# 朝陽科技大學
# 100學年度第1學期教學大綱

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 當期課號 | 0385 | | | 中文科名 | 健康管理(一) |
| 授課教師 | 施秋娥 | | | 開課單位 | 通識教育中心 |
| 學分數 | 2 | 修課時數 | 2 | 開課班級 | 日間部四年制0年級 5班 |
| 修習別 | 校訂選修 | | | | |
| 類別 | 一般課程 | | | | |

## 本課程培養學生下列知識：

修畢本課程後 1.瞭解現代女性的健康與養生。 2.學習健康與養生技巧後付諸實行。 3.瞭解健康的重要性，主動推廣到家庭及社區。

The purpose of the course include:1.Students know the importance of health then promote that to family and community.2.Student learn health care nursing skill and to practice in their life.

## 每週授課主題

第01週：健康生活概論
第02週：健康促進-1
第03週：健康促進-2
第04週：常見疾病的照護與預防-高血壓
第05週：常見疾病的照護與預防-糖尿病
第06週：常見疾病的照護與預防-冠心病
第07週：常見疾病的照護與預防-癌症
第08週：安寧療護、成功老化
第09週：期中考
第10週：健康人格（一）
第11週：健康人格（二）
第12週：情緒管理
第13週：壓力與健康（一）
第14週：壓力與健康（二）
第15週：常見精神疾病照護（一）
第16週：常見精神疾病照護（二）
第17週：分組報告
第18週：期末考

## 成績及評量方式

期中考：30%
期末考：30%
口頭報告：20%
平時作業及出席及學習態度：20%

## 證照、國家考試及競賽關係

本課程無證照、國家考試及競賽資料。

## 主要教材

2.健康管理(教科書)

## 參考資料

書名：健康管理健康生活型態篇 作者：游淑香 出版年(西元)： 出版社：新頁圖書股份有限公司
書名：健康管理心理健康篇 作者：楊淑玲 出版年(西元)： 出版社：新頁圖書股份有限公司

## 建議先修課程

本課程無建議先修課程

## 教師資料

教師網頁：http://www.cyut.edu.tw/~rh6448/
E-Mail： rh6448@cyut.edu.tw
Office Hour：
分機:3030

尊重智慧財產權，請勿不法影印。