

國際會議報告（類別：國際會議）

參與 2023 年國際老年 學暨老年醫學學會亞太 區域大會心得報告

服務機關：臺中榮民總醫院家庭醫學部社區醫學科

姓名職稱：林鉅勝/科主任

國家/地區：日本/橫濱

出國期間：2023 年 6 月 12 日至 2023 年 6 月 14 日

報告日期：2023 年 7 月 17 日

摘要

2023 年國際老年學暨老年醫學學會亞太區域大會於日本橫濱舉行，總共是三天的議程。這次的大會的主題包含失智、社會科學、老年醫學、老化科學、老年牙科、虛弱和肌少症、高齡科技等等議題。數位科技可以改變日常生活，這些改變包含了醫療保健並有可能改善老年人的健康狀況。通過數位科技，醫療保健提供者可以提供量身定作的醫療服務和介入措施，這些數位科技可以用來改善老年人的身體活動、認知功能和社會參與。長者整合性照護指引 (ICOPE) 就是要提供照護的連續性、這將有助於調整醫療衛生和社會福利方向，以提供以人為本的整合性照護。

關鍵字：老年醫學、數位科技、長者整合性照護指引、整合性照護

目次

一、 目的	1
二、 過程	1
三、 心得	1
四、 建議事項	3
五、 附錄	5

一、 目的

本院家庭醫學部社區醫學科林鉅勝醫師參與「2023年國際老年學暨老年醫學學會亞太區域大會」，可以學習最新的老年照護理念也可以為改善院內執行的社區醫療服務計畫的內容並促進創新、鼓勵知識運用與擴散，參與專業學術性研討會，希望透過院內外多外高齡照護專家進行腦力激盪，將更好的高齡照護帶給需要之人。

二、 過程

本次會議共舉辦三日，第一日報到後就參與大會開幕並參與 Keynote lecture 及課程，第二天張貼海報並在會議後報告壁報內容並參與 Keynote lecture 及課程，第三日參與 Keynote lecture 及課程，以下心得將簡述合相關 Keynote Speech 內容作為反思及改善報告呈現。

三、 心得

2023年國際老年學暨老年醫學學會亞太區域大會於日本橫濱舉行，總共是三天的議程，有壁報論文發表，精心策劃的節目內容相當豐富，每天都會有 Keynote lecture 還有一些針對特別主題的 symposium。這次的大會的主題包含失智、社會科學、老年醫學、老化科學、老年牙科、虛弱和肌少症、高齡科技等等議題。

這次 IAGG 開幕讓我覺得非常的印象深刻，首先是由大會的秘書長也是日本國家老年病學和老年學中心的主席荒井秀典教授的致詞，接下來就有古典音樂的演奏跟聲樂的表演。在 Keynote lecture 中比較吸引我的是營養與健康老化、聯合國健康高齡化十年（2021-2030）所提倡的長者整合性照護指引以及數位科技的部分。

在數位科技已成為促進健康的最有未來性的工具，數位科技可以改變日常生活，這些改變包含了醫療保健並有可能改善老年人的健康狀況。通過數位科技，醫療保健提供者可以提供量身定作的醫療服務和介入措施，這些數位科技可以用來改善老年人的身體活動、認知功能和社會參與。成年人。數位科技可以提供適合老年人需求和能力的訓練計劃，追蹤身體活動狀況，並提供個別化反饋來鼓勵鍛煉。數位科技可以來協助認知能力訓練來維持認知功能。社會參與是數位科技支持健康的另一個領域，老年人的孤獨是許多老年人面臨的重大挑戰，數位科技可以通過促進社交來克服這些挑戰。數位科技可以增進老年人健康的程度如下。

