



中醫失智食療

失智照護營養師專業課程

林舜毅 中醫師

台北市聯合醫院仁愛院區



失智特別門診

台北市失智專業人員照護 講師
失智臨床學會 優良學術論文獎

中英文論文 55 SCI論文14
總引用數 102 H-index 6

中醫師全國聯合會	優秀論文獎
中醫師全國聯合會	特殊傑出論文
台北市中醫師公會	優良著作獎
台北國際中醫論壇	壁報首獎



1. 吞嚥困難。

2. 食慾不振。

3. 食療建議。



失智病人不想吃東西
中醫有甚麼治療方法？

食慾不振

- 1.34%失智患者有食慾不振的症狀。
- 2.導致體重減輕、虛弱無力、活動力差。
- 3.食慾降低在失智症確診前就可能出現。
- 4.精神和行為症狀會讓食慾更加低落。

抑肝散 加陳皮 半夏方

鉤藤 柴胡 紓解情緒

當歸 川芎 活血行氣

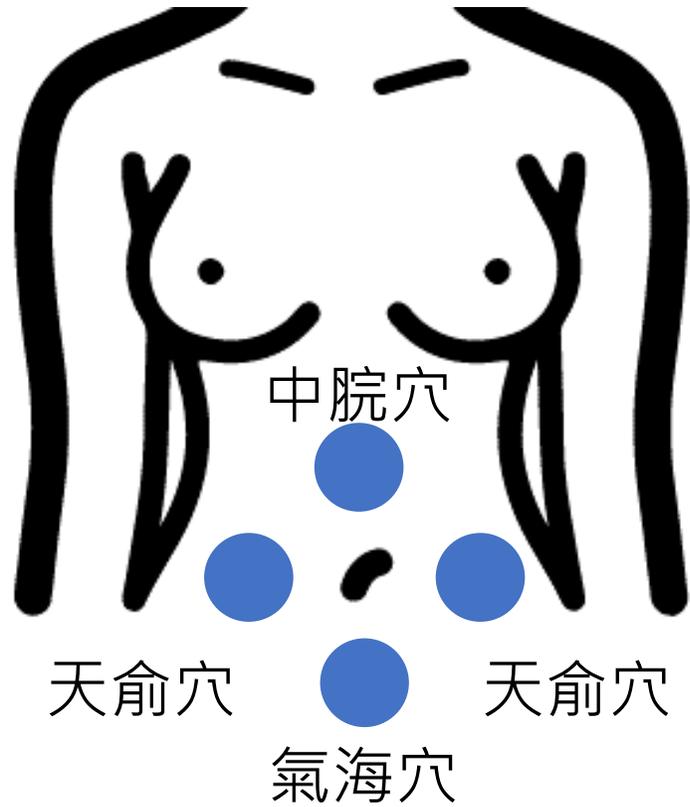
茯苓 白朮 甘草 補養脾胃

陳皮 半夏 順氣和中

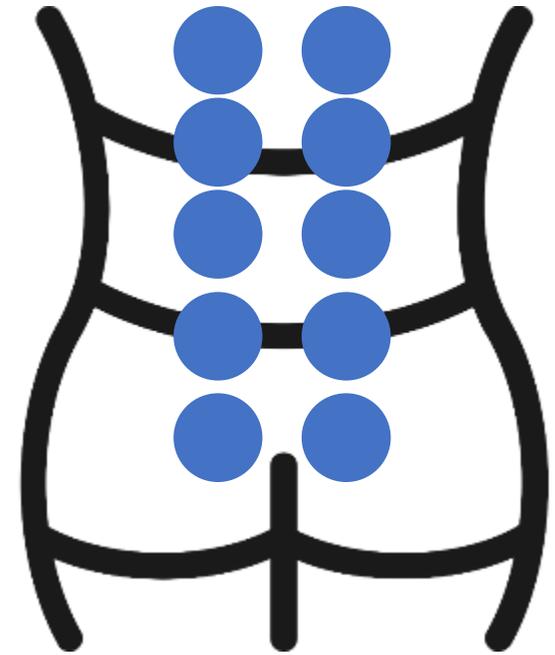
抑肝散 加陳皮 半夏方

1. 增加體重，預防消瘦虛弱。
2. 緩解情緒，減少精神症狀。
3. 改善消化功能，減輕腸胃症狀。

拔罐



消化排便困難
食慾不佳日漸消瘦



背部疼痛退化
不願活動腰酸背痛

食慾

生脈
散方

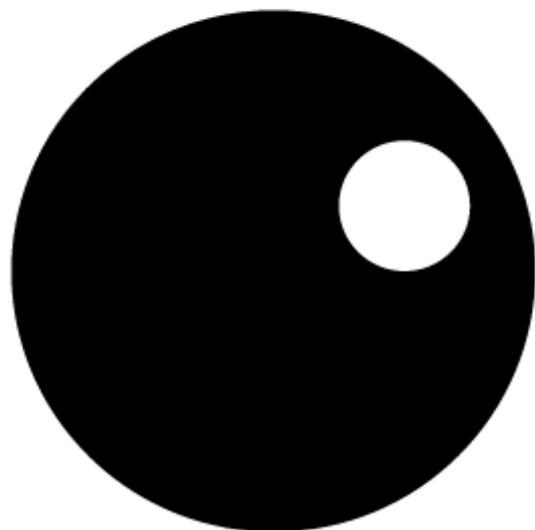
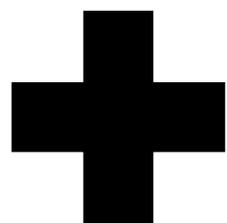
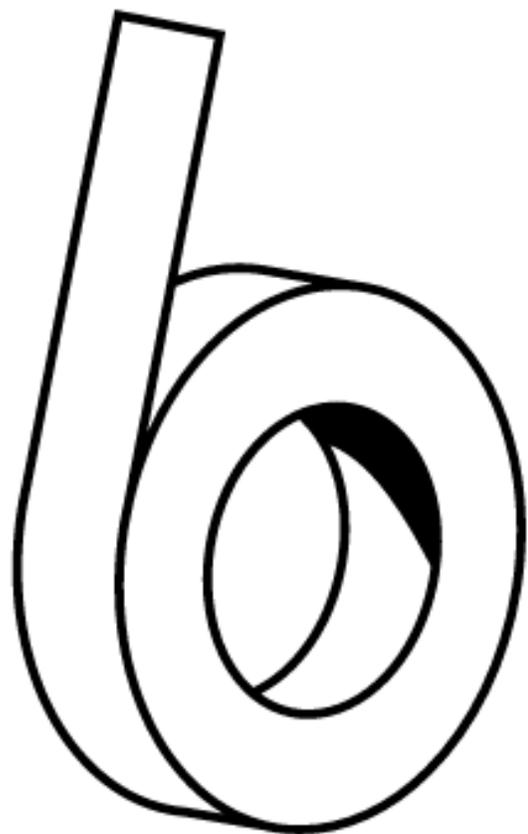
2-3次多泡水喝

