

美和科技大學



護理系二技

課程規範

課程名稱：藥膳學

中華民國 114 年 9 月制定

一、課程基本資料

科目名稱	中文	藥膳學		
	英文	Medicated Diet		
適用學制	二技	必選修	選修	
適用部別	進修部(高榮班在職組)	學分數	2	
適用系科別	護理系	學期/學年	一學期	
適用年級/班級	四年級	先修科目或先備能力	無	

二、護理科目標培育人才

(一) 依據 UCAN 系統，本系以培育「專業職能」為目標

專業職能	就業途徑	職能
	醫療保健-醫療服務	1. 建立醫病關係以協助評估、了解身心健康問題。
		2. 分析身心健康問題及病人需求，以訂定醫療照護計畫。
		3. 執行並落實醫療照護措施。
		4. 追蹤醫療照護效果。
		5. 依醫療照護或病人需求進行轉介或轉銜，以協助病患得到持續性照護。
		6. 執行及推廣社區醫療及照護保健相關活動。

(二) 課程對應之 UCAN 職能

課程 \ 職能	專業職能 M	專業職能 A
藥膳學	1. 建立醫病關係以協助評估、了解身心健康問題。 2. 分析身心健康問題及病人需求，以訂定醫療照護計畫。 3. 執行並落實醫療照護措施。 4. 追蹤醫療照護效果。	5. 依醫療照護或病人需求進行轉介或轉銜，以協助病患得到持續性照護。 6. 執行及推廣社區醫療及照護保健相關活動。

註：M 表示課程內容須教授之「主要」相關職能；A 表示課程內容須教授之「次要」相關職能；PC=專業職能 (Professional Competencies)。

(三) 護理系科之核心能力

能力指標 (八大核心素養)	定義
I. 基礎生物醫學科學	瞭解生物醫學科學為研究醫學及護理之基本知識，協助處理病人健康問題
II. 一般臨床護理技能	能正確執行護理技能，並維護病人的安全
III. 批判性思考能力	能反省護理專業問題，並提出可行的問題解決策略
IV. 溝通與團隊合作	能運用溝通技巧與個案建立人際關係，並與醫療團隊建立良好合作關係
V. 關愛	視病猶親，對患者本著關懷與愛護之心
VI. 倫理素養	體會個人、社會、職業的道德原則，並切實實踐
VII. 克盡職責	盡心盡力完成個人職責且應有社會責任，能投入並支持符合社會大眾健康及社會需求之活動
VIII. 終身學習	活到老學到老
	(資料來源:97-2(980230)、990114)

三、教學目標

本課程可以達到以下目標**以及與核心能力之對應**：

一、認知

- (一) 能具備中醫「藥食同源」的理念，以及陰陽、五行、臟腑等中醫學基本概念。(I)
- (二) 能結合現代營養學，了解不同食材與藥材的營養成分，以及它們如何對身體產生保健或療效。(I)(II)
- (三) 能說認識常見的中藥材，例如人參、當歸、枸杞、黃耆等，並了解其功效、性味及禁忌。(I)(II) (VIII)
- (四) 能分析如何根據不同的身體狀況和需求，設計藥膳食譜，並將中藥材與食材結合，透過烹調製作出具備風味與療效的藥膳。(I)(II)(IV)
- (五) 將理論應用於實作，透過理論搭配實作，不斷調整和優化藥膳配方，以達到預防保健或促進康復的效果。(I)(II)

二、技能

- (一) 能評估與收集個案之健康問題相關資料。(I)(II)(III)(IV)
- (二) 能根據評估資料確立個案潛在及現存性健康問題。(I) (II) (IV)
- (三) 能應用中醫藥膳學專業知識依個案健康問題，計畫適當且具個別性之護理措施。(I) (II) (III) (IV) (V)(VI) (VII)
- (四) 能評值照護計畫之可行性與有效性。(II) (IV)

三、情意

- (一) 能關心自己及家人的健康問題。(VI)
- (二) 尊重生命，以關懷及同理心來對待個案及家屬。(VI)
- (三) 能瞭解護理專業之倫理與法律規範，維護個案權益。(V)
- (四) 能主動關注與吸收醫護相關知識。(VII)

四、課程描述

(一) 課程說明

本課程旨在介紹藥膳不只是食物與中藥材的簡單相加，而是在中醫辨證配膳理論指導下，由藥物、食物和調味料三者精製而成的一種既有藥物功效，又有食品美味，用以防病治病、養身益壽的特殊食品。配合學生已習得之中醫學概論相關知能，使學生能夠獨立思考，評估藥膳的適宜性，並辨識潛在的風險。

