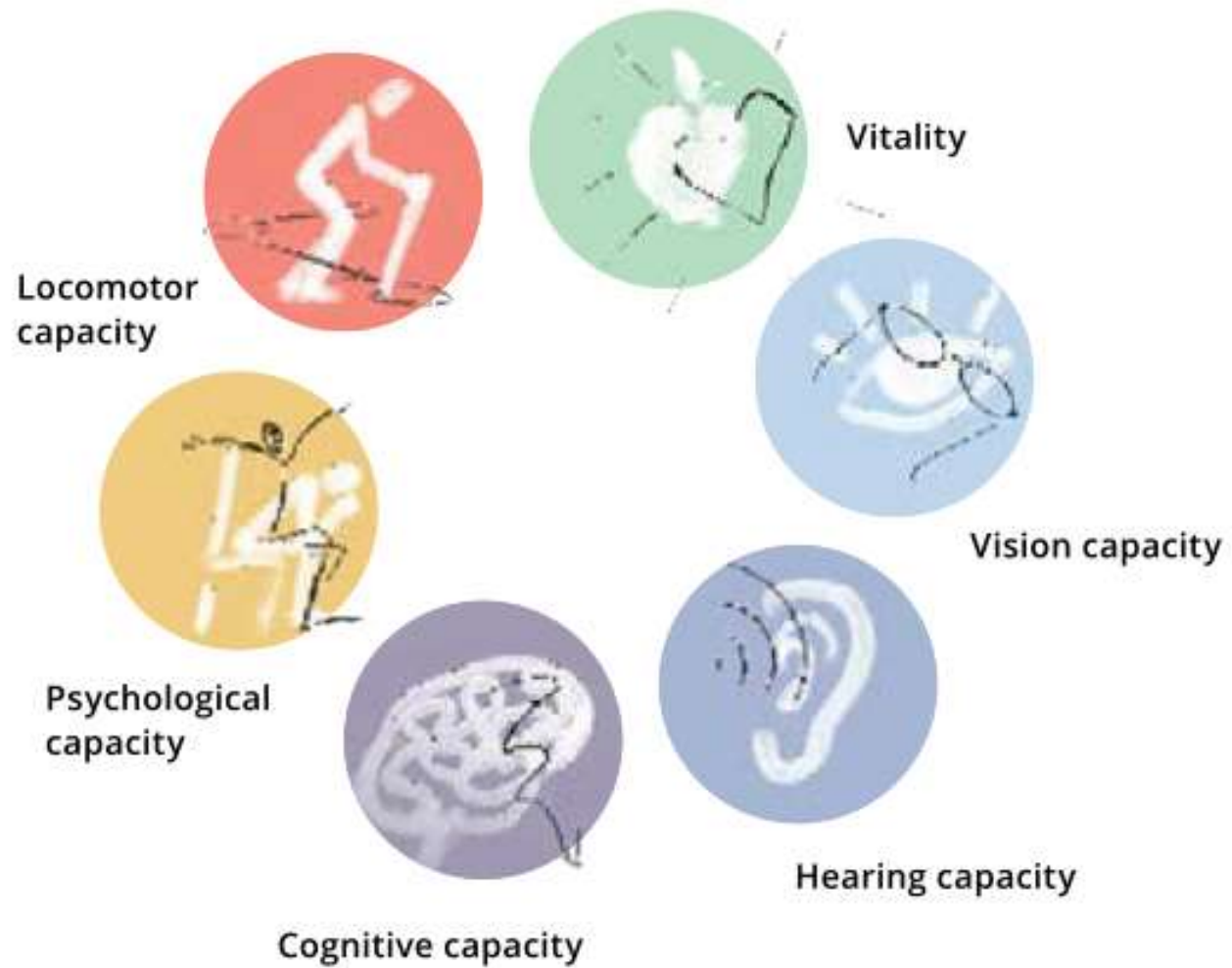
World Health Organization

For more information;

