

# 108 年糖尿病病患臨床運動訓練研習

## 一.宗旨：

糖尿病是我國 10 大死因第 4 名，臨床研究證實臨床運動處方的介入，對於糖尿病患的死亡率與總死亡率都有顯著成效，同時對糖尿病的治療、症狀改善、健康復原與生活品質等，都有相當大的助益與實證。本研習會主要目的推廣臨床運動處方對糖尿病患者症狀改善與輔助治療介入的理論與實務，有效提升國人糖尿病患者臨床治療成效。

二.主辦單位：和信治癌醫院、亞洲高齡運動健康整合協會

三.協辦單位：花蓮慈濟醫院運動醫學中心、慈濟大學體育教學中心、

四.承辦單位：、中華民國臨床運動生理學會、中山大學運動產業研究中心

五.活動日期：108 年 4 月 13 日(六) 8：40-17：30

4 月 20 日(六) 8：40-17：00；兩日課程不同，可擇一日參加。

六.活動地點：和信醫院教研大樓 1F 餐廳

## 七.參加人員：

對臨床運動介入有興趣之醫師、物理治療師、護理師、藥劑師、呼吸治療師、營養師、糖尿病衛教師、癌症個案管理師等醫療人員，以及具國內外運動證照等專業人員均可報名參加。完成全程研習課程，並通過測驗者，頒發研習證書，並認證醫事人員學分時數。

八.參加人數：60 人，額滿為止

## 九.報名與收費：

- 院內人員 ~~3000~~元，優惠 2000 元，一日 1000 元(於報名表單選填)
- 院外人員 ~~4500~~元，一般優惠 4000 元，一日 2000 元(於報名表單選填)
- 學生 ~~3000~~元，優惠 2000 元

即日起至 108 年 4 月 05 日，於中山大學運動產業研究中心填寫線上報名表單

<http://shc.nsysu.edu.tw/p/412-1156-99.php?Lang=zh-tw>，並將報名費以 ATM 轉帳或匯款至以下帳戶：

帳戶 亞洲高齡運動健康整合協會

銀行 (119 0108)淡水第一信用合作社

帳號 0108-21-136760-0

若有相關問題請洽：

- 國立中山大學運動健康產業研究中心 陳昱如小姐
- 電話：07-5252000 轉 5877、專線：07-5250157、[gyazhou10@gmail.com](mailto:gyazhou10@gmail.com)

4月13日(六)		
時間	活動內容/主題	主講人
08:40-09:00	報到	
09:00-09:10	長官致詞	
09:10-10:00	運動對糖尿病預防成效與機制	黃森芳 慈濟大學副教授
10:00-10:20	茶敘	
10:20-11:10	運動對糖尿病病患 死亡率與症狀改善成效實證	黃森芳 慈濟大學副教授
11:10-12:00	國際糖尿病患者運動指引與建議 運動中意外預防與緊急處理	李昇聯 和信醫院新陳代謝科主治醫師
12:00-13:30	午餐	
13:30-15:20	糖尿病患者運動訓練計畫 之設計原理原則	黃森芳 慈濟大學副教授
15:20-15:40	休息	
15:40-16:30	糖尿病患者有氧運動原理	許秀桃 中山大學教授
16:30-17:30	糖尿病患者有氧運動實務練習	許秀桃 中山大學教授
	賦歸	



4 月 20 (六)		
時間	活動內容/主題	主講人
08:40-09:00	報到	
09:00-09:10	長官致詞	
09:10-10:00	糖尿病患者阻力訓練訓練原理	黃森芳 慈濟大學副教授
10:00-10:20	茶敘	
10:20-11:10	糖尿病患者阻力訓練實務練習	陳聰毅 慈濟大學教授
11:10-12:00	糖尿病患者中高強度間歇訓練原理	黃國欽 馬偕醫學院助理教授
12:00-13:30	午餐	
13:30-14:20	糖尿病患者中高強度間歇訓練實務練習	黃國欽 馬偕醫學院助理教授
14:20-15:10	糖尿病患者柔軟度運動訓練原理與實務	陳聰毅 慈濟大學教授
15:10-15:20	休息	
15:20-16:10	糖尿病患者平衡運動訓練理論與實務	陳聰毅 慈濟大學教授
16:10-17:00	綜合座談	
	賦歸	



