

## 2018.7.29 健康服務站講座成果

- ◆健康服務站名稱：蘆洲運動中心社區馬偕健康服務站
- ◆時間：下午 14:00-15:00
- ◆對象：社區民眾
- ◆主題：中醫面面觀~談中醫常見傷科疾病及保健之道
- ◆講師：馬偕醫院中醫部骨傷科 陳兆暉醫師
- ◆參加人數：34 人(長者人數 13 人)
- ◆滿意度成果分析：(有效問卷 30 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  | 33.3% | 56.7% | 10.0% | 0.0% | 0.0%   |
| 場地安排  | 36.7% | 60.0% | 3.3%  | 0.0% | 0.0%   |
| 表達方式  | 46.7% | 53.3% | 0.0%  | 0.0% | 0.0%   |
| 課程內容  | 36.7% | 63.3% | 0.0%  | 0.0% | 0.0%   |
| 服務態度  | 36.7% | 60.0% | 3.3%  | 0.0% | 0.0%   |
| 總體滿意度 | 38.0% | 58.7% | 3.3%  | 0.0% | 0.0%   |

### ◆活動相片：



早期台灣骨傷科多由國術館師傅執行，現今則由受過中西醫專業訓練的傷科醫療人員擔任，骨傷科主要治療“骨錯縫、筋出槽”，透過理筋、調骨手法讓錯位的筋骨回復正確位置，達到治療效果，在治療前必須透過診斷來確認是由於外因性或是內因性造成的筋骨傷害，治療手法不盡相同，外因性多透過外敷、推拿方式，內因性則必須透過服藥矯正，仿間常見的刮痧、拔罐、放血、按摩，多為症狀改善，屬治標方式，而推拿則是直接恢復筋、骨與關節的功能，間接調整經絡、氣血、陰陽、臟腑的功能。在保健方面，首重預防→治療→最後才是保健，「預防」就是改善姿勢、避免不良動作，其餘如運動治療、伸展拉筋、熱敷/冷敷、保健食品、護具等皆屬「保健」效果，期待民眾能有正確知識，避免造成筋骨傷害而不自知。