

2025 永續健康白皮書

■ ————— ■
南山員工暖心關懷故事



南山人壽健康守護圈2025年「守護記憶」行動，除了透過問卷溯源，希望找出失智症的危險因子，倡議提早預防、及早發現與盡早治療外，亦關心內部員工，推出「內勤員工暖心關懷服務」，對需要的員工提供相關支援與關懷，同時啟動內部「失智照護者傾聽行動」，許多南山內勤夥伴主動報名，盼藉由說出自身的照護經歷，讓社會大眾能更重視高齡失智問題。

藉由傾聽員工的心聲，我們發現：

- 一 高齡失智常被誤認為「年紀大造成記憶力衰退」、「老了脾氣變差」等，錯失早期發現、早期治療，延緩失智進程的契機。
- 二 高齡失智案例中，常見曾摔倒撞擊頭部或頭部有創傷；喪偶、親友離世，心情重大起伏；生活環境重大變化，搬離長久居住地或移居他鄉；獨居，缺乏社交等。
- 三 高齡失智後出現多種態樣，有譫妄、疑神疑鬼、恐慌、憂鬱、喜愛話當年但不記得現狀，初期生活能力都正常，因此常被子女忽略病徵。
- 四 仍有行為能力的高齡失智，可能被詐騙、走失、不停申辦證件或報警等，有些無病識感，不願就醫，常令照護者身心俱疲，家庭關係易緊張。
- 五 許多家庭對高齡失智認識不足，易措手不及。
- 六 有照護經驗者深覺長照基金的重要性，但往往已近中年，認為難累積足夠金額。

小伍的故事

失智親友：媽媽與姐姐

親友失智年齡：都約70多歲開始有徵兆

主要照護者：小伍



當失智者照顧失智者 雙重壓力瞬間降臨

小伍媽媽應該早就失智了，但因只有未婚的長姐與其同住，負責帶媽媽去看醫生，事後回想媽媽可能在70多歲時已有失智徵兆。2025年2月農曆過年時，小伍媽媽突發急性腎衰竭，一度發出病危通知，身為老么的小伍協助姐姐到醫院照護時，發現姐姐很多事情無法理解、也跟不上大家的步調，媽媽與姐姐過去都在某醫院就診，這次媽媽病危入院，醫院才跟小伍講，姐姐常帶媽媽來看病，拿了藥，轉頭又忘記，又再掛號看診，同時兩人的健保卡、身份證也不停遺失補辦，醫院告訴小伍，姐姐可能也有狀況。

媽媽後來康復出院，開始出現恐慌，說有人盜領她帳戶裡的5,000元，堅持要報警，讓小伍費盡唇舌解釋其實是媽媽自己領走的；出院不到二個月，6月左右，小伍媽媽再度因肌少症與小腦萎縮，摔倒造成腦部大出血送進加護病房，一直與媽媽相依為命的小伍姐姐頓失依靠，情況亦急轉直下，出現許多異常行為，且完全無法溝通。

小伍姐姐會開車到賣場停好車，轉頭回家，就報警說車被偷了；不願意承認媽媽已住院，每天買一堆食物塞滿冰箱，但自己又不會烹飪，任食物腐壞；出門總是忘了帶鑰匙，每每站在門外，要請鎖匠來開鎖；不管醫院規定的探病時間，隨時跑到醫院，想見媽媽；小伍姐姐會出現斷片式的失智，如去醫院看媽媽，下樓買個飲料，就忘了自己該去哪裡，還好護理人員多認識小伍姐姐，替她指路。

後來檢查發現，小伍姐姐長了腦瘤，壓迫到記憶區，造成罕見的非典型失智，但在進行失智檢測時，沒有病識感的小伍姐姐硬是答出了漂亮的分數，不符合長照的標準。

小伍姐姐不願就醫、不承認自己生病，不向妹妹求助，加上不符合長照資格，無法請外籍看護，小伍只能一遍遍用簡單的指令，告訴姐姐出門一定要背好小背包，裡面備好錢包、鑰匙，不要再亂買食材回家，對於活動力仍強的姐姐，小伍不斷在社福申請制度中碰壁，覺得疲於奔命，有深深的無力感。

本文續下頁



小伍的故事

失智親友：媽媽與姐姐

親友失智年齡：都約70多歲開始有徵兆

主要照護者：小伍



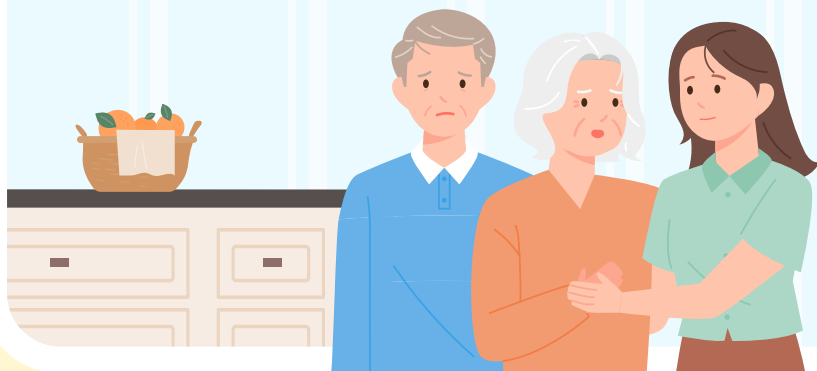
已過世的小伍爸爸其實也失智，因具有榮民身份，60多歲住進榮民安養中心後失智，再轉到榮民失智照護安養院，直到80多歲離世，都被國家照顧得很好，雖失智10多年，但未造成小伍家人的負擔。

