課程名稱 | 懂中醫慧生活

課程屬性	健康與生活	課程編號	115春-3556

授課老師	黃薰瑩

最高學歷/ 南華大學自然療癒所碩士

相關學經歷/ 成長於一間有 70 多年歷史的祖傳中藥鋪——德源行，曾在台灣大葉大學視覺傳達設計學系完成藝術學學士學歷，2009年前往北京中醫藥大學研習中醫學、 針灸推拿學， 以及《黃帝內經》理論研究， 2017 年順利考取北京執業中醫師證照， 目前於台灣中國醫藥大學中醫學系攻讀博士課程，長年致力於中醫科普教育與文化傳承工作。

現職/ 南華大學生物科技學系兼任講師

上課時間	每週一晚上07:00-09:00 第一次上課日期 2026年03月09日（星期一）

課程理念



關於這一門課：

1. 課程目標與理念

傳承並推廣中醫藥文化，啟發民眾對中醫藥的興趣，並學會將中醫理念融入日常生活的飲食起居，從而實現中醫養生「治未病」的終極目標。

使用教材| 講義、中藥材、精油材料、食材

教 材 費| 2000 元

招生人數| 25 人（若非課程特殊需求，每班招收人數至少 35 人。）

學分收費| 2 學分 2400 元（18 週課程/一次上課 2 小時）

週次	上課日期	課程主題	課程內容
1	2026-03-09 晚上07:00～09:00		中醫學的歷史發展與沿革
2	2026-03-16 晚上07:00～09:00		中醫基礎理論之陰陽五行
3	2026-03-23 晚上07:00～09:00		中醫基礎理論之四氣五味
4	2026-03-30 晚上07:00～09:00		中醫基礎理論之精氣神（上）
5	2026-04-06 晚上07:00～09:00		中醫基礎理論之精氣神（下）
6	2026-04-13 晚上07:00～09:00		中醫基礎理論之藏象學說（上）

7	2026-04-20 晚上07:00～09:00		中醫基礎理論之藏象學說（下）
8	2026-04-27 晚上07:00～09:00		中醫芳療之淨化除穢中藥香包DIY
9	2026-05-04 晚上07:00～09:00		公民素養周
10	2026-05-11 晚上07:00～09:00		中醫基礎理論之病因學說（上）
11	2026-05-18 晚上07:00～09:00		中醫基礎理論之病因學說（下）
12	2026-05-25 晚上07:00～09:00		中醫基礎理論之經絡系統（上）
13	2026-06-01 晚上07:00～09:00		中醫基礎理論之經絡系統（中）
14	2026-06-08 晚上07:00～09:00		中醫基礎理論之經絡系統（下）
15	2026-06-15 晚上07:00～09:00		中醫芳療之平安招福沐浴露DIY
16	2026-06-22 晚上07:00～09:00		中醫防病養生之五運六氣學說（上）
17	2026-06-29 晚上07:00～09:00		中醫防病養生之五運六氣學說（上）
18	2026-07-06 晚上07:00～09:00		成果分享周