

☐PBL 課程 ☐通識課程 ☒創新創業課程
☐程式設計課程 ☐教師社群

「高齡創新照護-銀髮族安心食講座」 成果報告



執行學校：慈濟學校財團法人慈濟科技大學

活動名稱：高齡創新照護-銀髮族安心食講座

主辦人：陳育嫻

協辦人員：張喬婷

繳交日期：106/11/20

活動性質：講座

活動時間：106年11月02日(星期四) 13:30~15:30

活動地點：慈濟科技大學(C404 教室)

一、活動計畫

一、主辦單位：慈濟科技大學護理系

二、參加對象：學生

三、日期：106/11/02

四、地點：慈濟科技大學(C404 教室)

五、活動名稱：高齡創新照護-銀髮族安心食講座

六、活動目的：因應高齡社會趨勢，高齡長者因口腔、退化或疾病因素，需要不同營養、熱量或者食物性狀不同的需求。本講座邀請門諾醫院壽豐分院營養師來分享高齡長者飲食的專業知識與照護技巧，透過照護來避免慢性病並且增加自我照顧能力，提升學生長者照護知識與技能。主題有下列三項：

1 銀髮族養生餐

2. 特殊疾病養生餐（三高、特殊疾病…）

3. 失能者個別性食物製作 吞嚥困難、管灌飲食

七、活動議程：

【高齡創新照護-銀髮族安心食講座】 日期：106 年 11 月 02 日（星期四）		
時間	主題	主持人／主講人
13：20-13：30	報到	
13：30-15：20	銀髮族安心食講座	陳育嫻 / 張喬婷
15：20-15：30	討論	
	活動結束	

二、 活動紀要

主辦學校：慈濟科技大學
舉辦時間：106 年 11 月 02 日
舉辦地點：慈濟科技大學(C404 教室)
活動名稱：高齡創新照護-銀髮族安心食講座

聯絡人：陳育嫻
聯絡電話：03- 857 2158 轉 2441

活動紀要：現今高齡化的社會中長者們的健康狀況受為關注，飲食是生活中不可或缺的一部分，藉由課程需求邀請到門諾壽豐分院張喬婷營養師來為同學們介紹銀髮族飲食注意事項，達到身體營養所需。以簡報的方式來講述銀髮族營養需求、飲食原則、種類等等，注意長者的慢性疾病並規畫適當的飲食控制，以達到二級預防動作，增加長者生活品質，控制病情並減低醫療的負擔。面對失能的長者又該如何補充營養等在課程中都有進一步的說明。長者因年齡增長口腔肌肉咀嚼、吞嚥功能日益減退或因疾病關係導致食慾下降等，容易造成營養攝取不足導致健康亮起紅燈，需注意營養狀況，透過講解的過程讓學生更熟悉長者們的營養狀況，飲食上該如何配合，進而提升照護長者知識與技能。

三、 活動照片

講師說明銀髮族飲食原則



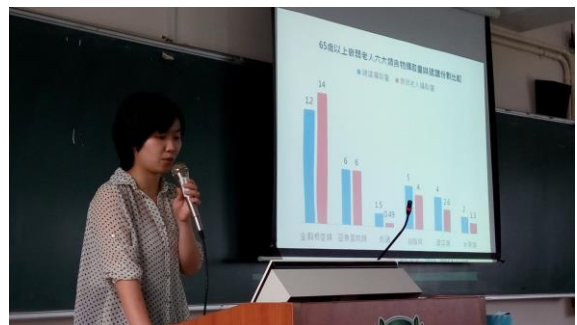
學生們專心聆聽課程內容



講師說明疾病(痛風)飲食原則



講解銀髮族攝取營養指標



講師講解蛋白質來源



學生們認真的聆聽

