

2018.04.20 健康服務站講座成果

- ◆健康服務站名稱：馬偕健康服務站
- ◆時間：下午 13:00-14:00
- ◆對象：社區民眾
- ◆主題：中醫談更年期婦女保健
- ◆講師：馬偕醫院中醫部 陳麒方中醫師
- ◆參加人數：24 人 (長者人數 15 人)
- ◆滿意度成果分析：(有效問卷 21 份)

分析項目	非常滿意	滿意	普通	不滿意	非常不滿意
時間安排	57.1%	42.9%	0.0%	0.0%	0.0%
場地安排	61.9%	38.1%	0.0%	0.0%	0.0%
表達方式	57.1%	42.9%	0.0%	0.0%	0.0%
課程內容	52.4%	47.6%	0.0%	0.0%	0.0%
服務態度	57.1%	42.9%	0.0%	0.0%	0.0%
總體滿意度	57.1%	42.9%	0.0%	0.0%	0.0%

◆活動相片：



更年期失調症是以**功能性表現**為主，並非是其系統的器質性病變，即中醫所謂**陰陽失衡**，腎氣漸衰引起。**女性**絕經後，失去雌激素的保護作用，患有慢性病的機會增加，需注意：血脂膽固醇上升，增加心血管病風險；易有骨質疏鬆，增加骨折風險；整體代謝率下降，出現體態改變。對於上述身體改變，透過服用**中藥**，可達到調理、預防或延緩的功效。**男性**主要是精神緊張或抑鬱、注意力不集中、失眠、潮熱、出汗、性功能障礙等。正確認識更年期，加強保健意識，讓身心能平穩過渡，可繼續活得健康而有影響力。