SUN YAT-SEN CANCER CENTER

健康醫學服務

您有以下這些煩惱嗎? 別獨自苦惱

讓和信醫院健康醫學中心健康管理服務幫您解決困擾!

- 亞健康族，健檢數字正常，但快由黑翻紅，該如何停損，預防生病?
- 健檢出現紅字，開始往高血糖、高血脂、高血壓的三高族邁進，該如何重新找回健康的生活?
- 樂齡族，年紀大體力大不如前、慢性病讓人苦惱，如何調整健康，享受生活?
- 想瘦族，忙碌的生活三餐在外，吃不多卻一直胖，每次減重又復胖，如何用對方式，找回最佳的體態?

和信醫院健康醫學中心精英團隊，將為您量身訂做健康管理課程，兼具科學化量測、專業完整的評估，規劃個人客製化的健康管理服務，與你一起重新找回健康的生活。

請洽諮詢專線：(02) 2897-0011轉 3238、3237

項目名稱		項目說明、服務內容	費用
健康管理服務	飲食健康管理 (客製化1對1服務)	◎ 2次健康檢測與醫師諮詢，包含血液檢驗數值、身體組成分析、飲食及營養評估，提出專業建議，並追蹤檢視後續改善狀況。 ◎ 4次營養師飲食作息整合諮詢。 ◎ 8週線上飲食諮詢服務。	每人6,800元
	體能體位健康管理 (客製化1對1服務)	◎ 2次健康檢測與醫師諮詢，包含血液檢驗數值、身體組成分析、飲食及營養評估、身體活動力風險檢測，提出專業建議，並追蹤檢視後續改善狀況。 ◎ 4次營養師飲食作息整合諮詢。 ◎ 8次運動教練服務，提供體能檢測及客製化運動規劃。 ◎ 8週線上飲食及運動諮詢服務。	一對一， 每人23,000元 兩人同行， 每人17,000元
	健康醫學 (10人團體服務)	◎ 2次健康檢測與醫師諮詢，包含血液檢驗數值、身體組成分析及體能檢測，提出專業建議，並追蹤檢視後續改善狀況。 ◎ 6堂1小時的團體健康講座。 ◎ 6堂1小時的團體運動實作課程。 ◎ 8週線上團體支持服務。 * 滿8人開班，歡迎呼朋引伴團體報名	每人9,800元
體能體位檢查評估	精準六頻 身體組成分析	◎ 透過六頻八點生物阻抗法測量身體組成，包括：體重、身體質量指數、礦物質重、蛋白質重、身體總水分重、身體脂肪重量、體脂肪率、內臟脂肪級別、骨骼肌重量、肌少症評估、基礎代謝率、身體組成總評分。 ◎ 肌肉分析：顯示軀幹跟四肢的肌肉量，了解是否有肌肉量不足的問題。 ◎ 脂肪分析：顯示身體各部位的脂肪量。 ◎ 各部位別圍度、腰臀圍比，評估是否有代謝症候群的風險。 ◎ 檢查後，專人提供報告解說。	每人 每次420元
	身體活動力 風險檢測	以體感影像辨識、穿戴式生理感測與常模分析等技術，科學化評估身體活動狀態，評估個人之肌耐力、心肺耐力、柔軟度、敏捷性、平衡感及身體適應生活與環境的綜合能力，找出你日常活動力的風險及個人體能狀況。	每人 每次1,200元
	身體活動力風險檢測 & 精準六頻身體組成分析	身體活動力風險檢測及身體組成分析2項檢測，整體完整的評估自我身體組成及日常生活身體活動狀態與風險，讓你更了解自己身體的狀況。	每人 每次1,620元

和信醫院關心您~

醫療財團法人辜公亮基金會和信治癌中心醫院
Koo Foundation Sun Yat-Sen Cancer Center