

# 100年度 健康講座 時間表

時間：早上 8:30-9:00

日期	主題	主講者
100/1/4	認識乳房攝影	邱珮熒放射師
100/1/19	高血壓飲食	洪美鈴營養師
100/2/8	認識慢性腎病	胡湘蘭護理師
100/2/24	如何正確用藥	王麗卿藥師
100/3/8	腎臟保健之道	許秀后護理師
100/3/16	痛風飲食	卓宜徵營養師
100/4/5	高血脂—紅色追緝令	陳淑榕護理師
100/4/21	痛風用藥知多少	謝裕韋藥師
100/5/3	心血管疾病預防保健	徐婉玲護理師
100/5/18	減重面面觀	張曦勻營養師
100/6/7	菸害知多少	翁佳歆護理師
100/6/23	潰瘍用藥知多少	梁毓婷藥師
100/7/5	認識代謝症候群	胡湘蘭護理師
100/7/20	認識含醣食物	林曉雯營養師
100/8/2	吃甜食會得糖尿病嗎？	林沂鎂護理師
100/8/17	認識乳房攝影	邱珮熒放射師
100/9/6	糖尿病慢性合併症	許秀后護理師
100/9/21	預防骨質疏鬆	洪美鈴營養師
100/10/4	運動好處多	陳淑榕護理師
100/10/19	認識六大類食物	張曦勻營養師
100/11/8	千里之行，始於足下一足部保健	徐婉玲護理師
100/11/16	高血脂飲食	卓宜徵營養師
100/12/6	認識高血壓	翁佳歆護理師
100/12/22	三高用藥知多少	梁毓婷藥師