

健康管理課程系列
第六屆中醫食療養生學
專業文憑課程

第六屆

中醫食療養生學專業文憑課程

簡介

“民以食為天”，食物是人們生活必不可少的東西，人體生命活動必須依靠攝取食物來維持。為了生活健康，我們必須認識食物在維護健康以及防治疾病的效用。從這個角度，人們早就在古代開始不斷地探索“食療”之效用，“神農嚐百草”便是最好的例子。

中醫食療養生學從古至今已有兩千多年歷史，內容十分豐富。除見於有關文獻外，還廣泛流傳於民間。近年來，隨著我國人民生活水準的不斷提高和中醫藥事業的發展，食療也逐漸興旺起來，並已在國際上引起了重視。而中醫食療養生學隨著客觀形勢發展的需要，已被深入整理和提高。目前，在中醫藥學的領域中已經確立了中醫食療養生學這一門學科，並在科研、臨床、教學等方面取得了一定的成績。在振興中醫藥的進程中，中醫食療養生學將會有很大的發展，能更好地為人類健康、長壽作出應有的貢獻。

中醫食療養生學是在中醫理論指導下，應用食物來保健強身，預防和治療疾病，或促進人體康復以及延緩衰老的一門學科。中醫食療養生學已有兩千多年歷史，是中醫學的組成部分，在預防醫學、康復醫學、老年醫學領域中佔有重要地位。

目的

本課程旨在對中醫食療養生學有興趣的人士提供一個學習機會。完成此課程，學員：

- (i) 能掌握食療養生相關的中醫基礎理論
- (ii) 能掌握中醫體質學基礎理論
- (iii) 對中醫食療養生學有基礎認識
- (iv) 對中醫體質營養調補有基礎認識

對象

- 有志提升自我保健養生能力及對中醫食療養生學感興趣者
- 從事藥膳、營養食品、烹飪、保健、護理工作從業人員
- 從事醫療、衛生教育研究機構、膳食相關從業人員
- 從事美容工作從業人員

內容

單元一：中醫體質學 (40 小時)

中醫體質學體質的形成、體質類型、常見九種體質 (平和質、氣血虛質、陰虛質、陽虛質、痰濕質、濕熱質、瘀血質、氣鬱質、特稟質)

單元二：中醫基礎知識 (40 小時)

中醫陰陽學說、五行學說、藏象學說、氣血津液，中醫辨證，中醫食療養生學特點和原則

單元三：中醫食療養生學知識 (40 小時)

中醫食療養生學基本理論、常見食材食養食療、常用藥食兼用食材食養食療、特定人群的食療

單元四：中醫體質營養調補 (60 小時)

常見九種體質營養調補 (不同體質的飲食調養)、順應四季的食療養生、常見疾病食療 (癌症、糖尿病、高血壓、高血脂、冠心病、肥胖症、脂肪肝、痛風、骨質疏鬆、慢性胃炎、慢性膽囊炎、慢性腹瀉、便秘、尿頻、失眠、痛經、更年期綜合症、咽炎、痤瘡、口臭、小兒厭食、小兒腹瀉、兒童遺尿)

課時

共 180 小時

課程費用

HK\$28,000 (會員) (分兩期繳交，每期 HK\$14,000)

HK\$31,000 (非會員) (分兩期繳交，每期 HK\$15,500)

報名時繳交第一期學費，並在 2020 年 3 月繳交第二期學費。

團體報讀優惠

二人或以上同時報讀可享團體優惠，每人可減免 HK\$300。申請人需集齊所有報名表，一同繳交。單獨交表或不同時間交表，恕不當作團體報讀處理。此優惠於第一期學費中減免。

授課語言

粵語及普通話 (中文講義)

上課地點

香港管理專業協會
九龍尖沙咀麼地道 75 號
南洋中心第 2 座 3 樓
(尖東站 P2 出口)

文憑頒授

學員除最少出席率 70% 外 (即 10 堂中的 7 堂課或 15 堂中的 11 堂課)，亦需通過考核評估，成績需達 50 分以上。修畢全部課程並考試及格，將由香港管理專業協會高等醫療管理院頒發「中醫食療養生學專業文憑」。修畢每一科目的學員亦可獲香港管理專業協會頒發該科目證書。

高等醫療管理院

本課程為香港管理專業協會轄下高等醫療管理院主辦的健康管理課程系列。

高等醫療管理院於 2017 年成立。本院提供世界級的醫護管理課程，並為醫護專業發展提供學習平台，旨在為推動香港及地區醫護界的卓越管理作出重大貢獻。高等醫療管理院通過教育及培訓，培育醫療行業的人才。本院亦致力為知名學者和專家、與醫療保健專業人士和從業者，以及協會之會士和會員提供互動交流的平台。使醫療管理行業內的最佳實踐，最新的知識和創新思維得以推廣。

查詢

詳情：

Ms Eva Lock：3958 4800 / Ms Cathy Lee：2774 8527

電郵：evalock@hkma.org.hk / cathylee@hkma.org.hk

傳真：2365 1000

報名 / 一般查詢：2774 8500 / 2774 8501

瀏覽本會網頁：www.hkma.org.hk/pd/pdcmd