

佳齡

HEALTHSPAN

健康

LIFESTYLE

專業與關懷並重的心臟內科：

蔡迪宇醫師及林麟醫師

您的膽固醇值真的正常嗎？

更容易誘發心血管疾病的「超壞膽固醇」



LINE@

心臟內科·胃腸肝膽科·小兒科·耳鼻喉科·家庭醫學科
神經內科·一般內科·泌尿科·身心科·物理治療·營養諮詢

近期將禮聘李信謙醫師(身心科／睡眠障礙)

與周俊良醫師(胸腔內科／肺部腫瘤)蒞院駐診，敬請期待！

我用心 您放心

心心相印最窩心

NOV.

DEC.

2024年11-12月

Cheers

敬更健康的自己

佳齡感恩季




來佳齡
遇見更健康的自己

HOLD GOOD HEALTH
IN ANY AGE





掛號連結

星期	一			二			三			四			五			六	日	
時間	早診 09:00-12:00	午診 14:00-17:00	晚診 17:30-20:30	早診 09:00-12:00	午診 14:00-17:00	晚診 17:30-20:30	早診 09:00-12:00	午診 14:00-17:00	晚診 17:30-20:30	早診 09:00-12:00	午診 14:00-17:00	晚診 17:30-20:30	早診 09:00-12:00	午診 14:00-17:00	晚診 17:30-20:30	早診 09:00-12:00	休	
 家齡診所 聯合門診 聯絡電話 02-2721-1258	內外科 診間： 家醫科 201 診 一般內科 201 診 胃腸肝膽科 205 診 心臟血管內科 206 診 神經內科 206 診 泌尿科 205 診	家醫科 王森德 三高、疫苗、 一般疾病	神經內科 劉興政 手腳麻木、 神經退化、失智	一般內科 林士弘 三高、貧血、 泌尿道感染、 慢性腎臟疾病	心臟血管內科 蔡迪宇 心律不整、 高血壓、心臟病	胃腸肝膽科 黃思皓 消化道疾患、 肝膽疾患、 B C 肝炎	家醫科 王森德 三高、疫苗、 一般疾病	心臟血管內科 林麟 心律不整、 高血壓、心臟病		家醫科 王森德 三高、疫苗、 一般疾病	神經內科 劉興政 手腳麻木、 神經退化、失智	一般內科 林士弘 三高、貧血、 泌尿道感染、 慢性腎臟疾病	心臟血管內科 蔡迪宇 心律不整、 高血壓、心臟病	神經內科 游家銘 頭痛、神經痛、 神經退化疾病	心臟血管內科 蔡迪宇 心律不整、 高血壓、心臟病	心臟血管內科 蔡迪宇 心律不整、 高血壓、心臟病	心臟血管內科 蔡迪宇 心律不整、 高血壓、心臟病	
	耳鼻喉科 診間：213 診	孫強 耳部疾患保健、 鼻過敏、頭頸部 腫瘤（甲狀腺）	孫強 耳部疾患保健、 鼻過敏、頭頸部 腫瘤（甲狀腺）		孫強 耳部疾患保健、 鼻過敏、頭頸部 腫瘤（甲狀腺）	孫強 耳部疾患保健、 鼻過敏、頭頸部 腫瘤（甲狀腺）	孫強 耳部疾患保健、 鼻過敏、頭頸部 腫瘤（甲狀腺）	孫強 09:00-13:30 耳部疾患保健、 鼻過敏、頭頸部 腫瘤（甲狀腺）	延長服務診		孫強 耳部疾患保健、 鼻過敏、頭頸部 腫瘤（甲狀腺）		許淳翔 耳部疾患保健、 鼻過敏、頭頸部 腫瘤、聽力退化	孫強 耳部疾患保健、 鼻過敏、頭頸部 腫瘤（甲狀腺） 暨 睡眠門診		孫強 11/2、11/16、11/30、 12/14、12/28 開診 耳部疾患保健、 鼻過敏、頭頸部 腫瘤（甲狀腺）		
	小兒科 診間：202 診			陳其柏 腸胃、氣喘、 過敏、減重	林玉玲 過敏氣喘			蘇大鈞 腸胃、氣喘、 過敏、減重		蘇大鈞 腸胃、氣喘、 過敏、減重		陳其柏 腸胃、氣喘、 過敏、減重	蘇大鈞 腸胃、氣喘、 過敏、減重					