小伍媽媽的失智，家人原以為是衰老，也沒有造成太大負擔，但姐姐才74歲，退休前是簡單文職，收入不高，沒有買任何保險，現在小伍最擔心姐姐在神智不清下，積蓄若再被詐騙，就雪上加霜；腦瘤在不治療的情況下，可能會繼續擴大，壓迫到視神經或影響行動能力，屆時只能將姐姐送到安養中心。

小伍媽媽從年初腎衰竭到跌倒二度住院，已花費20~30萬元，未來要再照顧姐姐，二人可能一個月就20萬元，小伍說自己買了醫療險、年金、儲蓄險，也告訴兒子未來若媽媽失智，就送到已選好的安養院，「現在只能走一步算一步」，她還有能力照護媽媽及姐姐，已算相對幸運。

故事一覽表

故事主角	失智家人	失智年齡	現狀	主要照護者	發現失智徵兆	家人推論失智原因	親人失智後的警惕
小伍	媽媽	約70多歲有徵兆	95歲健在	小伍	說有人盜領帳戶裡的錢，但其實是自己領出來的	年紀大的衰老型失智	不斷訓練自己邏輯記憶與相信兒子；有保單與儲蓄，替自己選好安養院
小伍	姐姐	約70歲	74歲健在	小伍	醫院告知有異，經常重複看診，不斷重辦證件	腦瘤，壓迫到記憶區	



小雅的故事

失智親友:奶奶與爸爸

親友失智年齡:都約70歲左右

主要照護者:媽媽與小雅

奶奶與父親都失智 擔心自己是下一個

小雅曾經歷過二位失智家人，包含奶奶與爸爸。奶奶與爺爺住在鄉下三合院，日常作息及飲食都算健康，但缺乏社交活動，在奶奶發現失智前幾個月，大兒子、也就是小雅大伯因腦瘤開刀，說是小手術，但進手術房後就再也沒出來，兒子驟然離世，成為奶奶心中的創傷，沒有人跟她聊聊，紓解她心中的壓力或修復她的心靈。直到奶奶75歲那年，家人發現奶奶將抹布丟進鍋子裡煮、亂穿衣服及大小便失禁，察覺到時已是重度失智。

小雅奶奶生有二子、二女，小雅大伯已過世，但傳統家庭仍協商由大伯母跟媽媽兩位媳婦輪流照顧，大伯母在照顧一個月後，就將奶奶丟到小雅家，說自己已沒有了老公，不再參與照顧，二位姑姑則認為照顧奶奶是兒子與媳婦的責任，所以將所有重擔壓在小雅媽媽、也就是二媳婦一人身上。

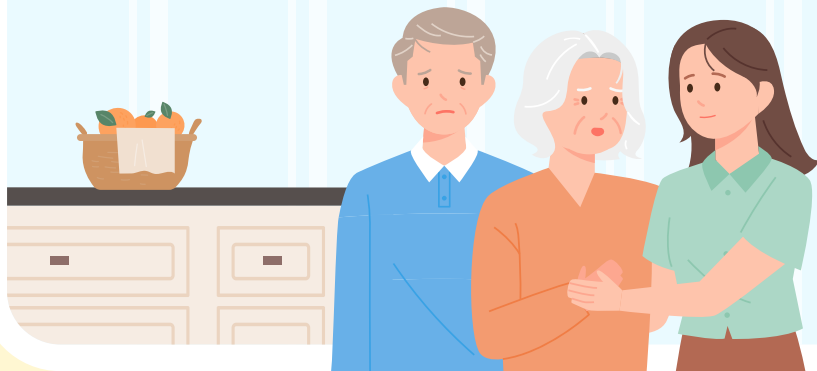
小雅奶奶失智後會將排泄物塗在家裡的牆上、地板上，每每都讓媽媽崩潰，也因此常與小雅爸爸吵架，在照顧二年多後，決定將奶奶送到安養中心，一個月約2萬元，住在四人房內，當時奶奶已不會說話，也不願意吃飯，都用灌食的方式，久而久之就忘記了咀嚼的能力，到最後是身體逐漸衰退，但從奶奶失智到離世，約十年中有七至八年是在安養中心度過。