1. 健康監測和追蹤：許多智慧型手機、智慧手錶和健康追蹤器都搭載了各種健康監測功能，如心率、血壓、步數、睡眠質量等。老年人可以使用這些裝置來實時監測自己的健康狀況，並與醫療專業人員分享數據，以便及時處理健康問題。
2. 遠距醫療諮詢：遠距醫療和線上諮詢平台使老年人能夠方便地與醫療人員進行視訊。這對於行動不便或居住在偏遠地區的老年人尤其有益，可以避免不必要的出行和等待時間，同時確保得到及時的醫療建議。
3. 藥物管理：許多智慧型手機和平板電腦上都有應用程式可以提醒老年人按時服藥
4. 當作老年人社交平台：尤其是在退休後老年人可能面臨社交孤立的問題。數位科技提供了社交媒體平台，使老年人能夠輕鬆地與朋友、家人和同齡人保持聯繫，分享生活經歷和興趣愛好。
5. 認知刺激：一些數位應用程式和遊戲專為老年人設計，可以提高他們的腦部活動，有助於改善記憶力和認知功能。這些應用程式可以是輕鬆有趣的益智遊戲，也可以是提供文化和教育知識的平台。
6. 藥物管理：許多智慧型手機和平板電腦上都有應用程式可以提醒老年人按時服藥
7. 當作老年人社交平台：尤其是在退休後老年人可能面臨社交孤立的問題。數位科技提供了社交媒體平台，使老年人能夠輕鬆地與朋友、家人和同齡人保持聯繫，分享生活經歷和興趣愛好。
8. 認知刺激：一些數位應用程式和遊戲專為老年人設計，可以提高他們的腦部活動，有助於改善記憶力和認知功能。這些應用程式可以是輕鬆有趣的益智遊戲，也可以是提供文化和教育知識的平台。

但是我有興趣去聽的 Keynote lecture 的時間會衝堂，由於我的工作社區健康促進的部分，所以我特別去挑選的日本教授(SUMI Yuka)演講的世界衛生組織健康高齡化十年（2021-2030）所提倡的長者整合性照護指引(Integrated care for older people, ICOPE)介紹。Yuka 教授提到人口高齡化是全球人口趨勢，快速增加的高齡長者會讓許多國家面臨到如何讓健康醫療和社會福利系統正常運轉的挑戰。滿足不同老年人的照護需求，及早發現和身體和心理能力的喪失並確保在地老化(ageing in place)是促進老年人的自主性和功能能力的重要關鍵。世界衛生組織健康老齡化十年（2021-2030）所提倡的長者整合性照護指引(ICOPE)就是要提供照護的連續性、這將有助於調整醫療衛生和社會福利方向，以提供以人為本的整合性照護。在建立一個以老年人為中心的社區照護模型，並提供全面、個體化的護理和支持服務。通過實施這些指引，社區可以更好地滿足老年人的需求，促進他們的健康老化和生活品質。提出長

者六大功能(認知、行動、營養、視力、聽力及憂鬱)之評估工具與照護路徑，能早期發現長者功能衰退的徵兆，及早介入整合照護，達到預防及延緩失能的效果。

ICOPE 希望建立一個以老年人為中心的社區照護模型，並提供全面、個體化的護理和支持服務。通過實施這些指引，社區可以更好地滿足老年人的需求，促進他們的健康老化和生活品質。

長者整合性照護指引 (Integrated care for older people, ICOPE)，這個指引提供了在社區中實施推動健康老化的具體方法。以下是在社區中實行 ICOPE 指引的摘要

1. 識別風險和需求：社區應該建立有效的機制來識別老年人的健康風險和需求。這包括進行健康評估、風險評估和功能評估，以確定老年人可能面臨的健康問題和護理需求。
2. 提供個體化的護理計劃：根據老年人的健康風險和需求，社區應該制定個體化的照護計劃。這些計劃應該包括預防措施、身體活動、健康教育和必要的醫療和社會支持服務。
3. 促進身體活動：社區應該鼓勵老年人參與身體活動，以提升其身體功能和健康狀態。這可以通過提供適應老年人的運動方案、社區活動和健康促進活動來實現。
4. 提供適應老年人的營養支持：社區應該提供適合老年人的營養支持，以確保他們獲得均衡飲食。這可能包括提供營養評估、營養教育、飲食建議和社交用餐活動等。
5. 支持心理和認知健康：社區應該提供心理和認知健康支持，以幫助老年人維持良好的精神狀態和認知功能。這可以通過提供心理支持服務、認知訓練和社交活動來實現。
6. 整合醫療和社會福利：社區應該促進醫療和社會福利的整合，以確保老年人獲得全面的照護。這包括建立多部門合作機制、信息共享和協調管理，以提供協同照護。
7. 增進老年人的參與和自主性：社區應該鼓勵老年人參與照護計劃的制定和實施，並尊重他們的意見和選擇。老年人應該被視為主動參與者，而不僅僅是接受服務的對象。