<https://www.who.int/ageing/health-systems/icope/en/>



## KEY DOMAINS OF INTRINSIC CAPACITY



<https://www.who.int/ageing/publications/icope-handbook/en/>

# 長者功能評估 I COPE

評估對象：65 歲以上長者(原住民提早至 55 歲) 評估方式：長者自行評估、家人代為評估

六大功能顧得好

長者健康沒煩惱



若評估項目有異常  
請掃描右方 QRcode  
找尋解決方法

諮詢專線  
1999 (外縣市 02-27208889) 轉 1804



臺北市政府衛生局 關心您

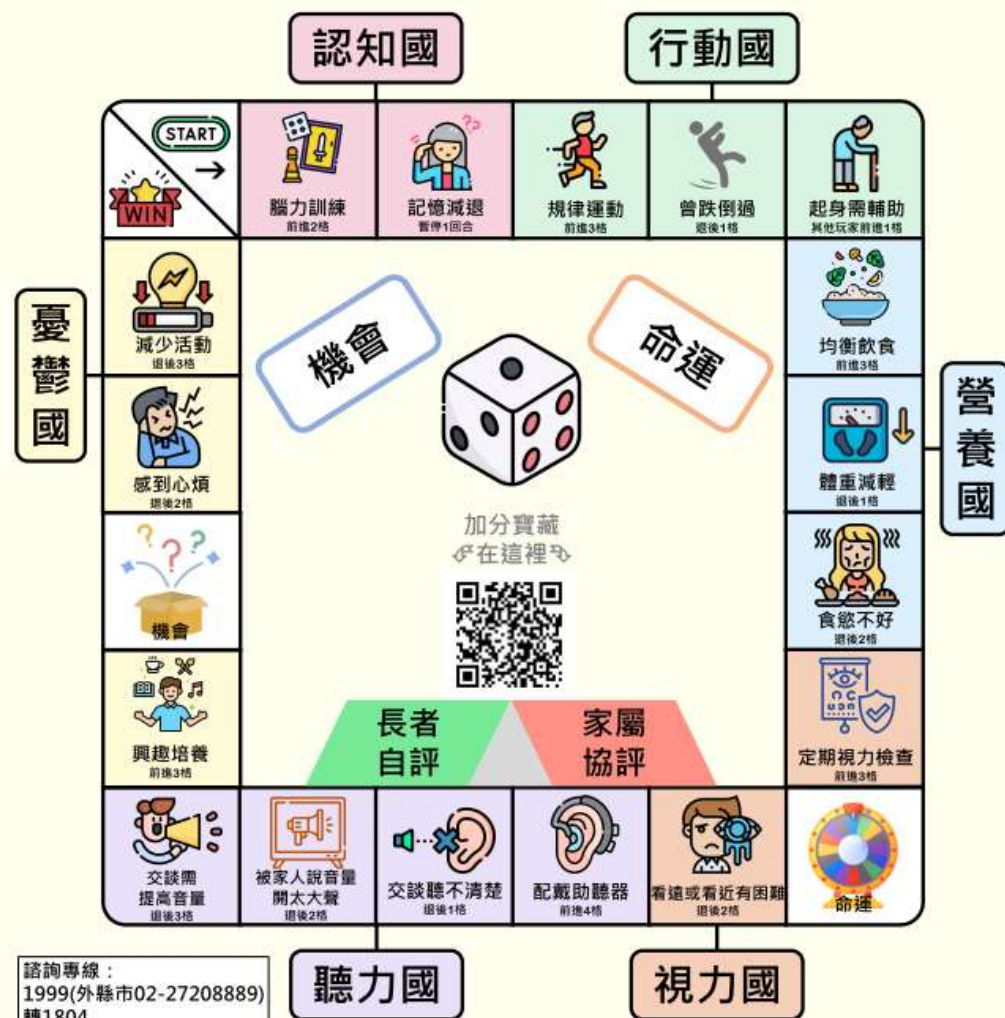
經費由 衛生福利部國民健康署菸品健康福利捐 支應

廣告

# 簡單六步驟 人生大富翁

⌘ 參賽資格：65歲以上長者（原住民提早至55歲）

⌘ 通關獎勵：獲得快樂且健康的晚年生活







# 健康愛功評 長者量六力



## 長者功能評估 對象及方式

對象		方式 自評&協評	
			
55歲以上 原住民	65歲以上	自行評估 (自評)	家人協助評估 (協評)