小雅爸爸退休約五年，生活上飲食重油重鹹、又不運動，患糖尿病又不節制飲食，導致需要洗腎，即便如此，在記憶力或應對上一直沒有異狀，平時也沒有什麼社交活動，直到2021年新冠疫情時，小雅爸爸因糖尿病要進行手指截肢手術，住院時確診新冠肺炎必須待在隔離病房，又是洗腎病人，一隔離就是一個多月，只有一個人在病房裡，隔離完後就出現亂認人情況，將小雅媽媽認成奶奶，時空也錯亂，不知道自己身處何方。

小雅說，爸爸確診失智時約是71歲，他是個傳統的大男人，不願請外傭，也不想被送到安養中心，因此要求小雅媽媽照顧，後來爸爸膝蓋以下截肢，大部分時間臥床，除每周三次外出洗腎，

本文續下頁





小雅的故事

失智親友:奶奶與爸爸

親友失智年齡:都約70歲左右

主要照護者:媽媽與小雅

其餘時間幾乎足不出戶，儘管無法行走躺在床上，但小雅爸爸失智後會亂抓傷口，後期媽媽只好將爸爸的手用衣服綁起來。因小雅爸爸身體本就不健康，失智約四年左右就離世了。

接連照護兩位失智家人，小雅媽媽幾乎情緒崩潰，有時甚至說出「生了三個小孩都沒有用！」這樣的話。小雅說，奶奶跟爸爸沒有保單，都是靠家中經濟支撐，「失智的人什麼都不記得，並不痛苦，痛苦的是照護者。」小雅自己也很擔心失智會遺傳，且發生年紀會提早，因此作了失智基因檢測，還好目前沒發現危險因子，小雅也常常督促自己，一定要有健康的飲食、持續運動，同時想存夠1,000萬元的長照費用，不想成為小孩的負擔。

故事一覽表

故事主角	失智家人	失智年齡	現狀	主要照護者	發現失智徵兆	家人推論失智原因	親人失智後的警惕
小雅	奶奶	約75歲	約85歲辭世	媽媽	將抹布丟進鍋子裡煮、亂穿衣服及大小便失禁	大兒子驟逝打擊	提早作失智基因檢測，督促自己維持健康飲食、持續運動
	爸爸	約71歲	約75歲辭世	媽媽與小雅	亂認人、時空錯亂	飲食重油重鹹、不運動，患糖尿病與需洗腎	

小潔的故事

失智親友:爺爺

親友失智年齡:約80歲時

主要照護者:小潔與兄弟姊妹



健康自律的軍人爺爺 遭詐騙卻說不清

小潔的爺爺是一位退伍軍人，60歲時與小潔奶奶和平離婚後便獨居，但與家人的關係依然緊密，每到寒暑假，小潔都會到爺爺家，體驗獨特的軍隊式生活。

小潔回憶，爺爺退役後依舊過著高度自律的生活，每天清晨到公園做100下伏地挺身，年過7旬仍能與孫輩打籃球，爺爺堅持「活到老學到老」，每天看英文報紙與雜誌自學英文，還會寫書法，將自己晚年生活過得非常充實。雖然一個人住，但爺爺仍跟家人維持互動，也有一群「公園老友」一起運動聊天，身形精壯且定期健檢。

但在爺爺76歲左右，一向機靈的他卻遭到詐騙，帳戶被清空兩次、損失數十萬元，但相關細節卻說不清楚，也不認為自己被騙，讓小潔與家人驚覺爺爺可能有失智的傾向。

家人將爺爺送到社區老人安養中心，初期被診斷是譫妄症，思緒混亂、時空混淆，會罵室友、形容根本未發生的事，爺爺83歲左右跌倒，情況急速惡化，從只是叫錯孫子名字，到連自己孩子都弄不清，失智程度越來越嚴重，小潔爸爸只好將爺爺帶回家照顧，但卻發現一向嚴謹的爺爺跟過去大不同，明明幫他準備好專屬的個人衛生用品，但爺爺卻看到什麼就用什麼，亂用家人的毛巾、杯子，及會與家人吵架等。

家人無法照顧，只好安排爺爺到專業養護中心，但爺爺失智症狀日益嚴重，開始認不出家人，會將孫女誤認為是女兒。最讓小潔心疼的是，因爺爺受傷及需要包尿布，但又常忘記，會去扯傷口及撕破尿布，養護中心只好將爺爺的手腳綁住，「我想失智這件事，爺爺自己應該是最不能接受的，喪失生活尊嚴。」小潔說。

爺爺在養護中心約六年，90歲左右在睡夢中安詳離世。小潔爸爸經過爺爺長照的衝擊後，曾跟小潔說，希望自己退休後就歸隱山中，不要接受過度醫療、也不願像爺爺一樣手腳被綁住，不想給子女帶來壓力。