不想喝水黏膜乾
加重煩躁混亂情形

寬心
飲方

1-2次早上三餐飯前

食慾不振吸收少
常見合併營養不良

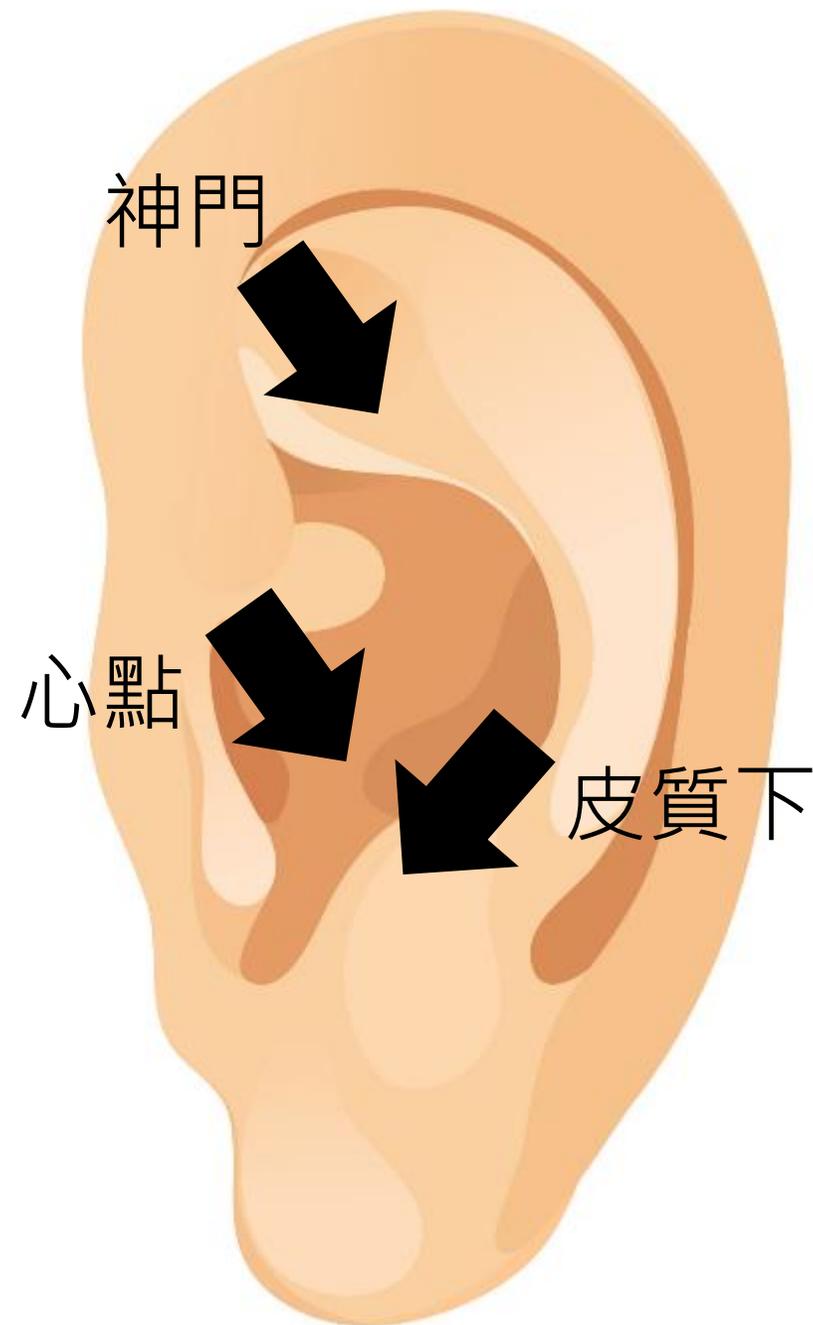


膠布固定

2週更換一次
檢查有無壓瘡

磁珠敷貼

提升治療意願
應對拒絕病人





失智病人不想吃東西
我可以推薦甚麼食療？

藥食同源

公告「可同時提供食品使用之中藥材」品項，自中華民國107年2月22日生效。

- 資料來源：中醫藥司
- 建檔日期：107-02-14
- 更新時間：107-02-14

發文日期：107年2月13日

發文字號：衛部中字第1071860124號

附件：如文

主旨：公告「可同時提供食品使用之中藥材」品項如附件，自中華民國一百零七年二月二十二日生效；行政院衛生署八十九年七月十五日衛署中會字第八九〇四〇一一九號、九十二年八月七日署授藥字第〇九二〇〇〇一五三四號、九十三年二月十日署授藥字第〇九三〇〇〇〇五四五號、九十五年三月二十四日署授藥字第〇九五〇〇〇〇八九五號、九十七年十一月二十四日署授藥字第〇九七〇〇〇三六九一號及一百零一年四月二十六日署授藥字第一〇一〇〇〇一六七〇號等六號公告，自同日停止適用。



山藥

1. 《本草綱目》「健脾胃，止泄痢。」
2. 失智中後期脾胃虛弱，進食量減少。
3. 身體倦怠無力，大便稀軟溏瀉。
4. 嚴重者中醫加用複方參苓白朮散。



生薑

1. 《本草備要》行陽分而祛寒發表，暢胃口而開痰下食。
2. 溫胃散寒提振食慾，抑制噁心嘔吐。
3. 薑辣素促進消化液分泌與鎮痛。
4. 胃酸過多胸口灼熱不宜食用。



八角茴香

1. 《本草綱目》「大茴辛熱暖丹田，開胃下食，調中止嘔。」
2. 散寒止痛，治療腹部脹痛觸診冰涼。
3. 作為調味料促進食慾。



龍眼肉

1. 《神農本草經》：「主安志，厭食，久服強魂魄，聰明。」
2. 老弱體衰心悸、失眠、健忘等。
3. 龍眼肉能補益心脾，養血安神。
4. 性質平和接受度高的滋補良藥。
5. 嚴重者中醫加用複方歸脾湯。



烏梅

1. 《本草綱目》「斂肺澀腸，止久嗽瀉痢，反胃嗝膈。」
2. 澀腸止腹瀉，味酸具生津止渴之功。
3. 和胃止嘔，減少口中異味與噁心感。
4. 便秘患者，腸胃實熱積滯不宜服。

芡實

1. 《本草求真》「味甘補脾而使泄瀉腹痛可治；味澀固腎，而使遺帶小便不禁皆愈」
2. 健脾胃除濕邪，收澀腸道**止腹瀉**。
3. 收澀小便，減少遺尿與**夜間頻尿**。
4. 減少婦科**白帶**異常分泌物。

石斛



1. 《本草綱目拾遺》：「清胃除虛熱，生津已勞損。」
2. 暑熱傷津，低熱煩渴，口燥咽乾，黏膜乾燥。
3. 胃部灼熱悶痛或灼痛，胃黏膜萎縮，食少嘔逆。



百合

1. 《本草綱目拾遺》清痰火，補虛損
2. 潤燥止咳，頻頻乾咳，咽喉乾燥。
3. 呼吸道黏膜乾澀，常感覺須清喉嚨。
4. 清心安神，輔助改善燥熱難眠。

椰子油？



薑黃？





失智病人吞嚥困難 中醫有甚麼治療方法？

瓊瑤悲痛翻臉繼子女 爆粗口「都因為他X的鼻胃管」

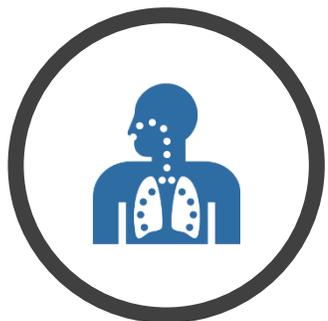




進食有困難

八成末期患者有重要的死亡原因

Mitchell SL., et al., The clinical course of advanced dementia. N Engl J Med. 2009 Oct 15;361(16):1529-38. doi: 10.1056/NEJMoa0902234.



半夏厚朴湯

維持自行進食量
增加吞嚥的功能

Iwasaki K., et al., A pilot study of banxia houpu tang, a traditional Chinese medicine, for reducing pneumonia risk in older adults with dementia. J Am Geriatr Soc. 2007 Dec;55(12):2035-40.



針灸廉泉穴

促進吞嚥順暢度
防止噎咳和失語

Xia W, Zheng C, Zhu S, Tang Z. Does the addition of specific acupuncture to standard swallowing training improve outcomes in patients with dysphagia after stroke? a randomized controlled trial. Clin Rehabil. 2016 Mar;30(3):237-46. doi: 10.1177/0269215515578698. Epub 2015 Mar 26.

