

國立清華大學 學生事務處 衛生保健組
「清華職醫師，全校走透透」健康講座活動

一、隨著科技的進步帶來的生活便利，再加上空氣污染日益嚴重，對健康的影響越來越大。衛保組提供各系所一個小時的衛教講座服務，主題包括心血管疾病、呼吸道疾病、腰痠背痛、肝炎保健、代謝症候群等相關講座，使教職員工對於疾病都能有初步的認識，透過辦理衛教講座，除了可增加健康知識外，亦可與職醫師互動澄清疾病發生的相關疑惑，了解及認識疾病的產生，促使健康觀念更正確，以達到預防保健之目的。

二、活動報名說明：

1. 活動期間：**107年5月至11月**
2. 報名方式：本活動採**預約方式**，請於**兩個月前填好報名表 E-mail 至 clinic@my.nthu.edu.tw 預約**。
3. 地點及時間：
 - (1) **時間：約40分鐘左右，各系所請盡量提供3個時段(如院系務會議、午餐約會之前後1小時…等)**，以利行程安排。
 - (2) **地點：由系所提供。**
4. 對象：**教職員工**為主(含兼任老師、研究助理等)。
5. 講座主題：(有下列7項，可同時選擇2-3個主題)
 - (1) 致命「心」引力 - 心血管疾病預防保健
 - (2) 挺直你的腰桿，別向疼痛低頭 - 擺脫腰痠背痛
 - (3) 預防爆肝的秘訣 - 認識肝炎及保健方式
 - (4) 如何增加新陳代謝，預防代謝症候群
 - (5) 秒懂結核病，預防小技巧
 - (6) 空污防護一把罩 - 認識 PM 2.5
 - (7) 其他：自選主題(可與衛保組職安護理師討論)

三、守護健康靠你我，衛保組從即日起開始接受預約，請惠予協助宣傳安排「清華職醫師，全校走透透」健康講座活動。

四、如有任何問題，請聯絡衛保組 E-mail：

clinic@my.nthu.edu.tw (03)5731054 曾巽貽護理師。

國立清華大學 學生事務處 衛生保健組

「清華職醫師，全校走透透」健康講座 申請表

單位								
主要聯絡人								
分機								
E-mail								
演講對象								
時間	(1)	月	日	點 分	(2)	月	日	點 分
	(3)	月	日	點 分	講座時間約 分鐘			
地點								
主題	☐ 致命「心」引力 - 心血管疾病預防保健 ☐ 挺直你的腰桿，別向疼痛低頭 - 擺脫腰痠背痛 ☐ 預防爆肝的秘訣 - 認識肝炎及保健方式 ☐ 如何增加新陳代謝，預防代謝症候群 ☐ 秒懂結核病，預防小技巧 ☐ 空污防護一把罩 - 認識 PM2.5 ☐ 其他：(請填入主題)_____							
備註說明								