

本集來賓

臺北市衛生局
陳彥元 局長



Podcast Ep.02

意想不到又出乎意料？

想要預防失智,就要先戒掉這些生活習慣!

★你是不是也有這樣的經驗，偶遇多年不見的朋友，卻一時想不起來對方名字，或是明明才提醒自己，轉身出門還是忘記帶鑰匙，這時心裡不禁懷疑：「我該不會失智了吧？」

★臺北市衛生局陳彥元局長分享，從日常生活中預防失智症，提早為自己及家人的老後幸福做準備！

【失智好好生活 Podcast】意想不到又出乎意料？想要預防失智，就要先戒掉這些生活習慣！Ft. 陳彥元局長

🌱 遠離失智，從日常生活的哪些關鍵「小事」做起？

🌱 原來那些我們習以為常的事，也是罹患失智的高風險因子？

🌱 臺北市失智預防到照護，局長親自告訴你有哪資源可以用？

立即聽🔊

🔊 SoundOn: <https://user251766.pse.is/5kwt84>

🔊 Spotify: <https://user251766.pse.is/5kwtab>

🔊 KKBOX: <https://user251766.pse.is/5kwtb8>

🔊 Apple: <https://user251766.pse.is/5kwt96>

元氣網文章：<https://health.udn.com/health/story/123902/775811>