## 相揪測六力 延緩及預防失能



認知

1. 腦力訓練
2. 交際互動



聽力

1. 定期聽力檢查
2. 交際互動



行動

1. 伸展運動
2. 平衡運動



視力

1. 不過度用眼
2. 定期視力檢查



營養

1. 補充蛋白質
2. 吃得好  
吃得巧



憂鬱

1. 興趣培養
2. 規律運動



臺北市府衛生局

ICOPE 愛記得做哦

經費由 菸品健康福利捐 支應 廣告



# 長者功能評估 (ICOPE)

## 自我評估異常處置



### 六項自我評估項目



認知



聽力



視力



行動



營養



憂鬱

自我評估異常怎麼辦？

## 1 2 3 I 去 用

# 1

I 評估



ICOPE院所



提供  
ICOPE服務之醫療院所  
進一步評估



ICOPE  
診所清單

# 2

去 診療



高齡醫學門診



高齡醫學整合門診  
(含臺北市立聯合醫院)  
掛號再評估



高齡門診院所清單



北市聯醫掛號

# 3

用 資源



社區資源



運用社區健康促進資源



社區健康促進資源清單

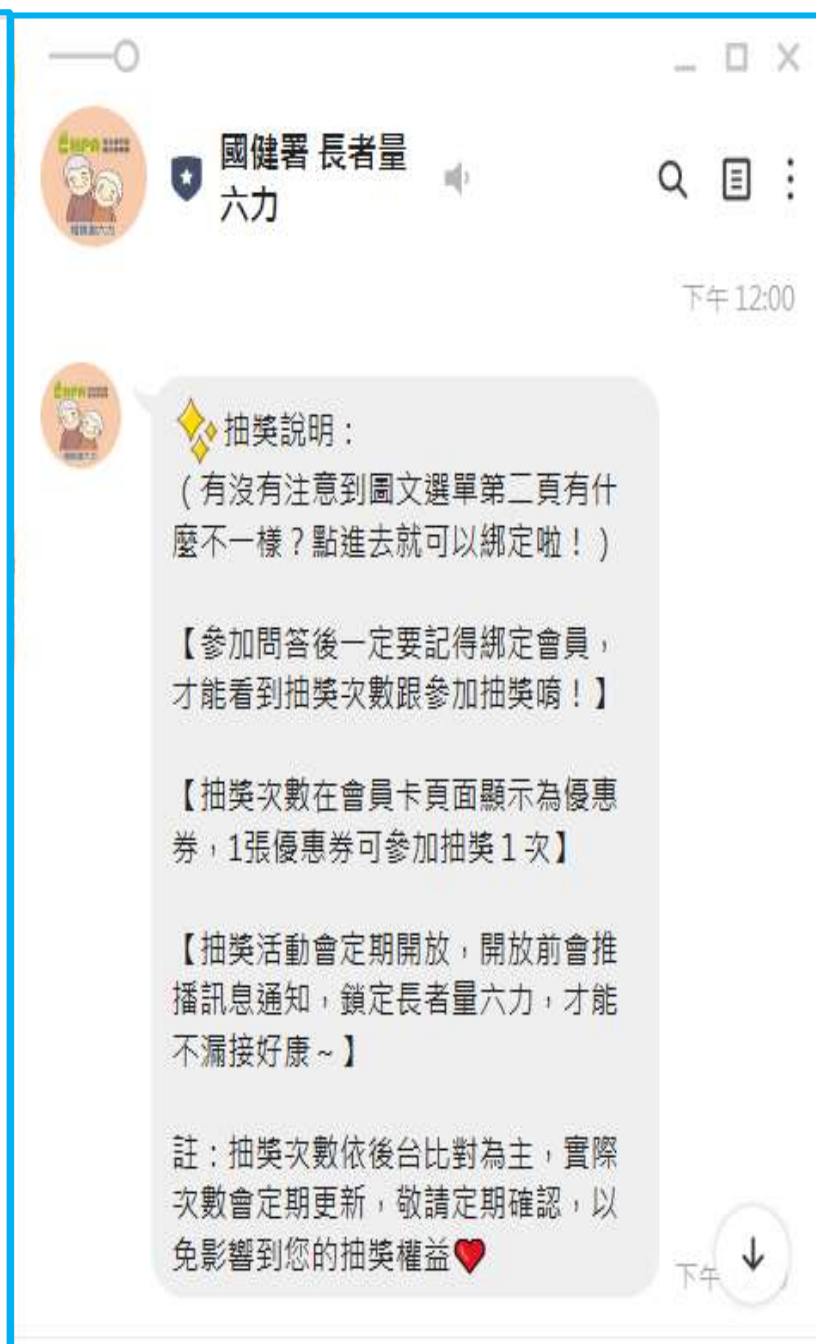


臺北市政府衛生局 關心您

經費由 菸品健康福利捐 支應 廣告

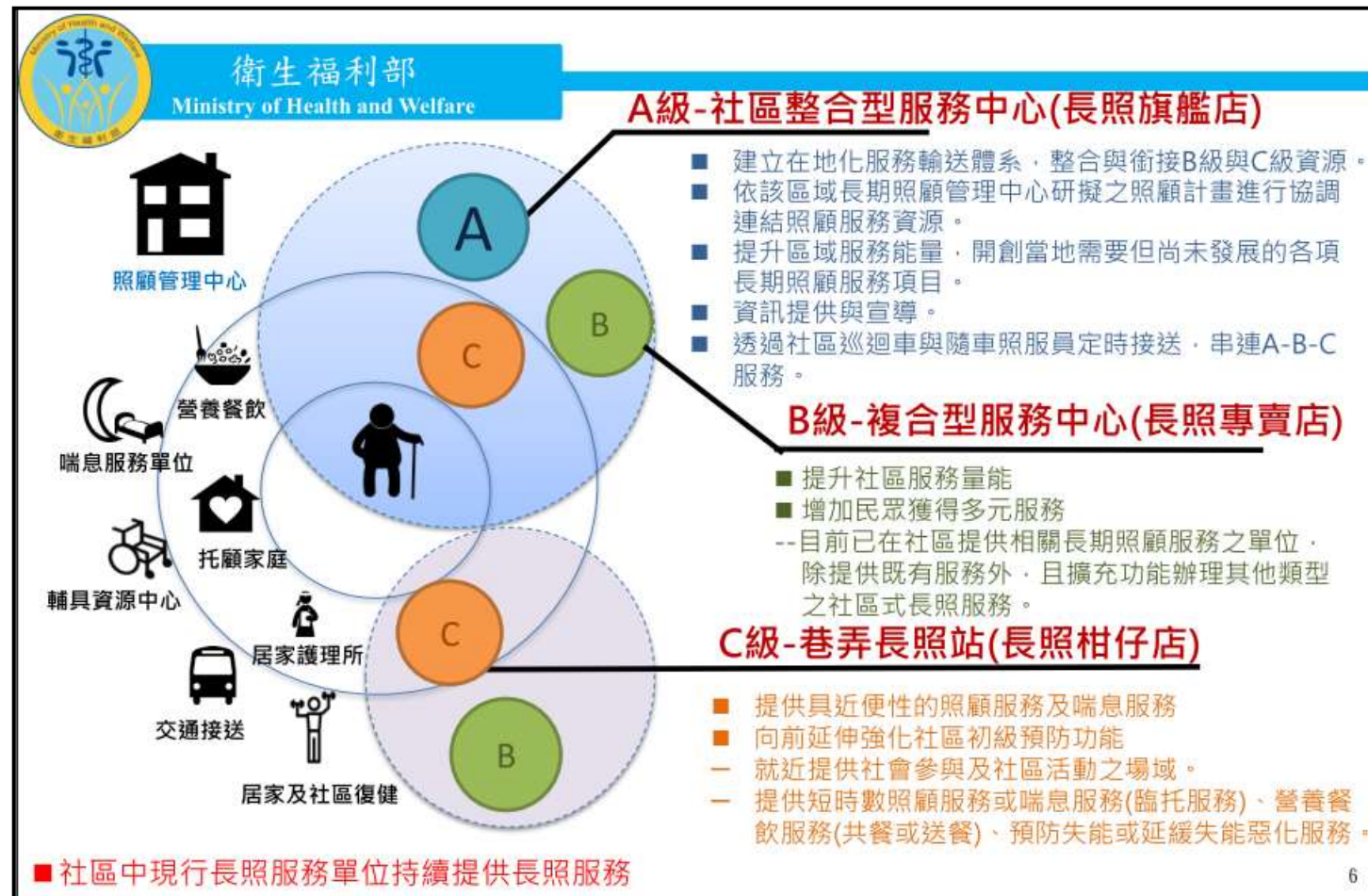








# 長照2.0 社區ABC級服務模式



# 照護目標

- Healthy Ageing
  - Optimizing people's intrinsic capacity and functional ability, even as ageing gradually reduces capacity
  - Care-dependency can be prevented if priority conditions associated with declines in intrinsic capacity are promptly diagnosed and managed

## 照護目標

- Health and social care workers in the community at the primary care level can identify older people with losses in capacities and provide appropriate care to reverse or slow these
- Conditions associated with declines in intrinsic capacity are interrelated and so require an integrated and person-centred approach to assessment and management

## 結語

- 老年症候群的表現非以單一疾病樣態呈現，建議以周全性老年醫學評估進行評估以及照顧計畫之擬定，以跨領域團隊模式提供照護與追蹤，並適當連結社區中的資源，以提升照護品質與病人之生活品質，達成健康老化之目標。

## 結語

**Integrated-care approaches should be community-based, designed around the needs of the older person rather than the provider, and coordinated effectively with long-term care systems**

<https://www.who.int/ageing/health-systems/icope/evidence-centre/en/>



謝謝聆聽

張曉婷

[htchang2@vghtpe.gov.tw](mailto:htchang2@vghtpe.gov.tw)