科技加持長照
締造樂齡人生

撰文／孟慶華

全球正面臨人口結構老化的嚴峻挑戰。聯合國估計，至2050年，全世界每6個人當中就有1個人年齡超過65歲，占總人口數的17%，幾乎是現在比重的近2倍，而超過80歲以上的人口，屆時更是現在的3倍！

臺灣則預計在2026年邁入超高齡社會，即65歲以上人口占20%，高齡不可怕，可怕的是不健康。內政部統計，2018年國人平均餘命80.7歲，「需要靠他人照顧」的不健康存活年數為8.8年，臥床平均年數為7.3年。如此龐大的高齡照護壓力，不僅攸關國家政策願景的擘畫，也影響國家競爭力。看好高齡照護需求日增，產學研正積極鎖定健康照護領域的發展，整合AI人工智慧、大數據、物聯網等技術，打造兼具便利實用與人性關懷的智慧長照方案。

工研院串聯全院研發能量，與產業攜手，在創新院區打造「銀髮聚寶盆」智慧照護驗證試驗場域，整合智慧床單、智慧鞋墊、全身步態系統、穿戴型外骨骼機器人、智慧關懷型的PECOLA機器人、隱私保護型熱影像異常偵測系統等跨領域創新技術，針對早衰、失能、失智等不同階段的長者設計一條龍式的照護方案，並解決長照場景中常遇到的長者跌倒、照護人力不足等問題。

結合科技，減輕照護者的負擔、提升照護品質，是縮小照護需求與照護人力缺口的解方。但運用科技，提前預警意外、及早發現疾病徵兆，協助長者維持健康，才是長照治本之道。「銀髮聚寶盆」智慧照護驗證試驗場域中，規劃整合體適能器材、專業醫護人員的「銀髮賦能循環計畫」，長者可以透過自動量測的體適能設備檢測身體數值，掌握身體狀況後，再交由醫生擬定專屬個人的體能訓練方式，並藉由數位運動器材鍛鍊體能，達到提升肌力、增進健康的目的。

邁向老年，是人生必經的歷程，有了科技相助，我們有機會延長健康年限，盡可能縮短失智、失能年數。因應全球老化趨勢，工研院將鎖定健康照護的藍海市場，攜手產業打造全方位的智慧長照方案，將臺灣堅實的科技能量，以及具有溫度的照護服務模式推向國際，成為全球智慧長照與服務的典範。

面對超高齡時代的來臨，我們不僅要活得久，還能活得健康、活得好，引科技為助力，迎向樂齡人生。■