本文續下頁



小潔的故事

失智親友:爺爺

親友失智年齡:約80歲時

主要照護者:小潔與兄弟姊妹



近期，84歲的小潔奶奶也開始出現輕微記憶力衰退，常一件事會詢問多次，也因疾病、跌倒等狀況頻繁進出醫院急診室，並需要坐輪椅、請外籍看護，小潔與兩位弟弟假日也要輪班照顧，好險南山人壽提供員工暖心關懷服務「愛長照」，協助小潔申請政府的長照補助，提供專業的照護建議，像如何處理臥床引起的皮膚問題、該買哪些輔具及居家改造，建議安排物理治療師與營養師到家中協助奶奶復能等，「對沒有照護經驗的人來說，真的幫助很大。」小潔說。

走過爺爺的失智照護經歷，小潔已為自己投保長照險，她看見家中長輩們（包括外公、外婆與爺爺、奶奶）都經歷了不健康且需照護的晚年。小潔推估，如果要不給子女造成負擔，一個月至少需要5萬元，十年下來便是600萬元，這筆龐大的費用對還是年輕人的小潔來說是超乎想像。

故事一覽表

故事主角	失智家人	失智年齡	現狀	主要照護者	發現失智徵兆	家人推論失智原因	親人失智後的警惕
小潔	爺爺	76	91歲辭世	爸爸 小潔	遭遇詐騙卻難描述細節； 譫妄症狀，罵人、說未發生的事	不明原因，健康、有健檢，學習能力佳，獨居但有朋友	不健康時間比想像長太多；多陪伴奶奶、拍家庭合照、買長照險



阿葉的故事

失智親友:媽媽

親友失智年齡:約70歲時

主要照護者:阿葉與太太

總說東西被偷 10年後才知媽媽是失智

約在媽媽70歲左右，阿葉發現她有些不正常，當時父親也約70歲，兩人同住，但父親有慢性阻塞性支氣管炎，可能會一時喘不上氣，所以聘請外籍看護，阿葉回憶當時媽媽常說外佣偷家裡的銅板、偷她的衣服，阿葉及姐姐因都未住在家裡，當時相信外佣可能有偷竊行為。

不久後，父親離世，外佣也離開，這時媽媽開始指控住在附近的阿葉太太，也就是媳婦偷她的衣服，阿葉每晚都會回媽媽家吃晚餐，就聽媽媽抱怨珍愛的衣服不見，被媳婦拿走了，嚴重時，媽媽甚至會氣沖沖的衝到走路約10分鐘的阿葉家，狂按電鈴，要衝進家裡找衣服。

阿葉說，那時才開始覺得媽媽可能生病了，但並沒有往失智方向去想，只覺得媽媽可能出現「被迫害妄想症」，加上媽媽非常不喜歡看醫生，遲遲未就醫，只是協助媽媽不斷找東西，後來連沙拉油、橄欖油、香菇等食材都一天到晚不見，其實是被媽媽自己藏起來又忘記，媽媽卻懷疑是被偷走。

接著媽媽又指控鄰居追求她被拒後，每天狂按她家電鈴，媽媽甚至找了水電工，設置電鈴斷電裝置，接著是覺得三樓鄰居會偷偷進入她家，三天兩頭換大門鎖，有回颱風將鐵片吹落一樓屋頂，家在二樓的阿葉媽媽就覺得是某人刻意丟鐵片在她家前面，開始大聲咒罵，直到聲音沙啞。

鄰居不堪其擾，投訴里長，最後里長與阿葉商量，請醫生到家裡看診，這才確診媽媽應該是罹患阿茲海默症，當時媽媽已80歲左右，離初期症狀出現已過去約10年。

阿葉媽媽身體一向不錯，也沒有三高問題，阿葉回顧媽媽失智的可能原因，一是媽媽自己刷油漆時，從樓梯上不慎摔落，撞到頭，甚至短暫昏迷，但清醒後自行回家，未曾就醫；二是遭遇喪偶傷痛後，一個人獨居；三可能有遺傳基因，因外公也曾患阿茲海默症。

本文續下頁





阿葉的故事

失智親友:媽媽

親友失智年齡:約70歲時

主要照護者:阿葉與太太

醫生診斷後，阿葉媽媽開始服藥控制病情，控制易怒的情緒，但人也變得有些遲緩，再十年過去，阿葉媽媽已90歲，仍能記得自己的小孩、親人，但近期的事情容易忘掉，常剛說完的事，轉頭就忘，只要看見電器運轉，就會堅持將電源關掉，常讓正在煮水或洗碗的阿葉無法繼續作業。

原本媽媽還每天煮飯給阿葉吃，後來也逐漸喪失煮飯能力，牙齒不好，只能吃流質食物，但至今仍耳聰目明，會自己走出去買想吃的餐食。

由於情況並不嚴重，媽媽並沒有造成阿葉太大的經濟負擔，但阿葉仍是為自己安排年金險等、持續訓練自己的記憶力，同時也積極學3C、電子支付等新事物，飲食儘可能簡單、健康，且開始減重，五年級後段班的阿葉開始省吃儉用，希望能存夠1,000~2,000萬元的健康基金，退休時能有3,000萬元，不要造成子女的負擔。

