

# 課程名稱 | 中醫養生與自我推拿

課程屬性 | 生命與健康

課程編號 | 912-1838

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 2002年12月04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

民間傳統療法包羅萬象，祖先運用智慧將身邊最常用的器具，轉換成醫療預防用具，例如：竹子演變成今日的火罐；實用醋可作為空氣消毒劑，這些經過無數實踐，而行之有效的簡、便、廉方法，可能因由時代變遷而湮滅於時代變換。阻發病于先機，自我理療手法及技巧，能夠運用在自己及家庭，達到預防疾病擴大的目的。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) □認識自己的身體。
- (2) □穴位的活用。
- (3) □達到身體保健、預防疾病擴大的目的。
- (1) 配合講義解說
- (2) 實際操作

### 4. 如何取得學分？（評量方式）

出席率、實務檢測

招生人數 | 30 人（若非課程特殊需求，每班招收人數至少 35 人。）

學分收費 | 1 學分 1000 元（6 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	2002-09-01 晚上07:00~09:50	認識推拿（一） 手部穴位 中藥與 飲食療法概說（	(1) □推拿小面積手法介紹 (2) □推拿運動防止受傷法則

2	2002-09-08 晚上07:00~09:50	認識推拿(二) 腳部穴位 中藥與 飲食療法概說(	(1) 推拿大面積手法介紹 (2) 患者什麼時候不能推拿
3	2002-09-15 晚上07:00~09:50	認識推拿(三) 胸背部穴位 中藥 與飲食療法概說	(1) 推拿扣擊類手法介紹 (2) 推拿對人體的影響及基本作用 (促進循環、調整臟腑、增強抗病)
4	2002-09-22 晚上07:00~09:50	認識推拿(四) 面頸部穴位 中藥 與飲食療法概說	(1) 推拿摩擦類手法介紹 (2) 肌肉病變介紹
5	2002-09-29 晚上07:00~09:50	認識推拿(五) 腹部穴位 中藥與 飲食療法概說(	(1) 推拿擠壓類手法介紹 (2) 治療部位的選擇
6	2002-10-06 晚上07:00~09:50	認識推拿(六) 胸部穴位 中藥與 飲食療法概說(六)	(1) 中風 (2) 休克 (3) 昏迷處理 (4) 食物的屬性