台灣失智症患者 (n=9438)

1997-2003 精神/神經醫師診斷 接受西醫治療

接受中醫治療
4094位(43.4%)

單純西醫治療
5344(56.6%)

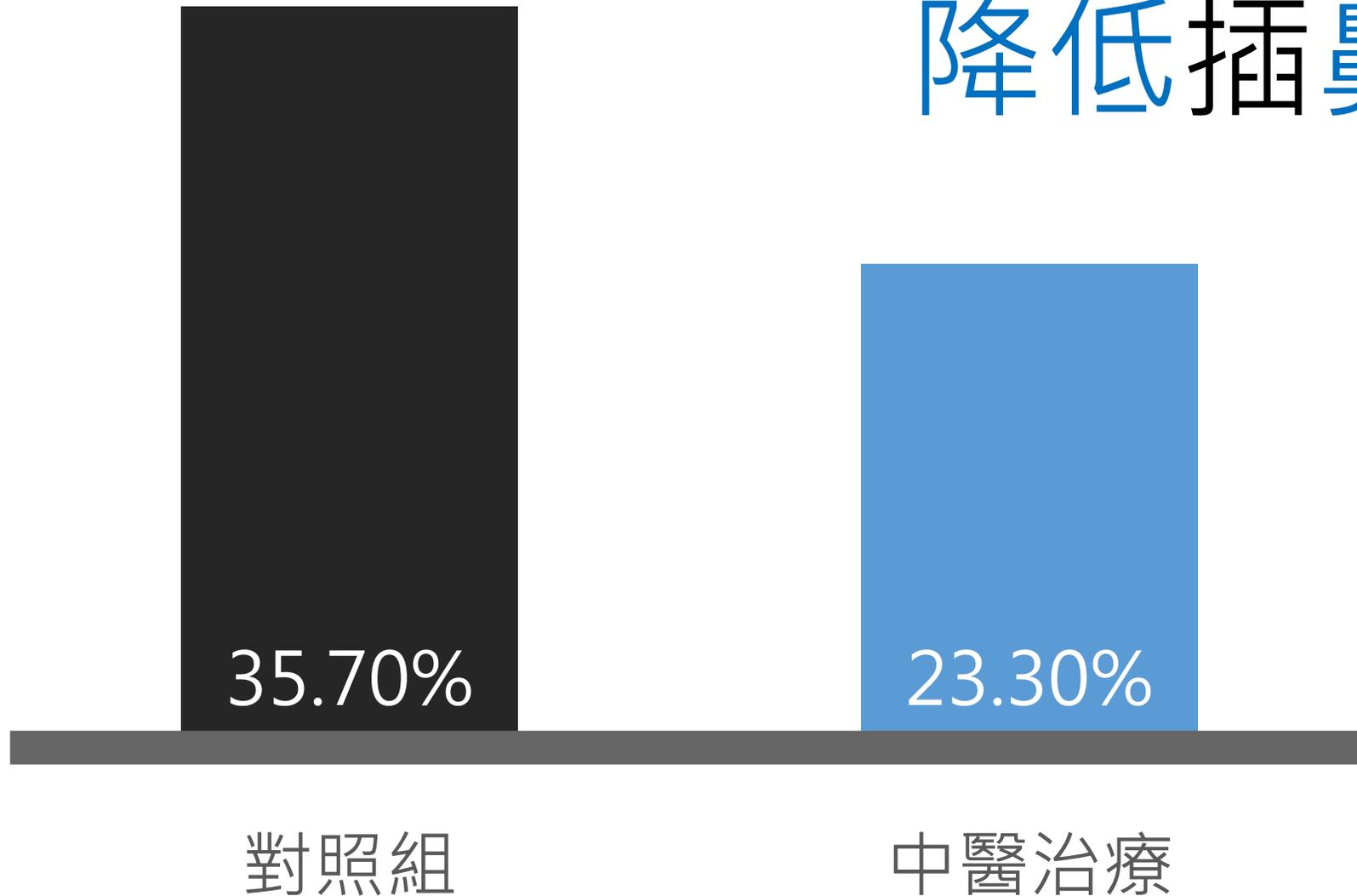
接受中醫治療
873人

單純西醫治療
3492人

Propensity score
matching

持續追蹤12年(1997-2009) 測量無法自行進食風險

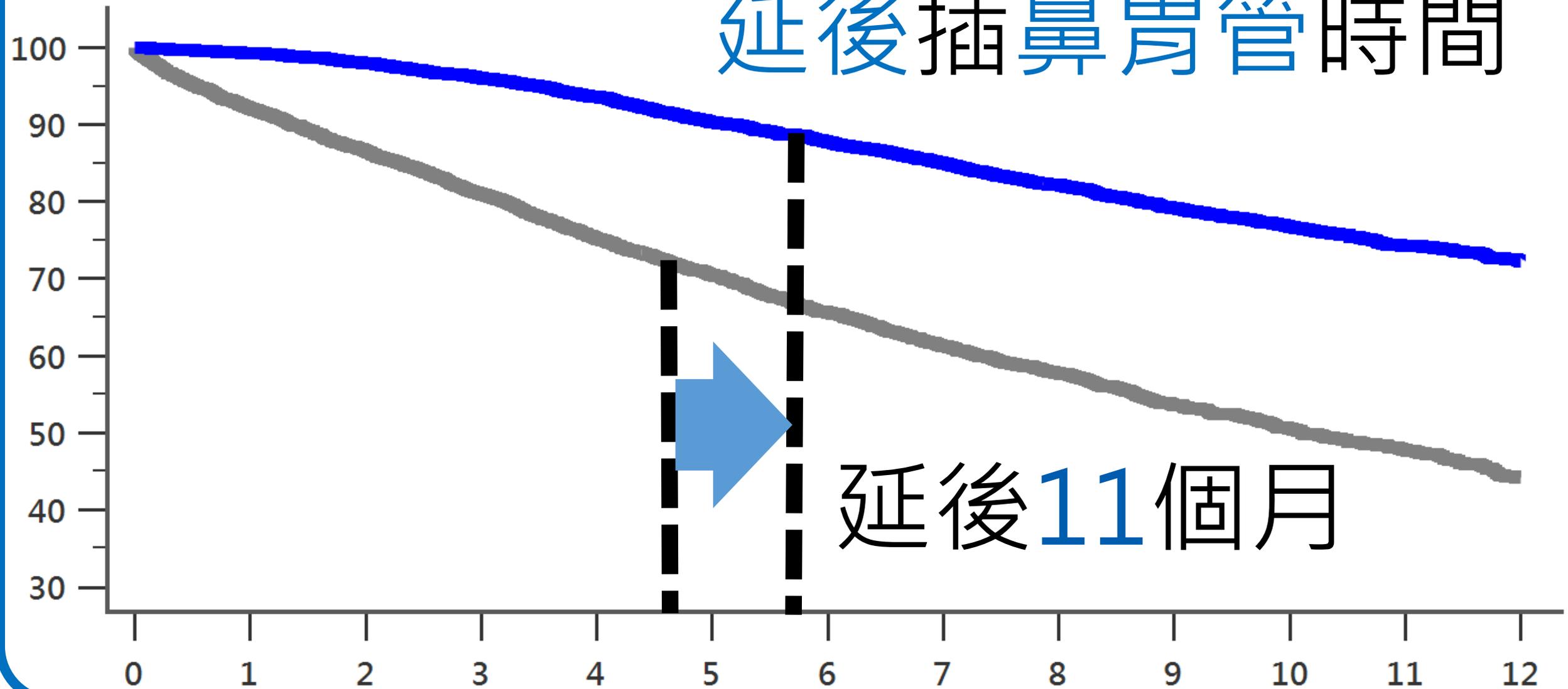
中醫維持進食能力 降低插鼻胃管比例



9438位新診斷的失智患者
經過12年的連續追蹤

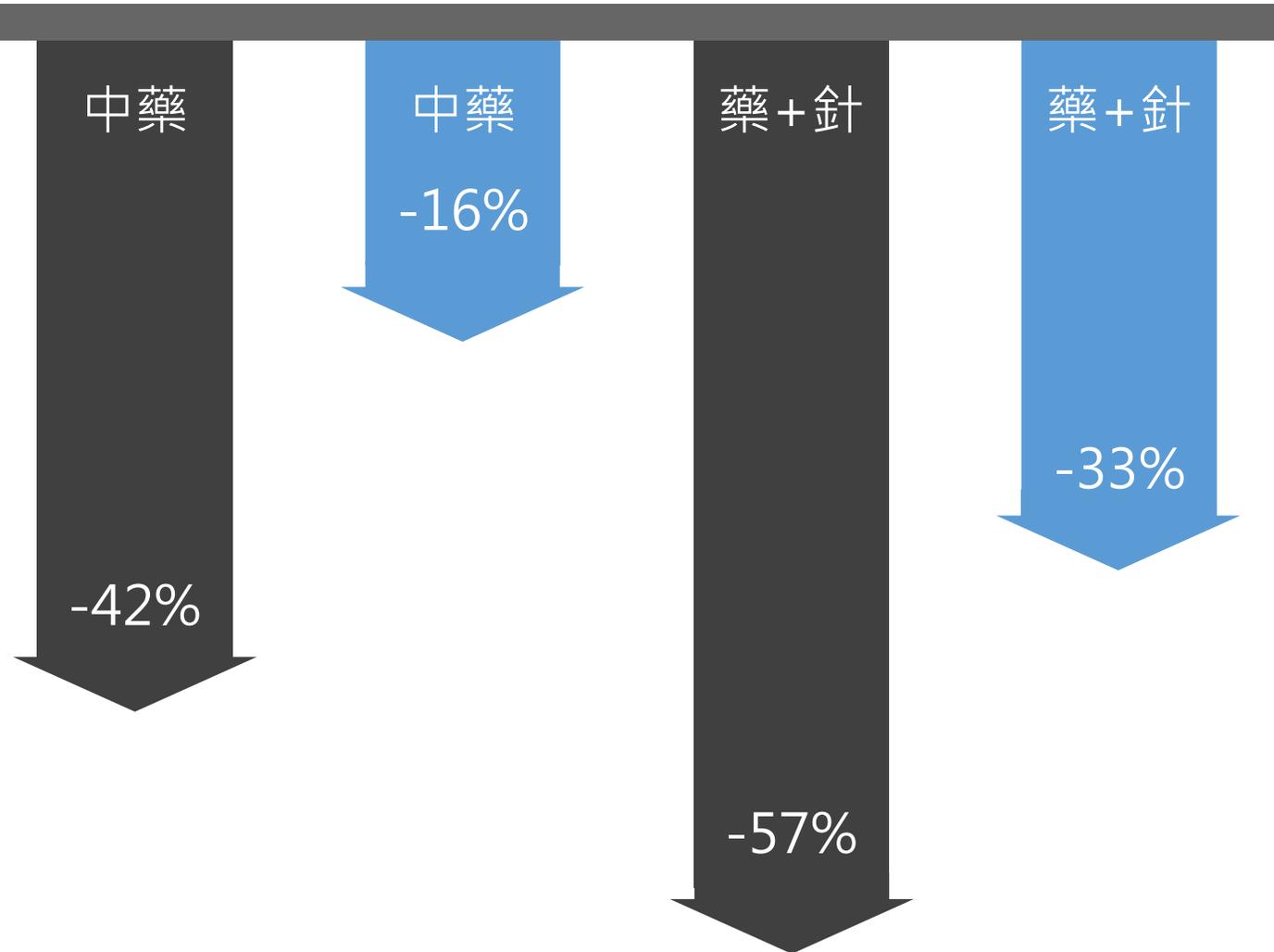
4094位接受中醫治療
僅有953位(23.3%)
喪失自行進食能力
需要鼻胃管灌食

中醫維持進食能力 延後插鼻胃管時間



延後11個月

中醫降低無法進食風險



相比於沒有接受中醫治療的患者

接受中藥治療後喪失進食能力的

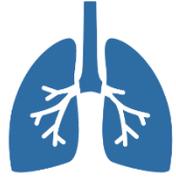
相對風險為0.58(0.49-0.66)

校正不死偏誤 0.84(0.76-0.92)

同時接受中藥與針灸治療的患者

校正風險更降至0.43(0.37-0.51)

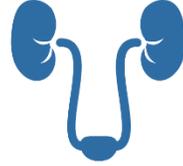
校正不死偏誤 0.67(0.58-0.76)



氣切管

避免肺炎
呼吸通暢

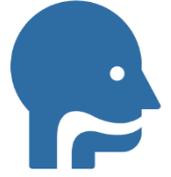
0.62 (0.55-0.70)



導尿管

排尿順暢
避免阻塞

0.58 (0.52-0.66)



鼻胃管

維持進食
營養攝取

0.86 (0.74-0.93)

中醫複方降低無法自行進食風險

中醫方劑

校正後發生風險 (95% CI)

半夏厚朴湯

0.76(0.64-0.88)

理中湯

0.57(0.35-0.74)

參苓白朮散

0.70(0.51-1.03)

香砂六君子湯

0.84(0.62-1.08)

補中益氣湯

0.85(0.49-1.12)

失智症確診 (n=95)

Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders IV

半夏厚朴湯

三餐飯前 每次2.5g

n = 48

隨機分派安慰劑

三餐飯前每次2.5g

n = 47

12個月治療

肺炎發生率

Occurrence of pneumonia

肺炎死亡率

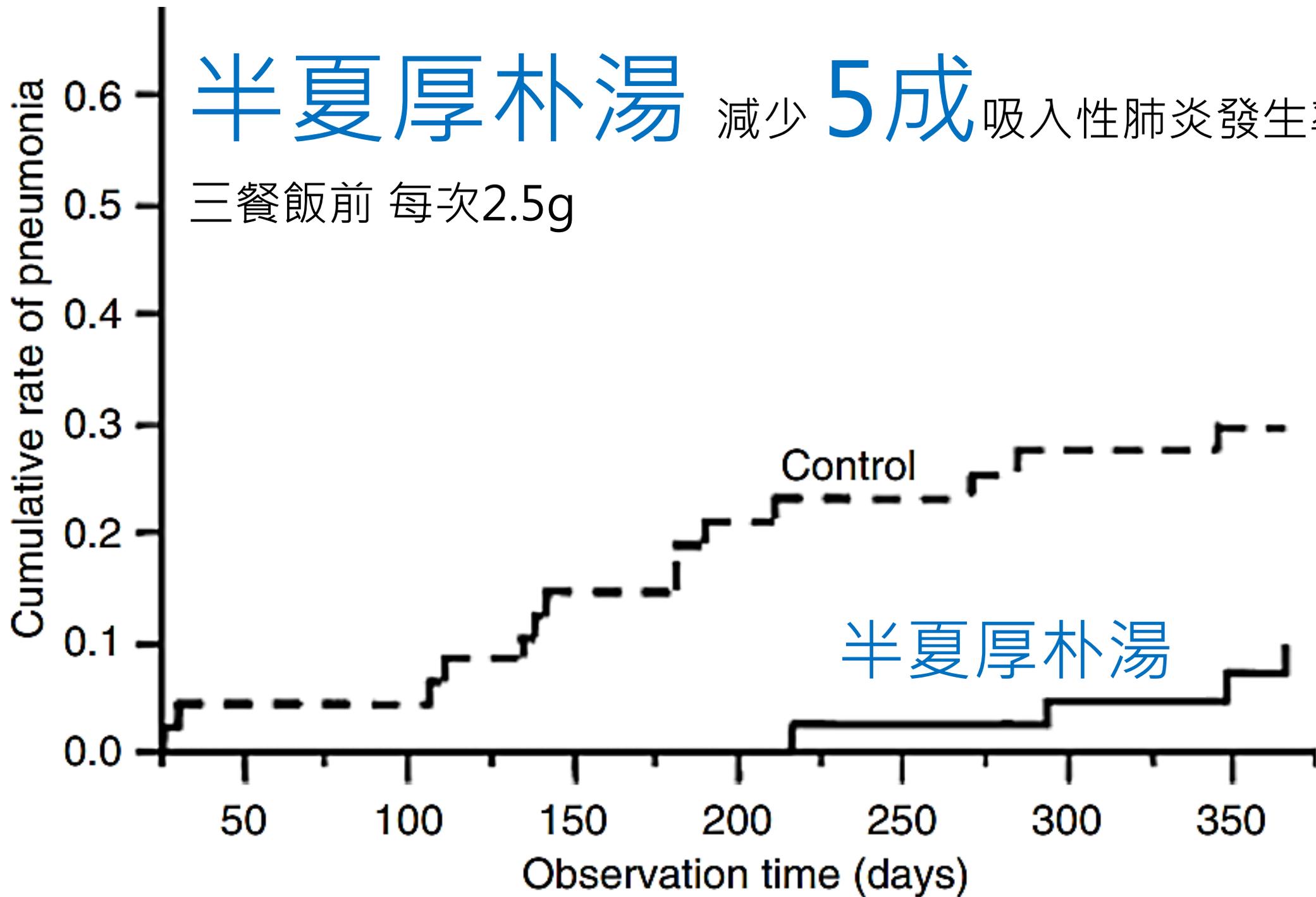
Mortality due to pneumonia

自行進食量

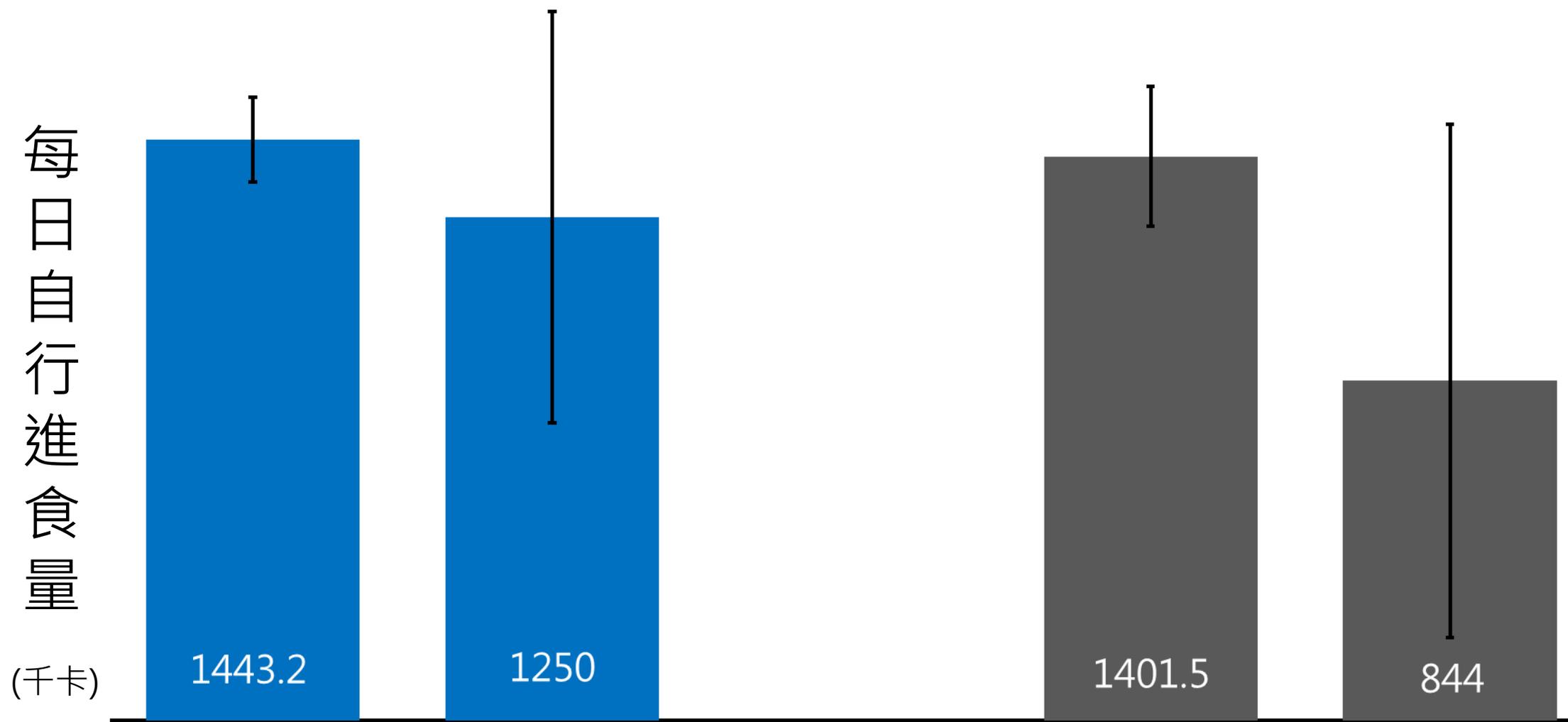
Daily amount of self-feeding

半夏厚朴湯 減少 5成 吸入性肺炎發生率

