

朝陽科技大學  
101學年度第2學期教學大綱

當期課號	3210	中文科名	銀髮中醫藥養生概論
授課教師	吳坤璋	開課單位	銀髮產業管理系
學分數	2	修課時數	2
修習別	專業選修	開課班級	四年制2年級 A班
類別	一般課程		

本課程與系所培養學生核心能力關聯度	高度關聯	中高關聯	中度關聯	中低關聯	低度關聯
銀髮產業經營管理的能力。			✓		
銀髮產業專業服務的能力。		✓			
專業倫理與職業道德的能力。				✓	
自主學習與終身學習的能力。		✓			
溝通協調與團隊合作的能力。				✓	
國際視野與產業趨勢洞察的能力。			✓		

**本課程培養學生下列知識：**

中醫藥是我國傳統醫藥，因此我國銀髮族在身體老化過程中也常接觸中醫藥的相關醫療與藥物，本課程藉由認識傳統中醫藥的理論與常用中藥的認識，進而運用日常生活中藥食兩用的中草藥於銀髮族養生之應用。

- 1.認識常用藥食兩用之中草藥
- 2.認識中醫藥理論基礎
- 3.擁有養生膳食與產品製作之能力

The objective of this course to study the Chinese medicine in the elderly. In addition, to study the correct knowledge of using Chinese medicine and side effect. Finally, understand the basic general knowledge of using Chinese medicines, and can apply to daily life actually.

**每週授課主題**

- 第01週：銀髮中醫藥養生概論
- 第02週：銀髮中醫藥養生與體質概念
- 第03週：三高中醫藥養生觀念：高血脂(一)
- 第04週：三高中醫藥養生觀念：高血脂(二)
- 第05週：銀髮三高中醫藥養生觀念：高血糖(一)
- 第06週：三高中醫藥養生觀念：高血糖(二)
- 第07週：三高中醫藥養生觀念：高血壓(一)
- 第08週：銀髮三高中醫藥養生觀念：高血壓
- 第09週：期中考
- 第10週：眼睛中醫藥養生
- 第11週：骨質疏鬆症等中醫藥養生(一)
- 第12週：骨質疏鬆症等中醫藥養生(二)
- 第13週：更年期中醫藥養生：女性篇與男性篇(一)
- 第14週：更年期中醫藥養生：女性篇與男性篇(二)
- 第15週：老年精氣神中醫藥養生(一)
- 第16週：老年精氣神中醫藥養生(二)
- 第17週：老年精氣神中醫藥養生(三)
- 第18週：期末考

**成績及評量方式**

平時作業及出席：20%  
期中考：40%  
期末考：40%

**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**

- 1.中國藥材學(上)(教科書)
- 2.中國藥材學(下)(教科書)

### 參考資料

書名：破解男題：男性與家庭的健康權威讀本 作者：王琦、田原 出版年(西元)： 出版社：有鹿文化

### 建議先修課程

1.老人生理學

### 教師資料

教師網頁：無

E-Mail：johnwu0919@gmail.com

Office Hour：

分機：

[\[關閉\]](#) [\[列印\]](#)

尊重智慧財產權，請勿不法影印。