故事一覽表

故事主角	失智家人	失智年齡	現狀	主要照護者	發現失智徵兆	家人推論失智原因	親人失智後的警惕
阿葉	媽媽	約70歲	90歲健在	阿葉	指控外傭與媳婦偷東西	曾摔下樓、喪偶之痛、遺傳	投保年金險、省吃儉用、持續學新事物、強化記憶力

小恩的故事

失智親友:外婆

親友失智年齡:89歲左右

主要照護者:父母與小恩



逃出抗戰的女強人外婆 一夕間成無助孩子

經歷過對日抗戰、南京大屠殺的小恩外婆，17歲到台灣、30多歲舉家移民美國，之後又遭遇異國失婚、自己獨力扶養四名子女，小恩小時候每年寒暑假都會去美國拜訪外婆，印象中，外婆一直是獨立、優雅、處事嚴謹、但對孫子卻極大方的美好存在，沒想到一場失智，辛苦的照護過程，似乎讓那些美好逐漸淡去。

外婆原本與二婚的外公同住美國高齡社區，89歲時因外公過世、一人獨居，加上美國醫療成本昂貴，小恩媽媽就決定將高齡的小恩外婆接回台灣照顧，剛回台時，外婆仍常提起70多年前在大陸的生活、與抗戰的記憶，但對近期發生的事卻不太記得，一開始白天就送外婆去日照中心，晚上回家。二年後，小恩外婆開始明顯認錯人，忘記自己已身在台灣，總覺得是在美國，再過二年，大約93歲左右，外婆開始逐漸失去行動能力，雙眼看不太清楚、耳力也不佳。

小恩外婆在2025年4月左右離世，失智照護時間大約七年，後期外婆如同小孩般，吃飯不知道飽、常搞得餐桌一團亂，因為喉嚨不舒服，就會隨地吐痰，排泄物可能弄到滿床或滿屋子，小恩說：「很難想像外婆以前是個有潔癖的人，失智後必須有人一直看著她。」

照護外婆的期間，小恩一家人無法出遠門，晚上7點前一定要回家，因為看護只能撐到傍晚。外婆會亂抓、拆掉身上的尿布，後期睡覺時手腳必須綁上束縛帶，才不會出現一團混亂的情況，且不能讓外婆一人在家，除了擔心老人家跌倒，更曾發生外婆將自己反鎖在家中，必須緊急找鎖匠來開門，雖然照護過程心很累，但小恩說：「並不會對外婆生氣，因為到後來，覺得外婆很可憐。」

小恩爸爸在美國94歲的媽媽、也就是小恩的奶奶，這一、二年也開始出現失智徵兆，情緒起伏很大，會大叫沒人關心她，卻又不讓人攙扶。

本文續下頁



小恩的故事

失智親友:外婆

親友失智年齡:89歲左右

主要照護者:父母與小恩



從小，小恩全家寒暑假都會一起出國玩，讓小恩覺得很幸福，但照護外婆的七年中，一家四口再也沒有一起出過國，今年因為護送外婆回美國與外公合葬，才又一同出國，似乎已重新回到正常的生活。

小恩的爸爸及媽媽都已60多歲、從教職退休後，一直很認真運動、並注意飲食健康，由於兩人退休前已累積儲蓄及投資，在經濟上較無顧慮，也未因為自己媽媽失智，就擔心未來也可能會失智被送去安養中心，爸媽甚至跟小恩與妹妹交待，未來如果沒有空來看望也沒關係。

小恩家幾乎沒有保單，因為覺得生活中若沒有出現「萬一的狀況」，保費就白繳了，但還年輕的小恩看見外婆與奶奶的情況後，已開始每個月預留1萬多元，用來繳交醫療險與長照險的保費，希望為未來儲存醫療照護基金。

「我希望給下一代足夠的保障，也希望累積一定的經濟基礎，像爸媽一樣能帶小孩出國玩」，小恩表示，說出外婆的故事，是希望讓更多人注意到失智問題，能有更多人關心失智長者，也讓外婆失智的案例對社會有一些幫助。

故事一覽表

故事主角	失智家人	失智年齡	現狀	主要照護者	發現失智徵兆	家人推論失智原因	親人失智後的警惕
小恩	外婆	約89歲左右	96歲辭世	父母與小恩	記得以前的事卻忘記近期的事、開始認錯家人	喪偶後獨居	說出故事，讓社會重視高齡者失智問題，自己逐步增加長照與醫療險



小青的故事

失智親友:外婆

親友失智年齡:約60歲出頭有徵兆

主要照護者:父母與小青

不忍晚年孤單在異鄉 帶失智外婆回台灣

小青住在南投的外婆，原本超有活力，自己養雞鴨、種菜，可一手操辦出一大桌菜，還會自己作菜頭粿等，但外公在60歲左右中風、70歲離世，當時外婆才60歲出頭，就自己一人獨居，雖然住在彰化的長女、也就是小青媽媽常回家探望，但也發現外婆開始不愛開燈、瞎燈黑火中一個人獨坐在客廳裡發呆，變得不愛活動。