三餐飯前 每次2.5g



半夏厚朴湯 維持 自行進食量

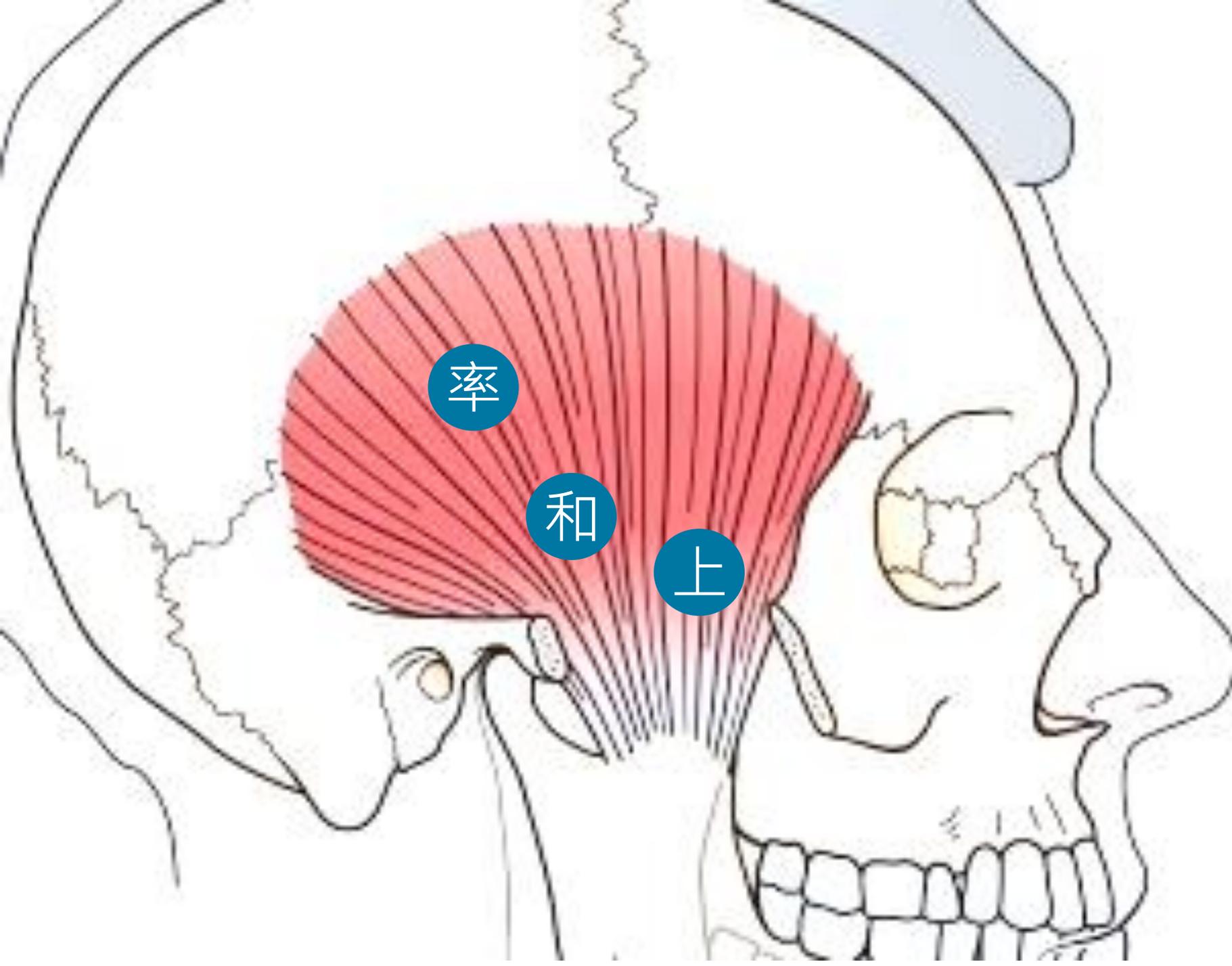


失智病人為何吞嚥不好？

嘴張不開 忘記吃飯

牙咬不下 味覺退化

吞嚥嗆到 口腔乾燥



顳肌

Temporalis

上抬後移

下頷骨

率谷 和髎

上關

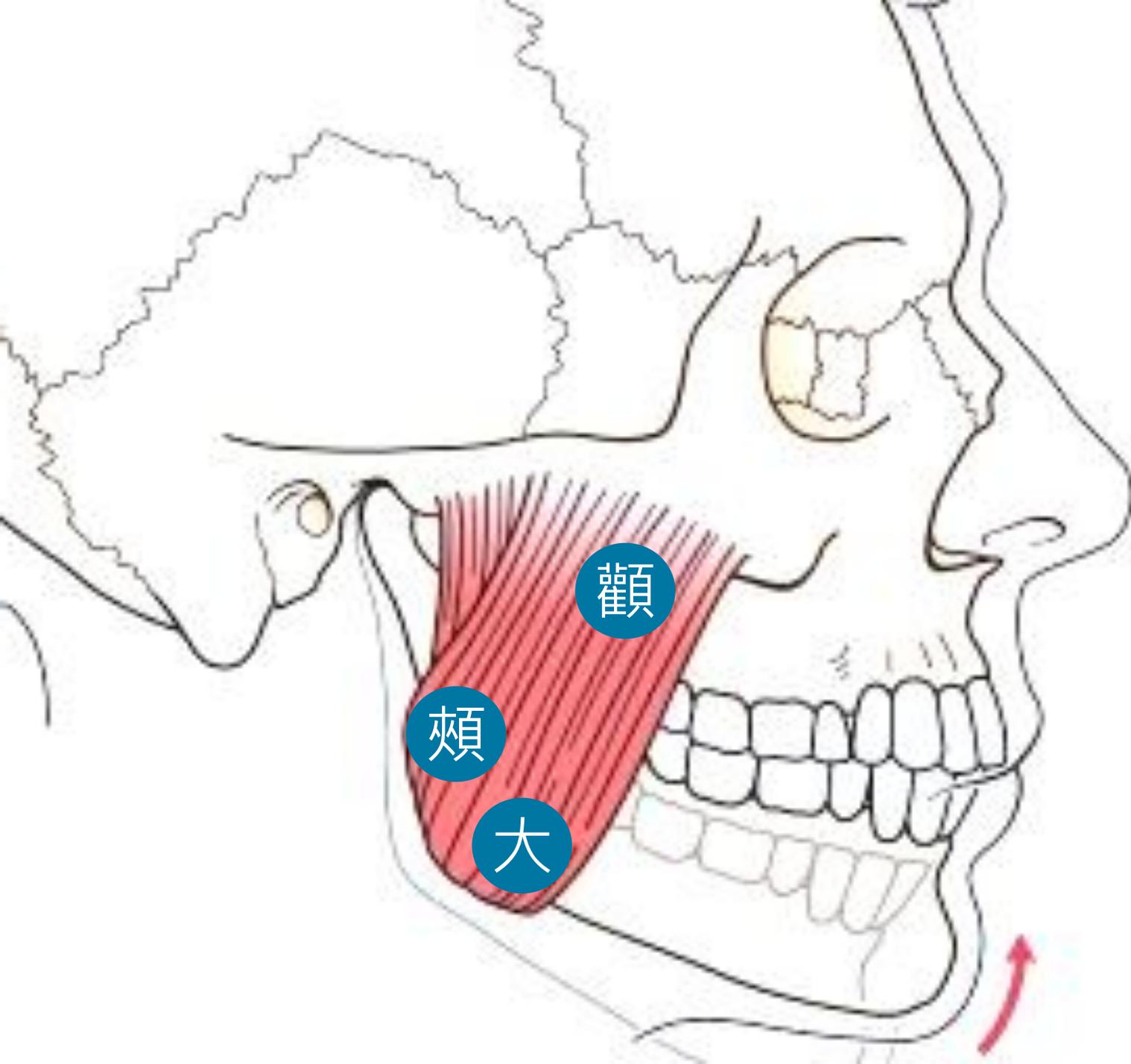
圖片引用自Kaplan AS, Assael LA:
Temporomandibular disorders: diagnosis and
treatment, Philadelphia, 1991, Saunders.)

