

# 課程名稱 | 中醫養生與自我推拿/晚上

課程屬性 | 生命與健康

課程編號 | 932-1537

授課老師 | 許祥清

最高學歷/ 空中專科學校 企業管理科

相關學經歷/ 屏東東港婦嬰西醫院、屏東潮州永生中醫院、國立中山大學中醫社講師、屏東東港婦嬰西醫院、屏東潮州永生中醫院、耕聖中醫診所/針灸、推拿講師、仁德社區大學、南關社區大學

現職/ 台南社大講師. 南關社大講師. 仁德社大講師

上課時間 | 每週三晚上07:00-09:50 第一次上課日期 2004年09月08日 (星期三)

課程理念



## 關於這一門課：

1. 為什麼想開這門課？希望帶領學員共同學習甚麼

是一門著重實際自我推拿演練技巧，穴位認識及應用，配合中藥與飲食療法，確實達到學以致用的課程。

2. 修此門課需具備什麼條件？

如果你具備體力與耐心，愛護自己，珍惜生命，歡迎你修課。

3. 上課的方式是怎麼進行的？學生可以有什麼收穫？ □

- (1) 配合講義解說。
- (2) 實際操作
- (3) 認識自己的身體。
- (4) 穴位的活用。
- (5) 達到身體保健、預防疾病擴大的目的。

4. 如何取得學分？(評量方式)

出席率、實務檢測。

招生人數 | 35 人 (若非課程特殊需求，每班招收人數至少 35 人。)

學分收費 | 3 學分 3000 元 (18 週課程/一次上課 3 小時)

週次	上課日期	課程主題	課程內容
1	2004-09-05 晚上07:00~09:50	認識推拿給(一) 手部穴位	(1)推拿小面積手法介紹，(2)推拿運動防止受傷法則。
2	2004-09-12 晚上07:00~09:50	中藥與飲食療法 概說(一)	有血虛症：選用一性平補血藥。
3	2004-09-19 晚上07:00~09:50	認識五臟六腑(一)	如何調整臟腑、促進循環、增強抗病。
4	2004-09-26	認識推拿(二)	(1)推拿大面積手法介紹，(2)患者什麼時候不能推拿。

	晚上07:00~09:50	腳部穴位	
5	2004-10-03 晚上07:00~09:50	中藥與飲食療法 概說(二)	有血瘀症：選用一性平行血藥。
6	2004-10-10 晚上07:00~09:50	認識任脈、督脈 (二)	(1) 任脈整治六陰經絡。(2) 督脈整治六陽經絡。
7	2004-10-17 晚上07:00~09:50	認識推拿(三) 胸背部穴位	(1) 推拿扣擊類手法介紹。(2) 推拿對人體的影響及基本作用。
8	2004-10-24 晚上07:00~09:50	中藥與飲食療法 概說(三)	有濕滯証：選用一性平利濕藥。
9	2004-10-31 晚上07:00~09:50	認識手三陽經絡 (三)	(1) 手陽明大腸經(2) 手太陽小腸經(3) 手少陽三焦經。
10	2004-11-07 晚上07:00~09:50	認識推拿(四) 面頸部穴位	認識推拿(四) 面頸部穴位
11	2004-11-14 晚上07:00~09:50	中藥與飲食療法 概說(四)	有氣滯症：選用一性平行氣藥。
12	2004-11-21 晚上07:00~09:50	認識手三陰經絡 (四)	手太陰肺經(2) 手少陰心經(3) 手厥陰心包經。
13	2004-11-28 晚上07:00~09:50	認識推拿(五) 腹部穴位	(1) 推拿擠壓類手法介紹。(2) 治療部位的選擇。
14	2004-12-05 晚上07:00~09:50	中藥與飲食療法 概說(五)	有氣虛症：選用一性平補氣藥。
15	2004-12-12 晚上07:00~09:50	認識足三陽經絡 (五)	(1) 足陽明胃經、(2) 足太陽膀胱經、(3) 足少陽膽經。
16	2004-12-19 晚上07:00~09:50	認識推拿(六) 胸部穴位	(1) 預防中風(2) 休克、昏迷如何處理 (3) 冰水對人體的影響。
17	2004-12-26 晚上07:00~09:50	中藥與飲食療法 概說(六)	有陰虛症：選用一性平補陰藥。
18	2005-01-02 晚上07:00~09:50	認識足三陰經絡 (六)	(1) 足太陰脾經(2) 足少陰腎經(3) 足厥陰肝經。