(二) 課程綱要

本課程規劃內容綱要及課程設計養成之職能：

週次	課程內容規劃	課程設計養成之職能
1	第一節藥膳的起源與發展 1-1 藥膳的定義與特點 1-2 藥膳的基本知識與分類 1-3 藥膳的調理 第二節藥膳常用藥材介紹 2-1 溫熱藥材(暖身性質) 2-2 寒涼藥材(冷身性質) 2-3 平性藥材(不具冷暖性質)	PC(1)
2	第一節食材介紹 1-1 食物的一般性能 1-2 選擇食材及處理之注意事項 1-3 藥膳食品的烹調方法 第二節藥膳與養生 2-1 四季養生與保健 2-2 簡易養生藥膳 2-3 常見疾病的藥膳調治 影片欣賞(英語) 來自伊朗北部的番紅花	PC(1)
3	第一節中醫體質分型與自我檢測 第二節美容藥膳 2-1 美容的概念 2-2 美容藥膳實例 2-3 美白重要食品 2-4 美容養生花草茶	PC(2)

週次	課程內容規劃	課程設計養成之職能
4	第一節瘦身藥膳 1-1 中藥減肥 1-2 現代瘦身概念 1-3 瘦身藥膳實例 第二節兒童藥膳保健概念	PC(2)
5	第一節1-1女性保健藥膳與養生保健1-2更年期婦女之藥膳保健 第二節2-1可讓女性變年輕的食材2-2懷孕期暨產後護理藥膳	PC(2)
6	第一節青春期藥膳 1-1 青春期保健概念 1-2 青春期保健藥膳	PC(2)
7	第二節考生藥膳 2-1 適合考生的藥膳 2-2 考生的藥膳調理 2-3 考生書紓壓養神藥膳 2-4 增強記憶力藥膳	PC(2)
8	第一節 1-1 老人體質藥膳原則 1-2 骨質疏鬆的飲食原則 第二節 2-1 適合老人的藥膳 2-2 老年便秘的飲食原則	PC(2)
9	期中考	---
10	第一節 1-1 常見胃腸疾病症狀表徵 1-2 腸胃病調理藥膳 第二節 2-1 胃、十二指腸潰瘍飲食原則 2-2 胃、十二指腸潰瘍的藥膳	PC(3、4)
11	第一節心血管疾病的藥膳 第二節心血管疾病的保健茶飲	PC(3、4)
12	第一節癌症藥膳 1-1 癌症的藥膳調理 1-2 癌症常用藥膳 第二節肝病藥膳 2-1 肝病的藥膳調理 2-2 肝病飲食及常用藥膳	PC(3、4)
13	第一節高血脂簡介 1-1 高血脂與膳食營養 1-2 高血脂飲食與常用藥膳 第二節健康食品與藥膳 2-1 食療與藥膳 2-2 健康食品	PC(3、4)
14	第一節保健飲料 1-1 減肥保健飲料 1-2 增強免疫力茶飲 1-3	PC(5、6)

週次	課程內容規劃	課程設計養成之職能
	咽喉乾痛茶飲 1-4 傳統保健茶飲 1-5 乳品茶飲 第二節進補注意事項 2-1 冬令進補注意事項 2-2 藥膳配伍禁忌 2-3 誤食補藥該如何處理	
15	第一節安心藥膳 1-1 安心藥材 1-2 安心藥膳與食材搭配建議	PC(5、6)
16	第二節其他藥膳 2-1 補氣藥膳 2-2 補血藥膳 2-3 補陰藥膳 2-4 補陽藥膳	PC(5、6)
17	坊間藥膳討論	PC(5、6)
18	期末考 藥膳實作與練習(以報告形式發表)	---

(三) 教學活動

1. 講授、討論、電腦多媒體輔助教學光碟。
2. 分組討論與技術操作。

五、 成績評量方式

- (一) 期中考 30 %
- (二) 期末考 30 %
- (三) 平時 40 % (出席 20%，小考 20%……)

六、 教學輔導

(一) 課業輔導/補救教學對象

1. 學習進度落後：於課堂中無法及時掌握身體評估學理及技術操作進度之學生。
2. 出席率監控：於課堂中到課欠佳之學生。

(二) 課業輔導/補救教學之實施

1. 個別化指導：透過面談或線上諮詢，協助學生釐清學習盲點。
2. 分小組合作學習：學習分組，透過同儕討論技術操作演練，增進對各技術流程的理解。
3. 彈性時間安排：提供 office hours，彈性安排輔導時間。
4. 進度檢核：透過作業回饋、隨堂討論或階段性評量，持續追蹤學生的學習成效。

(三) 課業輔導/補救教學時間與聯絡方式

1. 輔導時間：除了 office hours 外，彈性安排輔導時間。

2. 輔導老師聯繫方式：

授課教師：

授課教師手機：

教師研究室：