



新北市政府衛生局新聞參考資料

民國 105 年 8 月 9 日星期二

新北市長者免費健檢今年加碼肌耐力檢查

各縣市執行免費長者健康檢查，也要超級比一比。一般項目為血液常規及尿液常規檢查，新北市衛生局年年加碼。衛生局長林奇宏說，今年特別新增最常被忽視的肌耐力評估，找出衰弱前期及衰弱症，可及早降低長者因跌倒而導致嚴重後遺症的風險。凡設籍新北市年滿 65 歲或 55 歲以上原住民，持健保卡和身分證，可就近到衛生所、特約醫療院所預約檢查日期，額滿為止。

衛生局長林奇宏指出，104 年新北市率先在平溪、雙溪、瑞芳、貢寮等四區，進行老年衰弱症盛行概況調查發現，僅 1 成 9 正常、近 5 成屬衰弱前期、1 成 3 屬於衰弱症。也就是說有 6 成以上的長者，處於衰弱症的前期或衰弱期。

臺北榮民總醫院高齡醫學中心陳亮恭主任表示，長者肌少症會造成衰弱，以致容易發生跌倒的意外，輕者造成長、短期行動不便，住院率增高等問題，重者癱臥在床，不僅造成長者生活品質低落，也增加照顧家屬的壓力，所以應培養固定且持續的運動習慣。故新北市今年增加肌耐力評估，結合運動中心醫療院所、衛生所配合後續衛教與運動介入，增加長者的下肢平衡、肌力，降低跌倒的風險。截至 105 年 7 月肌衰症檢測數 15,009 人，異常個案 6,859 人(45.70%)，執行肌耐力介入 1578 人，後測檢驗握力平均可增加 1.29 公斤及步行速度可增加 0.12 公尺/秒。

林奇宏說，老化速度是國人沉重的挑戰。推估臺灣即將在 2018 年邁入高齡社會，加上少子化的衝擊，勢必增加家庭照顧者的負擔。如何讓長輩保持良好的行動能力與日常生活功能，活出健康快樂，是政府施政的當務之急，呼籲新北市長者儘速前往檢查。詳細合約醫療院所請上衛生局網站：<http://www.health.ntpc.gov.tw/好站連結/健康檢查服務專區參考>。

資料詳洽：健康管理科 科長林惠萍 電話：2257-7155 分機 1611