	營養諮詢 診間： 營養諮詢 203 診 肌少症門診 206 診		鄭侑琪 體重控制、 肌少症、 三高及術後營養			李苓璋 三高、體重控制、 個人化保健食品 諮詢		鄭侑琪 體重控制、 肌少症、 三高及術後營養 暨肌少症整合門診			顏妙容 預約制 慢性病、 癌症營養照護、 減重		夏子雯 09:30-12:30 減重代謝、 三高、腎臟病、 孕產婦營養					
 嘉齡診所 身心·疼痛 聯絡電話 02-2721-1257	身心科 初診： 請備健保卡及身分證 診間： 101 診、102 診	劉興政 失智、老年 與成人身心	沈眉君 兒童青少年 及成人身心	沈眉君 兒童青少年 及成人身心	劉興政 失智、老年 與成人身心	劉興政 失智、老年 與成人身心	蔡長哲 成人（憂鬱焦慮、 失眠、壓力調節）	黃苑婷 11/6、11/27 開診 限複診掛號		沈眉君 兒童青少年 及成人身心	沈眉君 兒童青少年 及成人身心	沈眉君 兒童青少年 及成人身心	沈眉君 兒童青少年 及成人身心 暨 睡眠門診		沈眉君 兒童青少年 及成人身心			
	預約自律神經檢測門診，請以電話預約 02-2721-1257 或表單預約 https://reurl.cc/2YxK6v 。																	
	運動醫學 （物理治療師） 診間：104 診			陳曉謙 運動處方、 特殊族群訓練、 運動傷害					謝昀潔 11/6、11/20、12/4、 12/18 開診 肩頸、下背痛、 足部傷害			陳曉謙 運動處方、 特殊族群訓練、 運動傷害		陳曉謙 運動處方、 特殊族群訓練、 運動傷害				
疼痛科／ 物理治療 預約制	翁邦耀 肌肉骨骼疼痛、 特殊族群訓練	翁邦耀 肌肉骨骼疼痛、 特殊族群訓練	謝昀潔 肩頸、下背痛、 足部傷害	陳曉謙 運動傷害、 肌肉骨骼疼痛	翁邦耀 肌肉骨骼疼痛、 特殊族群訓練	疼痛科 衣念祖 急慢性疼痛照護	謝昀潔 肩頸、下背痛、 足部傷害 暨肌少症整合門診		謝昀潔 肩頸、下背痛、 足部傷害	翁邦耀 肌肉骨骼疼痛、 特殊族群訓練		謝昀潔 肩頸、下背痛、 足部傷害	陳曉謙 運動傷害、 肌肉骨骼疼痛					
欲掛疼痛科衣念祖醫師，請用電話預約 02-2721-1257 / 欲進行物理治療，請先掛號運動醫學診，待檢查評估後，會提供建議預約物理治療或轉介其他科別。																		
星期	一		二		三		四		五		六	日						
時間	早診 09:00-12:30	晚診 18:00-21:00	早診 09:00-12:30	晚診 18:00-21:00	早診 09:00-12:30	晚診 18:00-21:00	早診 09:00-12:30	晚診 18:00-21:00	早診 09:00-12:30	晚診 18:00-21:00	早診 09:00-12:30	晚診 18:00-21:00						
 立安診所 聯絡電話 02-2793-3632	小兒科 診間：202 診	林玉玲 過敏氣喘 蘇大鈞 腸胃、氣喘、 過敏、減重	陳其柏 腸胃、氣喘、 過敏、減重	林玉玲 過敏氣喘	林玉玲 過敏氣喘	陳其柏 腸胃、氣喘、 過敏、減重	陳其柏 腸胃、氣喘、 過敏、減重	林玉玲 過敏氣喘	林玉玲 過敏氣喘	蘇大鈞 腸胃、氣喘、 過敏、減重	林玉玲 過敏氣喘 陳其柏 腸胃、氣喘、 過敏、減重							