## 講師介紹

黃森芳	<p><b>專長：</b> 生理學、健康促進、運動與疾病預防、運動免疫學</p> <p><b>現職：</b> 慈濟大學副教授</p> <p><b>學歷：</b> Master, Institute of Health &amp; Kinesiology, University of Texas at Tyler, USA.</p> <p><b>經歷：</b> 慈濟大學公共衛生學系所、護理學系所、體育教學中心講師、副教授、主任 中國廣播公司健康促進專題講座主講人、健康城市推動委員</p>
李昇聯	<p><b>專長：</b> 一般內科 新陳代謝與內分泌</p> <p><b>學歷：</b> 高雄醫學大學 醫學士</p> <p><b>現職：</b> 和信治癌中心醫院 一般內科 主治醫師</p> <p><b>經歷：</b> 和信治癌中心醫院 內科 住院醫師 台北榮總 新陳代謝與內分泌科 專研醫師 和信治癌中心醫院 新陳代謝與內分泌科 專研醫師 和信治癌中心醫院新陳代謝與內分泌科主治醫師</p>
陳聰毅	<p><b>專長：</b> 運動生理學、健康體適能、運動與骨骼肌細胞凋亡、運動與心肌保護機制</p> <p><b>現職：</b> 慈濟大學教授</p> <p><b>學歷：</b> 慈濟大學醫學科學研究所博士</p> <p><b>經歷：</b> 臺灣觀光學院餐飲管理學系助理教授兼系主任、通識教育中心主任 獲選共同教育處優良教師。 教學卓越計畫「深耕學生助人健康素養教學卓越計畫」榮獲甲等團隊。 慈濟大學 103 年研究論文成績卓著「論文獎」。 教學卓越計畫「強化學生心肺適能教學卓越計畫」榮獲甲等團隊。</p>

<p>許秀桃</p>	<p><b>專長：</b> 運動訓練、特殊族群體適能、運動生理學、基礎解剖及肌動學、初級墊上核心、初級游泳、體適能、Sup Yoga</p> <p><b>現職：</b> 國立中山大學 通識教育中心 運動與健康教育組 教授</p> <p><b>學歷：</b> 國立體育大學 運動科學研究所碩士</p> <p><b>經歷：</b> 中山大學運動健康產業研究中心主任</p> <p><b>證照：</b> 美國有氧體適能協會(AFAA)國際基本有氧教練證照 美國有氧體適能協會(AFAA)水中有氧教練證照 美國有氧體適能協會(AFAA)兒童體適能教練證照 美國有氧體適能協會(AFAA)孕婦有氧教練證照 美國有氧體適能協會(AFAA)私人體適能訓練教練證照(PFT) 美國有氧體適能協會(AFAA)墊上核心教練證照 國際康體專業學院(IHFI)私人運動教練證照 國際康體專業學院(IHFI)運動護脊教練證照 國際康體專業學院(IHFI)臺灣私人運動教練及運動護脊教練證照授證講師</p>
<p>黃國欽</p>	<p><b>專長：</b> 運動生理學、體適能訓練、運動健康促進與疾病預防</p> <p><b>現職：</b> 馬偕醫學院 全人教育中心 助理教授</p> <p><b>學歷：</b> 北市大學 體育學院運動科學研究所 碩士 交通大學 生物科技 博士</p> <p><b>經歷：</b> 銘傳大學兼任教師 馬偕護專兼任教師 慈濟科技大學兼任教師 慈濟大學體育教學中心體育專案教師</p>

