

苗栗縣政府衛生局新聞稿

響應 2026 國際失智症月

「智愛守護 從食開始」 共同打造失智友善苗栗

發稿日期:中華民國 115 年 9 月日

發稿單位:保健科

聯絡人及電話:廖秀慧科長 037-558550

每年 9 月為「國際失智症月」，失智症不僅影響個人健康，更深深牽動無數家庭照顧與社區支持。苗栗縣政府衛生局特別強調，失智症並非正常老化現象，發病年齡不限於高齡者，唯有提升大眾對失智症的正確認識，做到「**及早發現、及早診斷、早連結相關資源**」，才能讓失智者與家屬獲得更適切的支持與照顧。

今年國際失智症月以「**及早準備**」為核心，並以「The Earlier You Know, The More You Can Do: A Dementia Diagnosis Matters.」國際呼籲民眾從平時就開始關心認知健康，透過規律運動、均衡飲食、維持社交互動、培養多元興趣並積極控制三高等慢性疾病，降低失智風險；若家中長輩出現記憶力明顯下降、重複詢問、時間地點產生混淆等警訊，應提高警覺。民眾可利用 **AD-8 極早期失智症篩檢量表** 進行初步評估，並及早尋求專業協助。

根據衛生福利部統計，台灣 65 歲以上長者失智症盛行率約 7.99%，依此推估，苗栗縣約有近 8,600 名長者可能罹患失智症，顯示失智症防治已成為高齡社會的重要公共衛生課題。為營造失智友善環境，苗栗縣**已成功建置 33 處失智友善社區**，累計招募超過 12,034 名失智友善天使及近 704 個失智友善組織，同時，更結合各鄉鎮市在地特色，持續辦理健康促進與失智識能宣導活動，逐步化解失智症污名與歧視，凝聚在地包容力量。

為響應 2026 國際失智症月，苗栗縣政府衛生局將於 115 年 9 月 29 日（星期二）上午 10 時，在萬家福量販苗栗店辦理「**失智症宣導活動**」，透過互動體驗及營養健智飲食打下健康基石，邀請民眾在輕鬆參與的過程中認識失智症，並從日常飲食與生活習慣開始建立護腦觀念。[活動詳見下方簡章]

衛生局呼籲，面對失智症，多一分認識、多一分理解，也就多一分準備。從自己、家庭到社區共同響應「**及早認識、及早行動、及早準備**」，讓失智者及其家庭在熟悉的環境中持續安心生活，共同打造更友善、更有支持力的苗栗。