在台灣，國民健康署也 109 年 10 月起招募醫療院所投入提供功能評估之專業服務，我們臺中榮總也在 109 至 111 年由急診部及家醫部承接國民健康署提出急診及門診的預防及延緩失能之長者功能評估知能提升計畫，但是在 112 年國民健康署就沒有再繼續提供醫療院所辦理預防及延緩失能之長者功能評估知能提升計畫，補助對象僅限於各地衛生局，我們醫院今年度就拿不到國健署的計畫案了。所以要將世界衛生組織長者整合性照護指引

(Integrated care for older people, ICOPE) 計畫繼續在社區推展，我覺得是相當重要的事情，我

將會繼續追蹤國健署是否會再將預防及延緩失能之長者功能評估知能提升計畫提供給醫療院所承辦外，如何在現有的社區醫療服務計畫中加入 ICOPE 的評估及 介入機制是我們可以做的，我們可以在現有的社區的據點提供社區長者六大功能(認知、行動、營養、視力、聽力及憂鬱)的完整評估，不僅可以提升社區長者的健康識能，也是目前 ESG 可以著墨的地方。我們也可以將評估後有問題需要醫療介入的長者轉介至本院門診，早期找出需要醫療團隊介入協助的長者也可以善盡本院的社會責任，增加本院的醫療服務量。

這次國際老年學暨老年醫學學會亞太區域大會台灣團隊是除了地主日本之外是最多人參與的國家，這次也看到台灣團隊令人振奮的成就，關渡醫院陳亮恭院長對於數位科技的演講，將華碩及桂冠團隊的合作的帶入國際，這次的演講將將台灣的醫療與科技公司及營養公司異業合作的成果帶入國際真的覺得與有榮焉。

四、 建議事項

(至少四項，包括改進作法)

(一) 我們要更加注意數位科技在老年人照護的未來發展:

例如現在我們就有使用遠距醫療諮詢在榮家多重藥物介入：遠距醫療和線上諮詢平台榮家住民可以與總院的醫師進行視訊。這對於行動不便的榮家住民是有益的，可以避免不必要的出行和等待時間，同時確保得到及時的醫療建議。

(二) 加強社區同仁對於整合性照護的了解

目前老年人的醫療照護還停留在疾病的治療模式，以器官分類來治療患者，缺乏將老年人視為完整個體的醫療模式，而且欠缺以功能為導向的完整照護體系。當然在一開始的醫學教育我們就欠缺了這樣的理念教學，在醫院我也會將整合性照護照護的理念推廣給社區醫學科同仁的，加強社區同仁對於整合性照護的了解，不以疾病的篩檢為主要項目，要提升到全人照護的層面。

(三) 在本院社區據點推展世界衛生組織長者整合性照護指引(ICOPE 計畫)

如何在現有的社區醫療服務計畫中加入 ICOPE 的評估及 介入機制是我們可以做的，我們可以在現有的社區的據點提供社區長者六大功能(認知、行動、營養、視力、聽力及憂鬱)的完整評估。我們也可以將評估後有問題需要醫療介入的長者轉介至本院門診，早期找出需要醫療團隊介入協助的長者也可以善盡本院的社會責任，增加本院的醫療服務量。本院現有的社區據點提供社區長者六大功能(認知、行動、營養、視力、聽力及憂鬱)的完整評估