一站式醫療服務
**打造健康
 保護力**

動得勤 吃得對 想得開 睡得好 病得少 常聯繫

專注完美 台大心臟血管內科醫師團隊
 從預防到治療全力以赴，給您最好的支持與關懷

心臟科
 掛號預約



家醫診所主治醫師
蔡迪宇醫師

「用心讓生活
 每一秒都精彩跳動。」

專長

冠狀動脈及頸動脈支架置放術、心臟超音波、心律不整、瓣膜性心臟病、心臟衰竭、高血壓、高血脂、糖尿病

現職

新店耕莘醫院 心臟科 兼任主治醫師

經歷

臺大醫院 兼任主治醫師
 臺大醫院 內科部 心臟科 住院醫師／總醫師
 臺北市立聯合醫院 心臟科 主治醫師
 新店耕莘醫院 心臟科 主治醫師

學歷

中國醫藥大學 醫學系 學士



家醫診所兼任主治醫師
林麟醫師

「喜樂的心
 乃是良藥！」

專長

高血壓、高血脂、冠狀動脈心臟病、心律不整、心臟衰弱、心臟超音波

現職

新竹安慎診所 心臟科主治醫師

經歷

新竹臺大醫院 心臟超音波室 主任
 新竹臺大醫院 心導管室 主任
 新竹臺大醫院 心臟科 主治醫師
 臺大醫院心臟內科 兼任主治醫師
 臺大醫院心臟內科 總醫師

學歷

臺灣大學 醫學系 學士

您的膽固醇值真的正常嗎？

更容易造成血管發炎硬化的「超壞膽固醇」

佳齡統計了近兩年的血液生化檢驗數據，發現即使在總膽固醇和壞膽固醇均正常的人群中，仍有 12.6% 的人其超壞膽固醇 (sdLDL) 數值超出正常範圍，這些人屬於心血管疾病的高風險族群，需要謹慎評估，並與醫師討論如何積極介入以改善健康。

對於血脂肪的檢查，大家較常聽到的指標包括總膽固醇 (T-CHO)、低密度膽固醇 (LDL-C，俗稱壞膽固醇)，以及高密度膽固醇 (HDL-C，俗稱好膽固醇)。隨著醫療技術的發展，現已有許多研究證實，除了這些傳統指標外，小顆粒緻密低密度脂蛋白膽固醇 (sdLDL)，即「超壞膽固醇」，也會影響血管硬化、斑塊生成及心血管疾病的風險。sdLDL 對於預測心血管疾患的準確性更高，因為這些較小顆粒的膽固醇更容易穿透血管壁，導致血管發炎和硬化，最終引發血管阻塞和心血管疾病。

因此，檢測血脂時除了關注壞膽固醇，還應同時評估超壞膽固醇是否超標，以全面了解自己的心血管疾病風險。佳齡年終健檢活動提供多項方案，包括【心心相印-心腦血管進階套組】和【腸保健康-無痛內視鏡+電腦斷層套組】等，都包含超壞膽固醇檢測項目，幫助民眾及時了解和守護自己的健康，如有需要歡迎預約。



佳齡感恩季
 年終健檢活動方案



官方 LINE
 諮詢健檢



秋冬來臨您也「情緒過敏」嗎？

3 面項守護大腦健康，佳齡陪您關照身心變化

1 運動 打造快樂處方

- | | |
|------------------------------------|---------------------------------------|
| <p>有氧運動</p> <p>150 分鐘</p> | <p>阻力運動</p> <p>10-15 下, 1-3 組</p> |
| <p>平衡運動</p> <p>3-5 分鐘, 3-4 個動作</p> | <p>柔軟度運動</p> <p>停留 10-30 秒, 2-4 下</p> |

持續做 10 ~ 12 週以上

2 營養 攝取快樂賀爾蒙

- | | |
|------------------------|----------------------------|
| <p>色胺酸</p> <p>魚、豆腐</p> | <p>維生素 D</p> <p>蛋、日曬香菇</p> |
| <p>鎂</p> <p>小麥、穀物</p> | <p>EPA</p> <p>鮭魚</p> |

3 身心 + 諮商 以專業陪伴您

- | | |
|----------------|---------------|
| <p>轉轉注意力</p> | <p>培養新興趣</p> |
| <p>放鬆與壓力調適</p> | <p>尋求專業諮詢</p> |

