

3/27 呼吸健康操講座

校內活動

張貼人：秘書室 / 公告日期：2010-03-16

主辦單位：臺北醫學大學 呼吸治療學系 臺北醫學大學附設醫院

早晚10分鐘 越動越輕鬆

呼吸健康操 幫助您輕鬆有氧做運動

專題講座

主講人：台北醫學大學呼吸治療學系 施崇謙主任

時間：第一場：台北，2010年3月27日 星期六下午13:30-15:30
第二場：台北，2010年4月10日 星期六下午13:30-15:30

地點：台北醫學大學 醫學院綜合大樓4樓 圓型會議廳

報名方式：自由入場，現場備100人座位，額滿為止

活動贈品：「COPD呼吸健康日誌」衛教手冊一本
「COPD呼吸健康操」光碟一份
「COPD呼吸健康操」彈力帶一只

吳興街220巷

專題講座：早晚十分鐘 越動越輕鬆!--呼吸健康操 幫助您輕鬆有氧做運動

共有兩場，地點均為：北醫大 醫學綜合大樓前棟四樓誠樸廳

第一場：日期 3/27 (六) 13:30-15:30

第二場：日期 4/10 (六) 13:30-15:30

時間	主題 / 內容
13:30~14:00	第一階段：現場簡易肺功能篩檢 ●「COPD呼吸健康操」影片播放
14:00~14:10	開場介紹
14:10~14:30	第二階段：由醫師針對慢性阻塞性肺疾病進行說明 ● COPD和氣喘有什麼不同 ● 戒菸方式、戒斷症狀與戒菸飲食 ● 肺部復健對COPD患者的重要性
14:30~14:50	第三階段：醫師或病友現身說法 「COPD的發現與生活的改變」
14:50~15:10	第四階段：由醫師介紹肺部復健並由醫師與呼吸治療師一同帶領民眾進行「COPD呼吸健康操」示範教學
15:10~15:30	第五階段：由醫師與現場民眾進行疾病問與答與結論

TATUNG 大同生科與您一起輕鬆有氧做運動 SeQual