



彰化縣護理師護士公會

衛生福利部彰化醫院

## 『芳香療法與健康生活型態：從嗅覺療癒到身心平衡研習會』

一、本活動旨在提升護理人員對芳香療法的認識與臨床應用能力，透過理論講授與實務操作，協助學員掌握芳療在健康促進中的多元角色。課程內容涵蓋芳療基本概念、安全使用原則、精油選擇與稀釋比例，並介紹薰衣草、甜橙、尤加利等常見精油在臨床護理中的應用方式。課程亦分享芳香療法改善更年期婦女睡眠品質的實證成果，探討精油在壓力管理、情緒調節、免疫力提升與呼吸道保健方面的技巧。實作部分安排芳療按摩與滾珠瓶製作，協助學員設計個人化配方，將芳療融入自我照護與臨床實務中，促進身心健康與照護品質。

二、課程時間：114 年 11 月 28 日(五)，13 點 30 分至 16 點 40 分。

三、主辦單位：彰化縣護理師護士公會、衛生福利部彰化醫院護理科

四、上課地點：衛生福利部彰化醫院 2 樓百人會議室(彰化縣埔心鄉中正路二段 80 號)

五、參加對象：本會會員

六、參加名額：60 名

七、報名方式及費用：

報名費用：免費(本課程不提供停車優待)

報名日期：即日起至 114 年 11 月 21 日(五)或額滿為止

報名方式：請至本會網站 <http://www.chnurse.tw/> 線上報名，不接受現場報名。

\*部彰院內會員請逕向護理科報名\*

八、課程內容：護理師/士、長照繼續教育積分(專業)：申請中

日期	時間	主題	主講者/主持人
11 月 28 日 (五)	13：20-13：30	報 到(簽到)	
	13：30-13：40	致歡迎辭 研習會簡介	李妙紋 主任
	13：40-15：00	芳香療法在臨床護理中的應用	陳佩君 護理長
	15：00-15：10	休息時間	
	15：10-16：30	芳香療法與健康生活型態：從嗅覺 療癒到身心平衡	陳佩君 護理長
	16：30-16：40	Q&A 及討論	
	16：40-	簽退及滿意度調查	

備註：為維護上課品質，於開課後 15 分鐘內逾時未到者視同未到；敬請準時參加。

## 九、主講者/主持人介紹：

李妙紋：衛生福利部彰化醫院護理科 主任

彰化縣護理師護士公會 理事

陳佩君：彰化基督教醫院社區健康促進組 護理長

## 十、聯絡人：彰化縣護理師護士公會 溫小姐 電 話：04-7251488

## 十一、注意事項：

1. 為響應節能減碳，敬請自行攜帶水杯。
2. 此次研習會未附餐點，請自行準備。
3. 本研習會當天不提供紙本講義。
4. 本研習會已申請繼續教育積分，敬請於報到時簽到，恕不補簽。
5. 會場有冷氣，請記得攜帶外套。
6. 會場內嚴禁飲食。
7. 尊重他人，請於研習時將手機關機或調整成震動模式。
8. 地圖交通資訊：

本院地址：彰化縣埔心鄉中正路二段 80 號



## 自行開車：

★ 國道 1 號→員林交流道(211K)下→往員林方向→直行約 2.5 公里→彰化醫院位於左邊

★ 東西向快速公路→下埔心交流道後→由埔心連絡道→接員鹿路三段→往溪湖方向→彰化醫院位於右邊

## 坐大眾運輸：

★ 員林火車站/統聯客運站→搭乘本院接駁交通車→彰化醫院

交通車時刻表 <https://www.chhw.mohw.gov.tw/?aid=535>

★ 搭乘員林客運員林線、溪湖線停靠允強、彰化醫院