辦理 ICOPE 評估教學及提升社區同仁對於 ICOPE 的評估的熟悉程度

社區醫療服務計畫中加入 ICOPE 的評估及介入機制

(四) 提升社區長者的健康識能，善盡醫院的企業社會責任（ESG）

在社區中提升社區長者的健康識能，我們可以提供一系列的措施，來提高長者對健康議題的認識和知識水平，並提供相關資源和支援

1. 健康教育計畫：建立定期的健康教育活動，邀請醫院的醫護人員到社區中進行講座，向長者介紹常見的健康問題、預防措施、生活方式等相關主題。
2. 宣傳資源：在社區宣傳提供關於常見疾病、疫苗接種、健康飲食、運動等的健康知識和資訊，使長者能夠自主學習和查閱相關資源。
3. 健康檢測和篩檢：舉辦定期的健康檢測活動，例如血壓測量、血糖檢測等，幫助長者及早發現潛在健康問題，並提供必要的跟進與指導。

五、 附錄

林鉅勝醫師參與 2023 年國際老年學暨老年醫學學會亞太區域大會相關照片

 <p>IAGG Asia/Oceania Regional Congress 2023</p> <p>Certificate of Attendance ID 01028</p> <p>This is to certify that</p> <p><u>chu sheng LIN</u></p> <p>has participated in the IAGG Asia/Oceania Regional Congress 2023 (IAGG-AOR2023) held in Yokohama, Japan from 12 to 14 June 2023.</p> <p><i>Kenji ToBA</i> TOBA, Kenji Chair of the IAGG-AOR2023</p>	 <p>Dr. Lin Juesheng is standing in front of a poster presentation board at the IAGG Asia/Oceania Regional Congress 2023. The board displays several posters, including one titled 'P02-43-879' and another titled 'P02-42-878'. Dr. Lin is wearing a dark suit and glasses.</p>
<p>林鉅勝醫師參加 IAGG 證明</p>	<p>林鉅勝醫師 IAGG 海報發表照</p>



台灣團隊與大會主席 Prof. Toba Kenj 合照

IAGG Asia/Oceania Regional Congress 2023

Luncheon Seminar 10

Smart Technology for Healthy Longevity:
intelligent Healthy Aging and
Rejuvenation Platform (iHARP)

Chair : Hidenori Arai (National Center for Geriatrics
and Gerontology)

Speaker : Liang-Kung Chen (National Yang Ming Chiao
Tung University)

聆聽關渡醫院陳院長演講

UN Decade of Healthy Ageing (2021-2030)
Integrated care for older people

Yuka Sumi
Acting unit head
Medical Officer, Ageing and Health (AAH)
Department of Maternal, Newborn, Child &
Adolescent Health and Ageing, WHO

World Health Organization

ICOPE
INTEGRATED CARE FOR OLDER PEOPLE

聆聽日本教授 SUMI Yuka 演講

WHO ICOPE screening tool

Priority conditions associated with declines in functional capacity	Tools	Assess fully if any present in each domain
COGNITIVE DECLINE	1. Remember three words: Repeat above list (for example) 2. Do remember in time and space what is the full date today? What is the day, the month, the year, the day? 3. Repeat the three words?	<input type="radio"/> Nothing to enter <input type="radio"/> Not done or done <input type="radio"/> Cannot recall all three words
LIMITED MOBILITY	Can rise from floor from chair feet without using arms, and the person complete the chair rise within 18 seconds?	<input type="radio"/> No
MALNUTRITION	1. Weight loss: Have you unintentionally lost more than 3 kg over the last three months? 2. Appetite loss: Have you experienced loss of appetite?	<input type="radio"/> Yes <input type="radio"/> No
VISUAL IMPAIRMENT	Do you have any problems with your eyes, difficulties in seeing or reading, not wearing or currently under medical treatment or a diabetes, high blood pressure?	<input type="radio"/> Yes
HEARING LOSS	Have you ever been given (and/or screening) audiology result of 25 dB or worse ear? Have you ever had any hearing aid or hearing device?	<input type="radio"/> No
DEPRESSIVE SYMPTOMS	Over the past two weeks, have you been bothered by: - feeling down, depressed or hopeless? - little interest or pleasure in doing things?	<input type="radio"/> Yes <input type="radio"/> No

World Health Organization

使用 ICOPE 評估社區長者六大功能