

高雄市立中醫醫院新聞稿

報乎您知-秋冬中醫養生保健課程開跑

時至秋令，氣候多變，本院秉持「中醫人性化、中藥生活化」理念將於 9 月至 11 月辦理 7 場次秋冬中醫藥保健課程，配合節令教導民眾中醫藥養生保健知識，內容充實從胎兒出生媽媽坐月子調理、少年轉骨、青年運動療護、熟齡養生至罹病調養，以全人照護為出發點，開班授課全程免費，除可正確學習中醫藥知識的機會，並可運用於日常生活之中，名額有限，歡迎本市市民踴躍報名參加。

課程中備有養生茶飲供民眾體驗，請自備環保杯，有興趣參加者請撥打本院衛教室專線(07)2318286 報名，屆時請準時前往本院(高雄市前金區中華三路 68 號)三樓會議室，搭電梯請按『中醫』樓層。

課程表：

日期	時間	內容	講師	開始報名
107.09.07 (週五)	09:40 報到 10:00-11:00	補骨、轉骨在秋冬	徐樺宗醫師	8/31
107.09.21 (週五)	09:40 報到 10:00-11:00	中秋團圓- 少肉多蔬果、腸保健康	徐樺宗醫師	9/7
107.10.03 (週三)	09:40 報到 10:00-11:00	秋季養生宜忌	吳青峯醫師	9/21
107.10.17 (週三)	09:40 報到 10:00-11:00	運動傷害中醫療護	李昀修醫師	10/3
107.11.01 (週四)	13:40 報到 14:00-15:00	如何選擇補冬藥膳	陳志文藥師	10/17
107.11.14 (週三)	09:40 報到 10:00-11:00	癌症中醫療護	吳瀚德醫師	11/01
107.11.28 (週三)	09:40 報到 10:00-11:00	新住民產婦坐月子調理	吳瀚德醫師	11/14