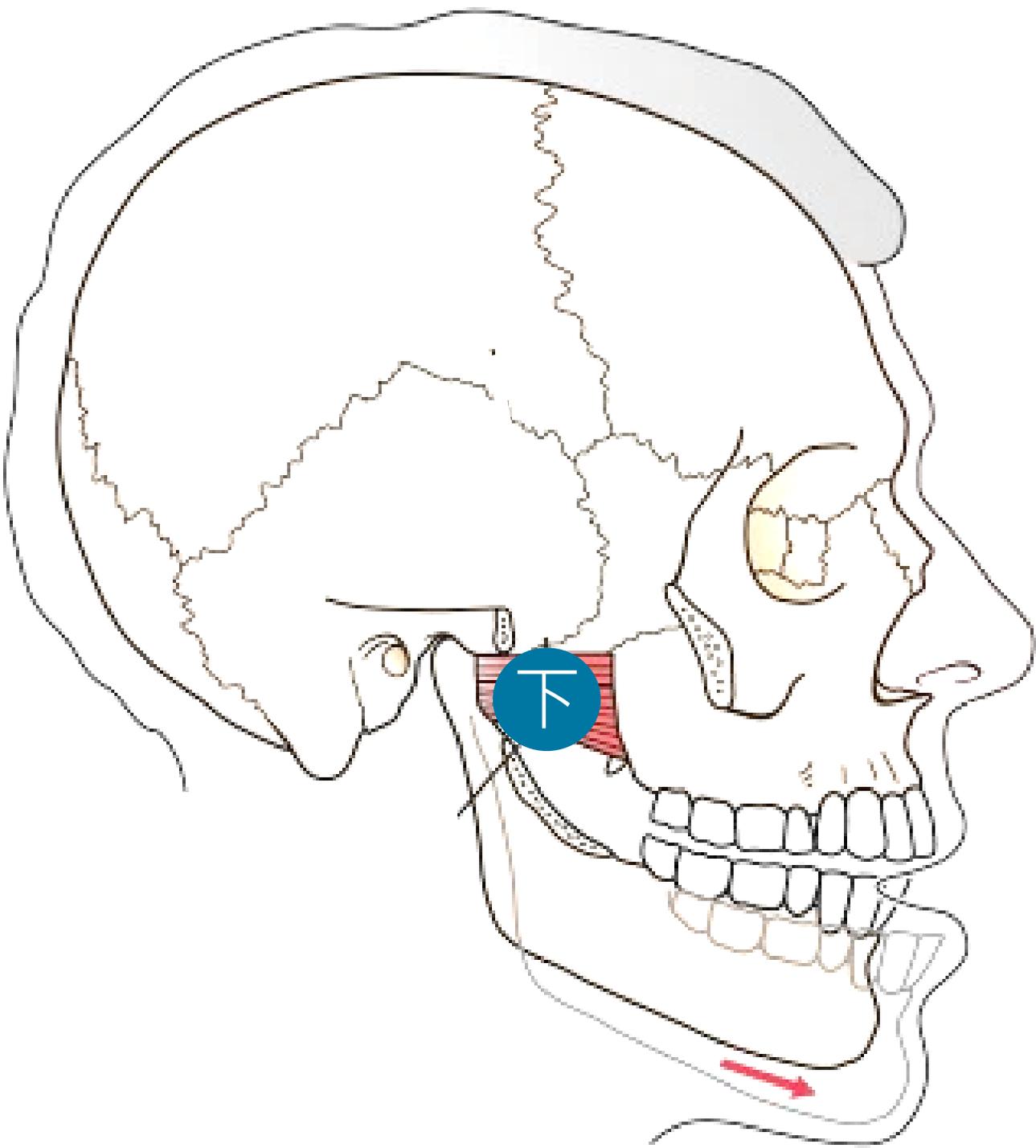
嚼肌

Masseter

上抬下頷骨
閉合緊嘴巴

頤膠 頤車 大迎





外翼肌

Lateral Pterygoid

下壓下頷骨
張大開嘴巴

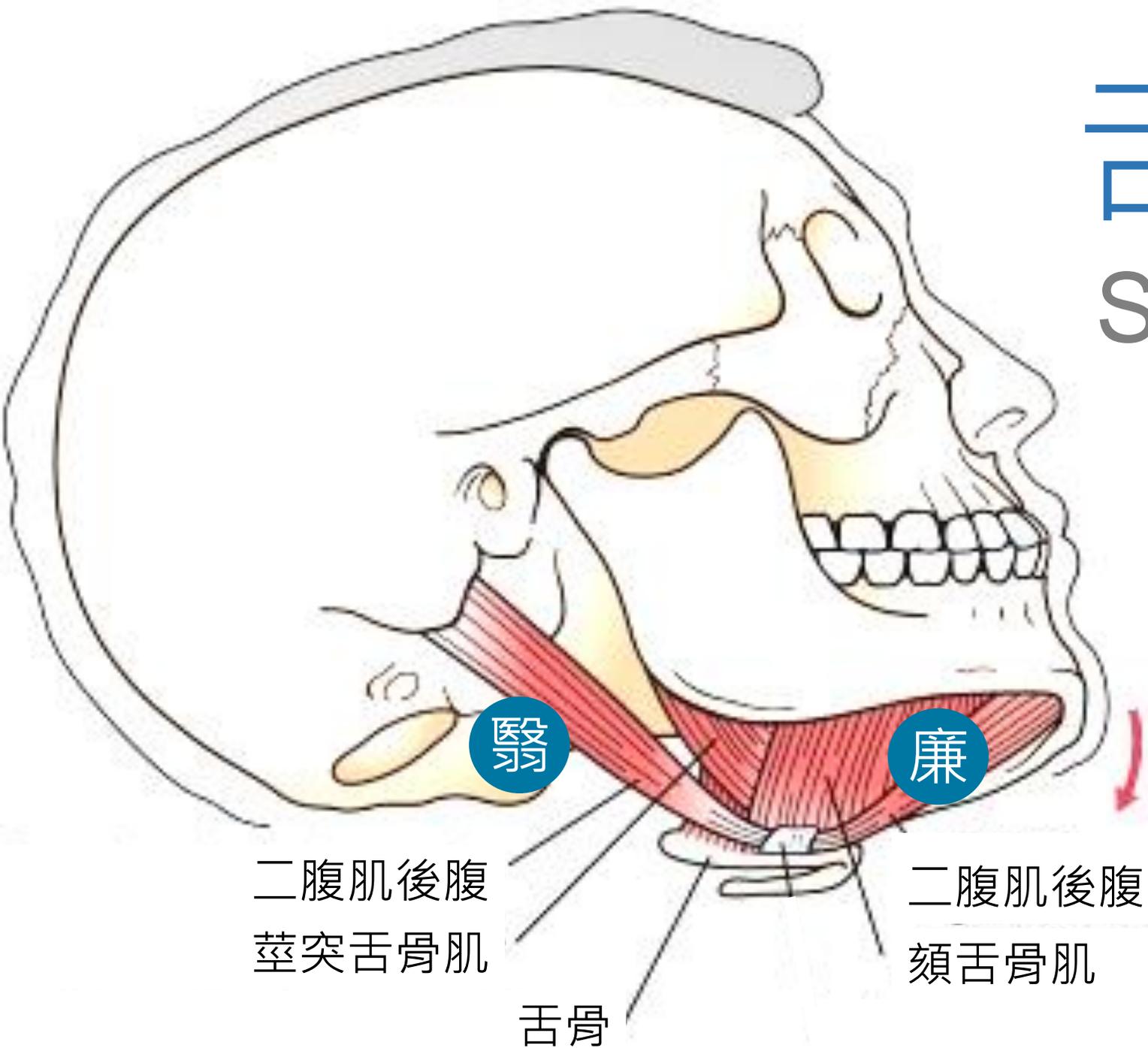
下關

舌骨上肌群

Suprahyoid group

下壓下頷骨
張大開嘴巴

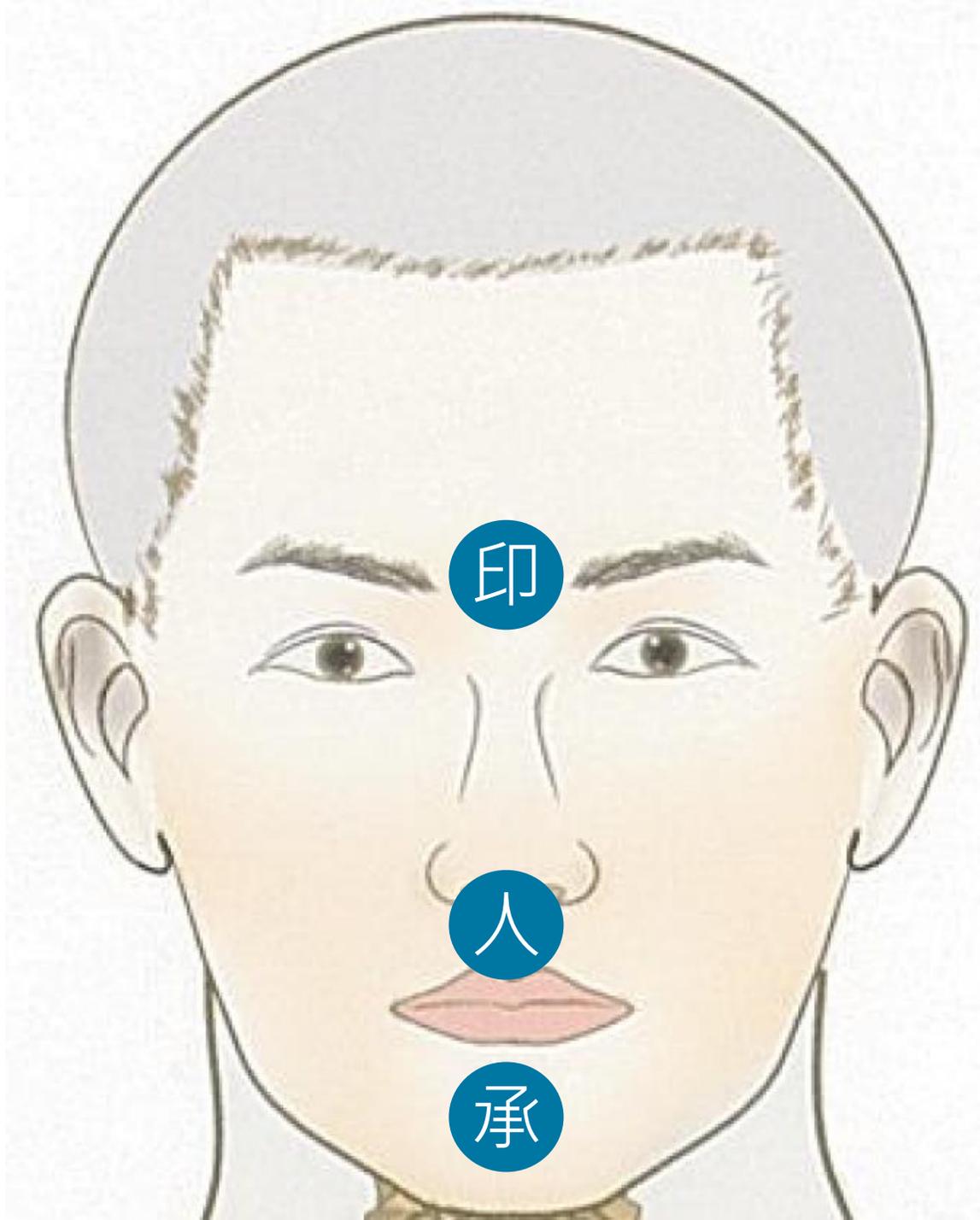
廉泉翳風



任督穴道

振奮精神
醒腦開竅

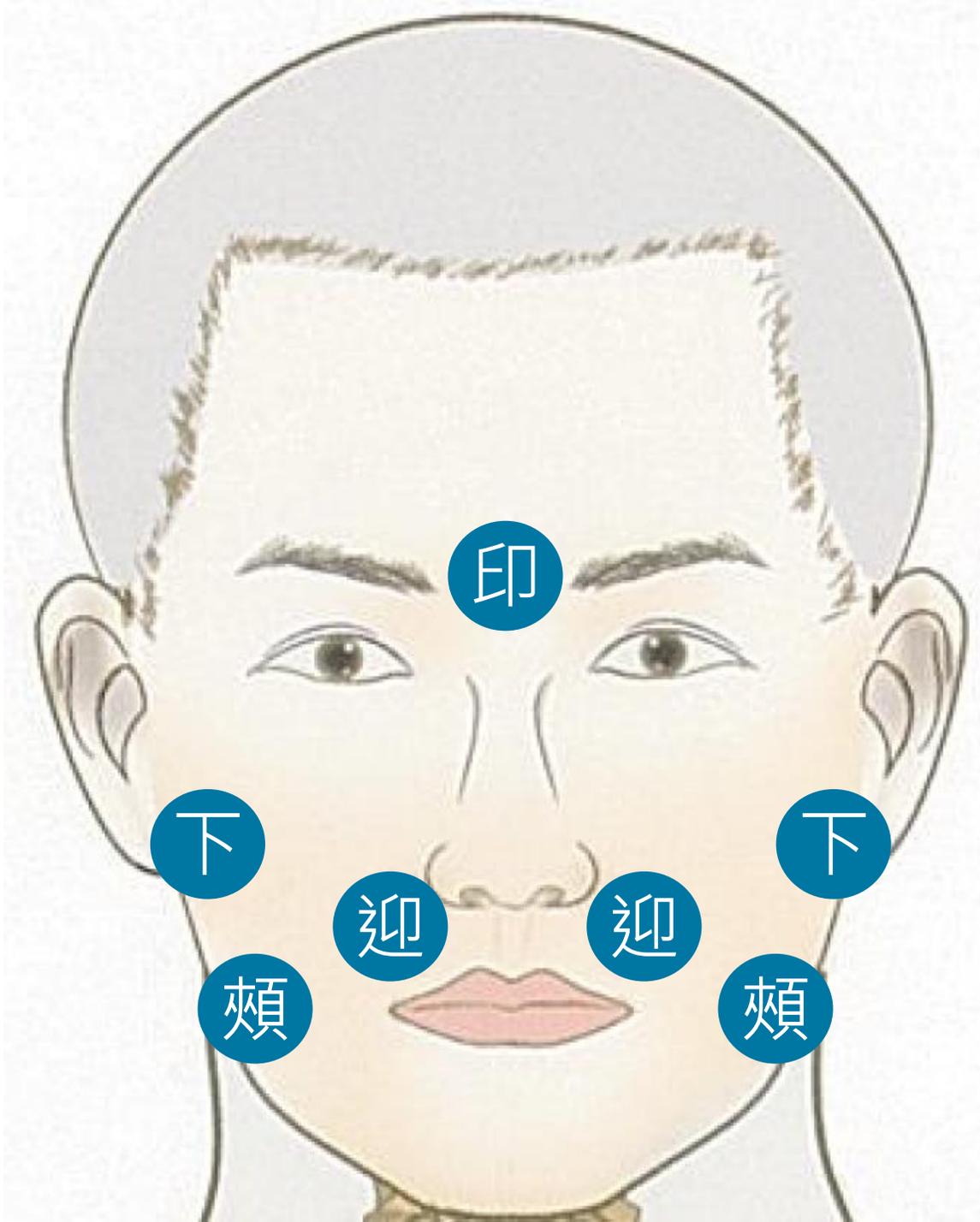
印堂 人中 承漿



味嗅覺退化

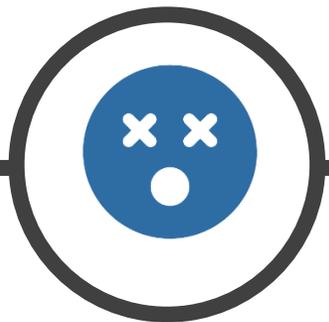
促進食慾和增加飲水

印堂 迎香
下關 頰車





針對失智病人量身訂作
北市聯醫中醫即飲包。



智愛湯

提升認知
緩和情緒



抗憂解鬱

焦慮失眠