從外公過世後，外婆開始經常說東西不見，例如戒指、手鍊，懷疑被人偷了，有時會突然發脾氣，附近日照中心每天開車來接外婆，與其他老人家一起活動，但因為外婆唯一的兒子在越南工作，同時越南照護人力便宜，一個月大約新台幣8,000元，外婆決定去越南投靠兒子，這一去就是十年。

去越南後，小青媽媽一年會去越南六次，看望曾中風過的母親，同時送藥過去，發現外婆越來越不走路，也因為人生地不熟，開始越來越不講話，二、三年前小青媽媽決定接外婆回台灣，當時外婆另外二位女兒都反對，認為沒有人力可照護，但小青媽媽仍是堅持不想讓自己的母親晚年仍在異鄉生活。

外婆後來就住進大女兒家，為此，小青媽媽還進行居家改造，一樓擴展出孝親房，廁所也改成輪椅可進出、沐浴，地板要止滑等。

研究所畢業的小青剛好有一年休息期間，就在彰化家裡協助照顧外婆，親眼見證外婆由可以自行上廁所，到來不及、失禁及要包尿布，後來外婆覺得太熱一直要扯掉尿布，就改為每二小時一定要叫外婆上廁所，後來小青到台北工作後，小青媽媽一人照護壓力太大，才將外婆送到附近的24小時照護中心，入住四人房，加上政府補助，一個月大約支付2.8萬元，小青媽媽也可隨時去看望。

本文續下頁





小青的故事

失智親友:外婆

親友失智年齡:約60歲出頭有徵兆

主要照護者:父母與小青

外婆現在大約73歲，表達能力只剩下哭，一年前時還認得外孫女小青，現在只認得大女兒及兒子，另外二個小女兒則常搞混。

在外婆60歲出現異狀時，家人只覺得是退化，直到外婆不記得人，才驚覺已失智；外公與外婆都曾中風，外婆後來又失智，晚年不健康的時間都有十年、甚至更長，子女們也都擔心自己未來也可能中風或失智，小青希望爸媽多運動、多社交，小青媽媽則是開始想改造透天厝，加裝升降梯，希望未來能在家安養。

爸爸在小青學生時期就替她投保長照險，小青說未來將靠自己逐步補足醫療、癌症、實支實付等，同時也要多運動。

故事一覽表

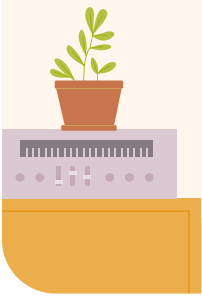
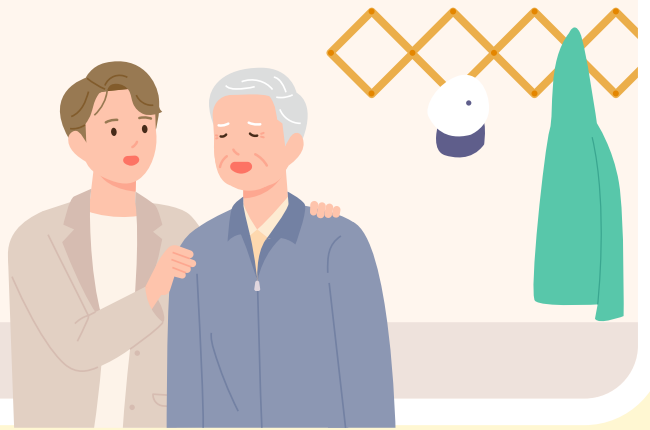
故事主角	失智家人	失智年齡	現狀	主要照護者	發現失智徵兆	家人推論失智原因	親人失智後的警惕
小青	外婆	60歲出頭有徵兆	73歲健在	父母與小青	開始不愛開燈、不愛動，經常說東西不見並亂發脾氣	糖尿病曾中風、喪偶獨居、在異鄉鮮少社交	晚年不健康恐長達十年。逐步補強健康險等

阿忠的故事

失智親友:爺爺

親友失智年齡:72歲左右

主要照護者:父母與阿忠



摯友離世打擊 爺爺半年內迅速失智

「我認為爺爺算是不難照顧的人。」阿忠回憶爺爺過去是宜蘭一名普通工人，與奶奶同住，在70歲前身體都很健康、生活作息規律，還會自己騎機車參加宗教聚會、與兄弟朋友泡茶聊天，社交生活算充實。但約在爺爺72歲時，騎機車出門卻忘記回家的路，這事件讓家人開始發現爺爺可能罹患失智症。

阿忠與家人察覺，爺爺偶爾會忘記一些小事情，如東西放哪、叫錯孫輩名字，一開始只當作是年紀大，然而有一天，爺爺一位非常要好的朋友因車禍意外過世，這朋友每天都會找爺爺泡茶聊天，成為爺爺生活中一個重要習慣。他的驟逝，對爺爺來說是沉重的打擊，感到人生失去重心，後來半年內爺爺的認知能力就嚴重退化，確診阿茲海默症，幾乎完全認不出人，唯一記得的，只剩下阿忠爸爸，連阿忠這位長孫都忘了。

