

南台科技大學 103 學年度第 1 學期課程資訊

| | |
|--------|--|
| 課程名稱 | 婦幼保健 |
| 課程編碼 | 1ND01B01 |
| 系所代碼 | 13 |
| 開課班級 | 生命科學類 |
| 開課教師 | 施景中 |
| 學分 | 2.0 |
| 時數 | 2 |
| 上課節次地點 | 五 5 6 教室 T0308 |
| 必選修 | 自選必修 |
| 課程概述 | 婦女與幼兒常見疾病與保健介紹。認知生活作息與身心影響，現代人因為生活的忙碌而無暇顧及自己的健康，讓婦幼擁有健康的身體，才會有活力的人生。 |
| 課程目標 | <p>1.疾病的治療靠醫生，養生保健靠自己，個人的健康狀態自己要關心，愛自己就由注重日常養生保健做起。</p> <p>2.日常生活中只要有均衡的營養、適合的運動、足夠的睡眠、適時的排解身心壓力，才能使身體一直處在最佳狀態。</p> <p>3.增加預防保健的常識，珍惜自己的幸福，注意身心健康，這樣才能享受健康美好的人生。</p> |
| 課程大綱 | <p>1.健康人生觀的建立</p> <p>2.婦科疾病與健康</p> <p>3.情緒管理與壓力調適</p> <p>4.菸、酒、檳榔及物質濫用對健康的影響</p> <p>5.婦女保健方法</p> <p>6.婦女常見疾病不孕種類介紹、腰痛、痛經</p> <p>7.婦女常見疾病預防</p> <p>8.嬰幼兒常見疾病</p> <p>9.嬰幼兒常見疾病預防</p> <p>10.兒童常見疾病與預防方法</p> |
| 英文大綱 | |
| 教學方式 | |
| 評量方法 | |
| 指定用書 | |
| 參考書籍 | 多囊性卵巢囊腫中西醫觀 施景中 元氣齋出版社 ISBN 978-986-7596-85-7 |
| 先修科目 | |
| 教學資源 | |

| | |
|---------------|---|
| 注意事項 | 婦女與幼兒常見疾病與保健介紹。認知生活作息與身心影響，現代人因為生活的忙碌而無暇顧及自己的健康，讓婦幼擁有健康的身體，才會有活力的人生。 1.疾病的治療靠醫生，養生保健靠自己，個人的健康狀態自己要關心，愛自己就由注重日常養生保健做起。 2.日常生活中只要有均衡的營養、適合的運動、足夠的睡眠、適時的排解身心壓力，才能使身體一直處在最佳狀態。 3.增加預防保健的常識，珍惜自己的幸福，注意身心健康，這樣才能享受健康美好的人生。 |
| 全程外語授課 | 0 |
| 授課語言 1 | 華語 |
| 授課語言 2 | |
| 輔導考照 1 | |
| 輔導考照 2 | |