

# 衛生福利部-臺北醫學大學

## 106 年度「預防及延緩失能照護方案研發與人才培訓方案」

### 肌力強化與失能預防實證應用-I

人口老化為全球化之重要議題，高齡長者隨著老化過程而可能導致肌力衰弱以及逐漸失能的現象，不僅增加社會整體照護負擔，對於高齡長者及其所屬家庭也造成極大負荷。為達到高齡長者肌力強化與失能預防目標，本系列課程邀請長期照護、復健醫學、運動醫學、中醫、護理以及輔具應用等專業及業界實務師資，設計跨領域肌力強化與失能預防實證應用之人才培訓課程、能力測驗以及介入措施成效驗證，使受訓人員成為肌力強化與失能預防實證應用之專業師資、指導員以及協助員，最終將實務方案轉譯應用至社區單位。本次階段課程主要為培育肌力強化與失能預防實證應用之協助員，內容含括 24 小時之課程培訓及測驗考核。

一、主辦單位：臺北醫學大學、臺北醫學大學護理學院

二、活動地點：臺北醫學大學醫學綜合大樓後棟 16 樓國際會議廳（臺北市信義區吳興街 250 號）。

三、活動時間：106 年 10 月 14、15、22 日，上午 08 時 00 分至下午 17 時 00 分。

四、報名方式：本課程採網路報名(報名網址: <https://goo.gl/G4qZYD>)。即日起至 10/1 截止。

五、聯絡方式：王小姐 ([b409102046@tmu.edu.tw](mailto:b409102046@tmu.edu.tw))。

六、名額限制：本課程將依報名順序優先錄取，錄取者將以電子郵件通知。限額 190 位。

七、報名費用：免費。

八、完成 3 日課程者，將發予參加證書；成績及格者( $\geq 70$  分)始發予合格證書。

九、隨函檢附課程表，敬請參閱。

十、議程詳如附件。

## 「預防及延緩失能照護方案與人才培訓」~肌力強化與失能預防實證應用-I 議程

D1：10月14日

10/14 (星期六)			
時間	課程主題	主講人	主持人
08:00~08:10	報 到		
08:10~08:30	前 測		
08:30~08:40	致 詞	臺北醫學大學 林校長建煌	
08:40~08:50	衛生福利部預防及延緩失能照護方案與人才培訓計畫說明	林珣赫 助理教授	
08:50~10:20	肌肉收縮與日常生活功能	蔚順華 教授/國際長	楊雅如 教授/主任
10:20~10:30	休 息		
10:30~12:00	高齡者身體功能衰退對於肌力之影響	楊雅如 教授/主任	蔚順華 教授/國際長
12:00~13:20	午休及下午簽到(13:00)		
13:20~14:50	高齡者肌力衰退對於平衡功能之影響	王瑞瑤 教授/主任	趙遠宏 助理教授
14:50~15:00	休 息		
15:00~16:30	高齡者肌力衰弱量測工具與臨床意義	趙遠宏 助理教授	王瑞瑤 教授/主任
16:30~16:40	休 息		
16:40~17:00	後 測		
17:00~	賦 歸		

## 主講人介紹 (依演講順序排列)

- 林建煌 臺北醫學大學 校長  
臺北醫學大學醫學科學研究所 教授
- 蔚順華 國立陽明大學國際事務處 國際長  
國立陽明大學物理治療暨輔助科技學系 教授
- 楊雅如 國立陽明大學物理治療學系暨研究所所長暨系主任  
國立陽明大學物理治療暨輔助科技學系 教授
- 王瑞瑤 國立陽明大學秘書室 主任秘書  
國立陽明大學物理治療暨輔助科技學系 教授
- 趙遠宏 國立臺灣大學物理治療學系 助理教授  
國立臺灣大學附設醫院竹東分院 兼任物理治療師
- 林珣赫 衛福部 106 年度「預防及延緩失能照護方案研發與人才培訓方案」計畫主持人

臺北醫學大學長期照護碩士學位學程 助理教授

臺北醫學大學高齡健康管理學系 助理教授

臺北醫學大學生物醫學工程學系助理教授 助理教授

國立陽明大學物理治療暨輔助科技學系 博士

弘道老人福利基金會 社區健康促進講師

「預防及延緩失能照護方案與人才培訓」~肌力強化與失能預防實證應用-I 議程

D2：10月15日

10/15 (星期日)			
時間	課程主題	主講人	主持人
08:00~08:10	報 到		
08:10~08:30	前 測		
08:30~10:10	高齡者心肺疾患及肌力 有氧之介入成效	蔣尚霖 主治醫師	林佳慧 督導長
10:10~10:20	休 息		
10:20~12:00	高齡運動訓練對健康生 活型態之影響	林佳慧 督導長	蔣尚霖 主治醫師
12:00~13:20	午休及下午簽到(13:00)		
13:20~14:50	個別化運動介入與協助 (肌力訓練)	李淑君 助理教授	蘇信昌 物理治療 師
14:50~15:00	休 息		
15:00~16:30	個別化運動介入與協助 (肌耐力訓練)	蘇信昌 物理治療師	李淑君 助理教授
16:30~16:40	休 息		
16:40~17:00	後 測		
17:00~	賦 歸		

主講人介紹 (依演講順序排列)

蔣尚霖 三軍總醫院復健醫學部 主治醫師

國防醫學院醫學系復健醫學科 助理教授

林佳慧 三軍總醫院松山分院護理部 督導長

國防醫學院醫學系復健醫學科 助理教授

國防醫學院護理學系 助理教授

李淑君 臺北醫學大學高齡健康管理學系 助理教授

蘇信昌 台灣大學物理治療學系暨研究所 博士候選人

台北市物理治療師公會 社區復健站督導/居家治療師

中研院/國家衛生研究院 兼職物理治療師

社團法人臺灣物理治療學會 連續性照護推動委員會-委員

行政院退輔會台北榮民總醫院 物理治療師/臨床教師

「預防及延緩失能照護方案與人才培訓」~肌力強化與失能預防實證應用-I 議程

D3：10月22日

10/22 (星期日)			
時間	課程主題	主講人	主持人
08:00~08:10	報 到		
08:10~08:30	前 測		
08:30~10:10	中藥對於高齡肌力之影響	林珣羽 助理教授	林宜信 教授/主任
10:10~10:20	休 息		
10:20~12:00	中醫介入策略對於高齡者肌力提升效益	林宜信 教授/主任	楊士賢 主治醫師
12:00~13:10	午休及下午簽到(13:00)		
13:10~14:40	社區老人身體機能改變與運動介入效益	楊士賢 主治醫師	林宜信 教授/主任
14:40~14:50	休 息		
14:50~16:20	個別化運動介入與協助(肌力協調訓練)	林立峯 助理教授	楊士賢 主治醫師
16:20~16:30	休 息		
16:30~17:00	總 測 驗		林珣赫 助理教授
17:00~	賦 歸		

主講人介紹(依順序)

- 林珣羽 慈濟大學醫學院 學士後中醫學系 助理教授  
 林宜信 慈濟大學醫學院 學士後中醫學系 教授兼系主任  
 楊士賢 花蓮慈濟醫院復健科 主治醫師  
 林立峯 臺北醫學大學高齡健康管理學系 兼任助理教授  
 臺北醫學大學部立雙和醫院復健醫學部 技術長