一開始阿忠家人曾考慮送爺爺去安養院，但有養兒防老觀念的奶奶堅決反對，認為就應該由子女照顧，父母老了就應該要開始「享福」。後來，爺奶兩人開始長達三年的「巡迴式」居家照顧，三年期間奶奶帶著爺爺和一位外籍看護，每個月輪流到三個兒子家居住。

爺爺雖罹患阿茲海默症，但並沒有其他疾病，也可以行走，但會忘記去上廁所、會隨地小便，阿忠家人不得不開始讓爺爺穿尿布，但這對爺爺來說，卻是巨大的尊嚴挑戰，非常抗拒，不斷扯下尿布，後來家人們只能幫爺爺穿不易脫下的褲型紙尿布。

儘管如此，阿忠認為，相較其他阿茲海默症患者，爺爺發病後脾氣算很溫和，情緒波動不大，不會亂跑、亂動物品，也沒有暴力傾向，身體狀況也一直都很好，可自行行走、吃喝無礙，家人們慶幸，爺爺其實並不難照顧。

後來奶奶因不慎跌倒、中風，導致幾乎癱瘓在床，家人只好將爺爺與奶奶都送到安養中心，奶奶意識清晰，無法接受自己癱瘓的事實，不願讓看護協助，還是不斷要求兒子來照顧。

本文續下頁

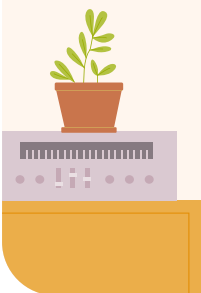
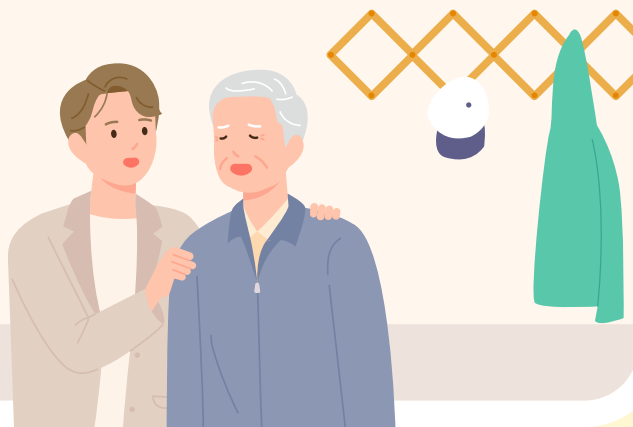


阿忠的故事

失智親友:爺爺

親友失智年齡:72歲左右

主要照護者:父母與阿忠



阿忠回憶，那段前間他去探望奶奶時，她眼中都充滿怨恨，甚至拒絕復健，幾乎已沒有求生意志，約一年左右，就比爺爺更早離世。

奶奶過世後，爺爺在安養中心又住了四年，前後共待約九年。在奶奶過世時，家人當面告知爺爺，他聽到後只是面無表情。在爺爺84歲時，在睡夢中安詳離世，沒有經歷太多的病痛。阿忠不禁感嘆，從某種層面來說，爺爺比奶奶幸運很多，因為他至少身體健全，有尊嚴地走完最後一程。

在經歷過爺爺與奶奶的長照經驗後，阿忠特別注意70多歲爸爸退休後的生活，爸爸65歲退休後隔年出現小中風，雖不影響生活，但爸爸逐漸變得很規律，越來越懶得出門、社交越來越少，「每天固定時間做一樣的事，漸漸的就不太用腦。」

阿忠說，台灣傳統家庭，長輩會忌諱談生病或生死，怕觸霉頭，他家也是如此，因此很難跟長輩談未來萬一進入長照或失智的照護規劃，現在很多養老院也不收失智症患者，擔心若父母失智，會比較難照顧。

阿忠自己已準備好長照險與醫療險，太太也在存錢，希望讓自己的孩子未來不要有負擔，夫妻倆退休後不用依賴小孩、靠自己好好活著，「大家都說失智不可逆，也好像沒有預防的方法，只希望不要造成小孩負擔就好。」

故事一覽表

故事主角	失智家人	失智年齡	現狀	主要照護者	發現失智徵兆	家人推論失智原因	親人失智後的警惕
阿忠	爺爺	72歲左右	84歲辭世	父母與阿忠	騎車出門卻忘記回家的路	摯友驟逝打擊大	準備好長照險與醫療險，不要讓自己的孩子未來有負擔

失智症普遍被認為是大腦老化的老年疾病，據衛福部2024年公布的「全國社區失智症流行病學調查」，台灣65歲以上失智盛行率7.99%，80歲以上盛行率會加倍到16%以上，但亦有65歲前就失智的情況，稱為「早發性失智症（Early-onset dementia）」。