情緒失控



寧心安神

情緒憂鬱
精神渙散

智愛湯

鉤藤 平肝清熱

天麻 平抑息風

菊花 助平肝風

龍骨 重鎮安神

遠志

石菖蒲

寧心開竅

平肝息風 補養脾胃
提升認知 緩和情緒

西洋參

甘草 補氣健脾

陳皮 藿香 調理腸胃

抗憂 解鬱

甘草
小麥
大棗

和中緩急

寧神安躁

焦慮失眠 煩躁口乾

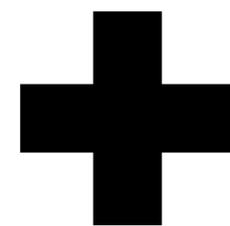
情緒失控 氣陰兩虛

麥門冬
五味子
女貞子

黃耆

補益元氣

滋養陰液



菟絲子

補益肝腎

寧心安神

甘草₂

小麥₂ 和中緩急

大棗₂ 寧神安躁



遠志₂ 寧心開竅



茯苓₃ 補氣健脾

情緒憂鬱 精神渙散
心腎不交 脾胃虛弱

林舜毅 中醫師

台灣失智症臨床醫學會 優良學術論文獎
台北市衛生局失智專業人員培訓 講師
中醫師全國聯合會 特殊傑出論文
台北市中醫師公會 優良學術著作

中英文論文 55 SCI論文14
總引用數 102 H-index 6