若身心狀態影響到您日常的工作、社交、睡眠及飲食
 嘉齡身心科門診 / 心理諮商，可提供您專業協助



疫苗給您與家人
**最完整的
 保護力**

15價肺炎鏈球菌疫苗

自費/公費流感疫苗

HPV疫苗

RSV呼吸道融合病毒疫苗

帶狀皰疹疫苗

幼兒常規疫苗接種

公費及自費疫苗施打 提升保護力 歡迎預約 02-2721-2821#1102

劉興政 醫師 神經內科、身心科
佳齡生活健康中心 醫療長

專長 失眠、焦慮、憂鬱、失智症、神經退化疾患

現職 臺北市立聯合醫院松德院區 兼任主治醫師

經歷 臺北市立聯合醫院松德院區 副院長
臺北市立聯合醫院松德院區 一般精神科 主任

學歷 臺北醫學大學 細胞及分子生物研究所 博士

部定教職 臺北醫學大學 醫學系 助理教授

游家銘 醫師 神經內科
兼任主治醫師

專長 頭痛、眩暈症、神經退化性疾、周邊神經病變、下背痛、神經痛、腦中風後遺症

經歷 林口長庚紀念醫院 神經內科主治醫師
臺北市立聯合醫院 仁愛院區 神經內科主治醫師
台北醫學大學附設醫院 神經內科 門診部主任

學歷 台北醫學大學 醫學士

陳冠仰 醫師 胃腸肝膽科
兼任主治醫師

專長 消化道疾患、肝膽胰疾患、B C 肝炎、腹部超音波、內視鏡

經歷 臺北市立聯合醫院 陽明院區 院長
臺北市立聯合醫院 仁愛院區 副院長
台灣小腸醫學會 理事長
台灣肝癌醫學會 常務理事
台灣消化系內視鏡醫學會 常務理事
台灣消化系醫學會 常務理事

學歷 國立陽明大學臨床醫學研究所 博士

吳文傑 醫師 胃腸肝膽科
兼任主治醫師

專長 胃食道逆流診治、食道蠕動疾病、胃鏡 / 大腸鏡、腹部超音波

經歷 台北中山醫院 膠囊內視鏡中心 主任
員榮醫院 員生院區 胃食道逆流診治中心 主任
臺北市立聯合醫院 仁愛院區 消化內科 主治醫師
台北榮民總醫院 消化內科 主治醫師

