

高齡疾患與健康老化

詹弘廷醫師

根據統計，65 歲以上民眾平均有超過 3 種慢性病，甚至有研究顯示，85 歲以上只有不到 5% 沒有任何一種慢性病。老化會使得老人的身體功能逐漸退化，器官功能、生理數值、代謝和神經反應等的表現也會跟年輕時不太一樣，再加上老年人特殊的疾病及照顧特色，包括：身心失能、具有多重疾病、生病症狀不典型、易受醫療副作用影響、以及健康照護要全面評估。根據世界衛生組織（World Health Organization，以下簡稱 WHO）的定義，健康老化是：發展並維持「生活機能」（Functional ability，又譯為功能發揮）之過程，而有正常的生活機能便能夠造就幸福的老年。國家發展委員會也在 2009 年於健康老化政策提出：「健康老化是生理、心理及社會面向的『最適化』，老人得以在無歧視的環境中積極參與社會，獨立自主且有良好的生活品質。」

健康老化，是發展和維護老年健康生活所需的功能發揮（functional ability）的過程。老化會因為遺傳基因組成的不同而有明顯差異，加上人生階段與環境交互作用的過程；因此老化是多種因子所共同參與的結果。隨時間的累積，身體的功能、行為、外表及心智層面的變化不盡相同，因此，老年時期的功能發揮與生命歷程息息相關。在面臨高齡化的社會環境之際，應從各方面採取因應措施，作為人類社會永續發展的策略。內在健康力（intrinsic capacity）係指個體包含基因、健康及特徵的內在特質。維護身體的內在健康力，讓身體機能維持在最理想的狀態，即能做到最大值的功能發揮，達成前段預防的健康老化的目標。健全的公衛政策可以促進老年人健康，使長者有更多參與社會的機會。政府部門提倡公衛政策，透過連結民間單位共同推動，以預防保健為健康促進的重點。將個人生活型態、文化、環境、社區網絡、經濟及老人需求之異質性等問題納入考量，提供長者更完善的照護與服務，陪伴他們渡過安心的老年生活。長期照護政策應「以老人為中心」提供整合式的照護服務。讓長者保有自主性的前提下，協助其恢復身體機能、改善長者生理功能退化或減緩內在健康力的損失，降低其對醫療照護及福利資源的依賴。生命的延長，身體也必需維持健康的狀態，才能真正緩解醫療成本支出的壓力。老人是社會重要資產而非社會負擔，藉由健康促進及提升自我內在健康力，延緩失能風險；透過醫療體系與社會機構的協調與資源整合，讓福利資源有效配置；消除年齡上的限制，建立無障礙環境，共同創造一個美好的無齡年代。

主講者資歷表

姓 名：詹弘廷醫師

學 歷：

1. 中山醫學院醫學系畢業 (1990.6 畢)
2. 美國 Emory 大學公共衛生碩士 (2004.12 畢)
3. 台灣大學衛生政策與管理研究所博士(老人健康組) (2013.6 畢)

現 職：

1. 埔里基督教醫院神經內科暨長照醫學部 (2008.7~迄今)
2. 台東基督教阿尼色弗兒童之家董事 (2004~迄今)
3. 國立暨南國際大學人文學院／社會政策暨社會工作學系兼任助理教授 (2013~迄今)

經 歷：

1. 彰化秀傳紀念醫院神經科主任醫師 (1994.7-1999.6)
2. 花蓮基督教門諾會醫院神經內科主治醫師 (1999.7-2003.7)
3. 台東基督教醫院神經內科主治醫師 (2005.7-2008.6)
4. 加拿大英屬哥倫比亞大學神經退化疾病研究中心研究醫師

專科字號：

1. 醫師證書：醫字 019955 號；台灣神經學學會專科醫師/神專醫字第 325 號；
2. 台灣老人急重症醫學會專科醫師/老人急重學專第 426 號；
3. 教育部部定助理教授/助理字第 143390 號

專 長：

長期照護、公共衛生、神經醫學、老人醫學、健康促進



埔基醫療財團法人埔里基督教醫院

臨床醫學研討會課程表

日期時間	活動主題	講師	講師介紹	地點
2021/5/14(五) 12:30-14:00	高齡友善議題： 高齡疾患與健康老化	詹弘廷醫師 (埔基醫院)	台灣大學衛生政策與管理研究所 博士(老人健康組)畢 現任埔基醫院神經內科主治醫師	埔里基督教醫院 謝緯紀念堂

主辦單位：埔基醫療財團法人埔里基督教醫院教學研究部
承辦人：田遠梅 聯絡電話：(049)2912151#2731。

- 備註：
1. 歡迎院外醫護人員踴躍參加。此課程不收費。
 2. 如有異動以當日公告為主，恕不另行通知。www.pch.org.tw
 3. 教育積分申請由各專業學會審查認定，通過與否可於課前洽詢。
 4. 請依時簽到簽退，切忌代簽，如有違規情事，積分不予認列。
 5. 為避免違反著作權法，未經主講者同意，請勿錄影、照相。

喜樂的心、乃是良藥·憂傷的靈、使骨枯乾。箴言 17:22