

美和科技大學



護理系 日間部四技 課程規範

課程名稱：銀髮健康樂活實務

中華民國 115 年 3 月制定

一、課程基本資料

科目名稱	中文	銀髮健康樂活實務	
	英文	LOHAS Practice on Elderly	
適用學制	四年制	必選修	必修
適用部別	日間部	學分數	3
適用系科別	護理系	學期/學年	一學期
適用年級/班級	二年級	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
銀髮健康樂活實務	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。

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，對患者有著關懷與愛護之心
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) 讓學生了解銀髮照護的政策以及執行方式，學習如何陪伴銀髮長輩健康樂活(I、II、III、IV)。
- (二) 將銀髮健康日常化、生活化，藉由課程活動培養學生照護技能，並應用於解決日常生活所遭遇到的問題(I、II、III、IV)。
- (三) 透過課程中主題讓學生進行醫藥衛生及銀髮生、心、靈的未來生涯探索(V、VI、VII、VIII)。

護理科 能力指標及使用代碼：

I.基礎生物醫學科學；II.一般臨床護理技能；III.批判性思考能力；IV.溝通與團隊合作；V.關愛；VI.倫理素養；VII.克盡職責；VIII.終身學習。

四、 課程描述

(一) 課程說明

課程含括台灣老化概況及老化指標 I、老化概況及老化指標 II、銀髮族健康產業發展趨勢、銀髮族健康指標與管理、銀髮族生活管理與運動保健、銀髮族之生涯規劃、銀髮族常見疾病及預防、銀髮族的用藥安全、銀髮族的衰弱評估、預防及強化、銀髮族的感官統合功能強化與實作、銀髮族生理變化對營養

須求、指導健康銀髮族選擇適合的食物份量與類型、如何為銀髮族設計療癒餐飲、銀髮族肌少症之營養照護、銀髮族高血糖及高血脂之營養照護、銀髮族健康飲食實作、銀髮族的靈性療育。

(二) 課程綱要

本課程規劃內容綱要及課程設計養成之職能：

星期三/每週 3 小時 (第 2 節至 4 節 08:50-11:40) 上課教室 G204

週次	課程內容規劃	課程設計養成之職能
1	課程介紹 台灣老化概況及老化指標 I	PC (2)
2	台灣老化概況及老化指標 II	PC (1, 2)
3	銀髮族健康產業發展趨勢	PC (1, 2, 3)
4	銀髮族健康指標與管理	PC (1, 2, 3)
5	銀髮族生活管理與運動保健	PC (1, 2, 3)
6	銀髮族之生涯規劃	PC (1, 2, 3, 5)
7	銀髮族常見疾病及預防 銀髮族的用藥安全	PC (1, 2, 3, 5, 6)
8	銀髮族的衰弱評估、預防及強化	PC (1, 2, 3, 4, 6)
9	期中考	---
10	銀髮族的感官統合功能強化與實作	PC (1, 2, 3)
11	銀髮族生理變化對營養須求	PC (1, 2, 3)
12	指導健康銀髮族選擇適合的食物份量與類型	PC (1, 2, 3)
13	如何為銀髮族設計療癒餐飲	PC (1, 2, 3)
14	銀髮族肌少症之營養照護	PC (1, 2, 3)
15	銀髮族高血糖及高血脂之營養照護	PC (1, 2, 3)
16	銀髮族健康飲食實作	PC (1, 2, 3, 4, 6)
17	銀髮族的靈性療育 銀髮族代間溝通與實作	PC (1, 2, 3, 4)
18	期末考	---

(三) 教學活動

1. 講授、討論、電腦多媒體輔助教學光碟。
2. 分組討論與實作。

五、 成績評量方式

- (一) 期中考 30%(筆試)
- (二) 期末考 30%(筆試)
- (三) 平時 40%(出席 20%，課室表現及討論 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：
 - (1) 授課教師：林慧麗、黃金花、蔡玉梅
 - (2) 授課教師手機：0961579280 或 line ID 0961579280
 - (3) 教師研究室：興春樓七樓 (G704)