早發性失智症盛行率不高，依國際失智症協會揭露30~64歲失智症盛行率為千分之一，推估台灣30~64歲失智症人口約有1.2萬人，同時，早發性失智與年老性失智症所面臨的情境及需求有極大不同。

南山人壽近五年長照理賠人數中，有103位是失智症（含帕金森氏症），其中有49位是64歲以下，占率近48%，進一步分析，應是南山人壽長照險受理承保最高年齡為65歲，目前有效保單的保戶高齡者不多。

南山人壽特別藉由訪談四位業務員，進一步了解早發性失智症保戶的情況，整理出早發性失智症的四大特徵：

1 未必都是遺傳：

四位訪談案例的早發性失智保戶皆為女性，平時身體健康，從事會計或管帳工作，僅一位確定有家族病史，另外三位則無法證明。

2 病程發展極快：

四位早發性失智保戶發病後2~3年內就從輕度進展到中、重度。

3 照護上更困難：

四位早發性失智女性初期多會顯現出憂鬱傾向，在發病過程中常出現大吵大鬧、情緒不穩的狀況，造成家人照護上的困難。

4 對家庭衝擊更大：

四位早發性失智女性發病年齡約在53~57歲，正處於家庭經濟支柱期間或子女還在念書，先生被迫成為照顧者，除家庭經濟受衝擊外，親子關係也亮起紅燈。





案例一

我會守住照顧妳一輩子的承諾

A業務夥伴轉述，女性保戶原是會計人員，退休後到自家公司繼續擔任會計，但後來先生發現原本每天跑銀行的老婆，開始常常忘記自家公司銀行帳號，經過多次轉診查驗，才確定罹患阿茲海默症，發病當時約57歲。

發病時，保戶的小孩仍是青少年，原本溫柔婉約的媽媽失智後變得暴躁，讓親子關係緊張。雖有請外籍看護，但保戶十分抗拒，最後仍依賴老公照護。保戶老公說，當初結婚時有承諾老婆要照顧她一輩子，現在會信守承諾。

保戶確診時，醫生開具證明MMSE（簡易心智量表）12，即重度認知功能障礙，二年時間就已進展到MMSE為6，CDR（臨床失智評估量表）為2，即中度失智，保戶現已無法自己完成如廁或沐浴等生活日常。所幸保戶在退休前投保長照險，一年給付48萬元，讓家庭經濟不至於衝擊過大。



案例二

妳還記得我們一起看過的風景嗎？

B業務夥伴轉述，保戶以前是位活潑開朗的女性，約七、八年前開始出現如晚上睡不著、時間錯亂，一開始，家人僅帶保戶到診所拿安眠藥服用，後經人提醒，轉到醫院才確診失智症，當時保戶僅54歲。

據了解，發病保戶的母親在70歲失智，有家族病史。保戶先生負擔起照護的責任，初期還可帶著太太去上班，但退化速度很快，僅二年太太已無法行走，需要人餵食，生活無法自理，先生只好將太太送到養護機構，每月費用約需5萬元，加上健康食品，共需6萬元，是家庭經濟沉重負擔。再二年後演變為重度、已無行為能力，CDR表為2分，已不認識任何人。先生很感慨，以前夫妻倆常一起出去玩，現在人事全非，且失智症只會一路退化，無法治癒，現在僅算是維持生命跡象而已。



案例三

我真的不知該找多少錢...

C業務夥伴轉述，保戶是一對中年夫妻，在傳統市場擺攤，直到先生發現太太常常找錯錢給顧客，才到醫院看診，確診阿茲海默症時是54歲。

確診一年內迅速退化，太太已無法跟人溝通，也不認識家人朋友，甚至出現歇斯底里的情況，須使用精神藥物，也無法表達需求，生活無法自理，CDR表只有3分。

夫妻倆雖有兩個小孩，但女兒已出嫁，兒子需上班，先生又捨不得送太太去養護機構，只好自己24小時照顧，收入因此中斷，所幸早幾年兒子有替父母投保長照險，理賠金多少緩解經濟負擔，否則壓力更為沈重。



案例四

不得已必須送走妳

D業務夥伴轉述，女性保戶原本是自家公司的財務主管，先生是公司負責人，保戶曾因罹癌開刀治療，術後先生發現太太頻頻算錯帳，情緒亦變得不穩定。一開始到醫院檢查，被認為沒問題，但之後保戶更容易大哭大鬧、甚至衝出家門，一開始家人以為是罹患憂鬱症，直到有一天保戶到ATM提款卻忘記密碼，再次到醫院檢查才確診是失智症，當時僅53歲。

保戶確診至今僅約四年，很多日常生活方式都已忘記，雖外觀看似正常，但已無法自理生活，先生身為公司負責人需獨自撐起公司，只好將太太送到養護機構照顧，每月需3萬多元，所幸有長照險給付加上政府補助。保戶現在已無法認人，也不會講話，屬重度失智。業務夥伴說，先生身為主要照顧者，看得出已是蠟燭兩頭燒、身心俱疲。