學歷 台北醫學大學 醫學系 學士

孫強 醫師 耳鼻喉科
家齡診所 副院長

專長 上呼吸道感染、鼻過敏、頭頸部腫瘤、頭頸部(甲狀腺)超音波、聲音沙啞、吞嚥困難、口乾

現職 衛生福利部雙和醫院 兼任主治醫師

經歷 臺北醫學大學附設醫院 主治醫師
密西根大學 研究醫師

學歷 臺北醫學大學醫學資訊所 碩士

許淳翔 醫師 耳鼻喉科
兼任主治醫師

專長 鼻塞 / 鼻過敏、呼吸道疾患、頭頸部腫瘤、聽力退化、喉嚨異物感

經歷 雙和醫院耳鼻喉科總醫師
杜詩綿教授學術基金會獎學金獲獎
衛生福利部雙和醫院 頭頸部疾病照護認證流程設計者

學歷 台北醫學大學醫學學士

新進醫師

林士弘 醫師 一般內科
主治醫師

專長 三高、貧血、泌尿道感染、慢性腎臟疾病

經歷 中華民國內科專科醫師、腎臟專科醫師
前淡水馬偕醫院腎臟內科主治醫師

學歷 中國醫藥大學(中西醫)畢業

葉劭德 醫師 泌尿科
顧問醫師

專長 攝護腺術後加速康復、泌尿腫瘤、術前準備、攝護腺與腎上腺疾病、病程追蹤

現職 臺北醫學大學附設醫院癌症中心主任
臺北醫學大學附設醫院泌尿科主治醫師

學歷 臺北醫學大學醫學研究所理學博士
美國紐約羅徹斯特大學醫學中心進修

林玉玲 醫師 小兒科、過敏氣喘科
兼任主治醫師

專長 一般兒科、過敏症、氣喘治療

現職 立安診所 院長

經歷 臺大醫院 小兒科 過敏免疫次專科兼任主治醫師

學歷 臺灣大學 醫療機構管理研究所 碩士
臺北醫學大學 醫學系 學士

蘇大鈞 醫師 小兒科
主治醫師

專長 一般兒科、兒童腸胃道及肝膽胰疾病、兒童營養腹部超音波及內視鏡檢查

現職 輔大醫院 兒童醫學部 兼任主治醫師

經歷 臺大醫院 小兒腸胃科 研修醫師
輔仁大學 臨床教師

學歷 高雄醫學大學 醫學系 學士

王森德 醫師 家醫科
佳齡診所 副院長

專長 一般疾病、三高慢性病、疫苗諮詢、健康檢查及諮詢

經歷 臺北醫學大學附設醫院 預防醫學暨社區醫學部 / 家庭醫學科 / 高齡醫學科 / 健康管理中心 主任
聯安診所 家庭醫學科暨職業醫學科 主任

學歷 臺灣大學 預防醫學研究所 博士
臺灣大學 醫學系 學士

部定教職 臺北醫學大學 醫學系 助理教授

衣念祖 醫師 麻醉疼痛科
麻醉科 主任

專長 一般麻醉、術期照護、術後急性疼痛、慢性疼痛

現職 臺大醫院 麻醉疼痛科 兼任主治醫師
臺大新竹分院 麻醉疼痛科 兼任主治醫師

經歷 臺大醫院 麻醉科 住院醫師 / 總醫師

學歷 臺灣大學 醫學系 學士

陳其柏 醫師 小兒科
佳齡健檢中心 主任

專長 一般兒科、小兒消化系疾病、腹部超音波

經歷 臺大新竹分院生醫院區 小兒科 主治醫師
臺大醫院 小兒腸胃科 研修醫師
臺大醫院 小兒科 住院醫師

學歷 臺灣大學 醫學系 學士

黃思皓 醫師 胃腸肝膽科
兼任主治醫師

專長 上下消化道內視鏡、急性慢性肝炎、大腸息肉、腹部超音波

經歷 衛生福利部雙和醫院 胃腸肝膽科 主治醫師
衛生福利部花蓮醫院 消化內科 主治醫師
東京順天堂大學醫學部附屬順天堂醫院內視鏡科
衛生福利部雙和醫院 內科 住院醫師

學歷 陽明大學 醫學系

新進醫師

黃苑婷 醫師 身心科
主治醫師

專長 自律神經失調、失眠、憂鬱焦慮、情緒壓力調節、恐慌症、強迫症、飲食疾患、老年身心醫學

經歷 臺北市立聯合醫院松德院區 老年精神科 研究醫師
衛生福利部桃園醫院 身心內科 主治醫師
內湖身心精神科診所 主治醫師
臺大醫院 老年醫學部 訓練醫師

學歷 成功大學 醫學系 學士

沈眉君 醫師 身心科
主治醫師

專長 兒童青少年精神疾患、兒童青少年心理治療、自律神經失調、失眠、憂鬱焦慮、一般精神疾病

經歷 臺北市立聯合醫院松德院區 兒童青少年精神科 研究醫師
部立桃園醫院 身心科 主治醫師

學歷 英國 Tavistock Centre 兒童青少年心理治療 碩士
中山大學 哲學研究所 碩士
高雄醫學大學 醫學系 學士

蔡長哲 醫師 身心科
兼任主治醫師

專長 精神病、思覺失調症、躁鬱症、憂鬱症、失眠、焦慮症

現職 臺灣精神醫學會 理事長
台灣社會心理復健協會 常務理事

經歷 衛福部雙和醫院 兼任主治醫師
台中美德醫院 院長

學歷 臺北醫學大學 醫學系 學士

鄭依鈴 心理師 身心科
心理師

專長 壓力調適、情緒困擾、人際 / 感情、自我認同、性別友善、職場心理健康、自律神經檢測

經歷 思塾心理諮商所合作心理師
敦化國中 / 桃園教師會特約心理師
伊甸基金會特約團體心理師
企業職場心理健康講師
政治大學身心健康中心初談員

學歷 政治大學 輔導與諮商 碩士

黃昷閱 物理治療師 物理治療師

專長 肌力與體能訓練、肌肉骨骼傷害、頸部失能專長、跑步相關傷害及訓練

經歷 富邦台北馬拉松合作場邊防護 物理治療師
師大高健身 肌力與體能教練
曾任內湖恆新復健科診所 物理治療師
曾任永和原力復健科診所 物理治療師

學歷 長庚大學 物理治療學系 學士

認證 長照物理治療師專業 Level 2

新進物理治療師

李子函 物理治療師 物理治療師

專長 器械皮拉提斯、下背痛肩頸痛治療、孕婦皮拉提斯、中高齡運動訓練

經歷 溫度 Ondo 工作室 皮拉提斯老師
陽光基金會 陽光活力中心 物理治療師
馬拉松及體操場邊防護

學歷 國立陽明大學 物理治療暨輔助科技學系 碩士

認證 Balanced Body® Pilates 全器械認證指導員
Ondo 孕產婦皮拉提斯 expert

新進物理治療師

李子函 物理治療師 物理治療師

專長 肌力與體能訓練、肌肉骨骼傷害、頸部失能專長、跑步相關傷害及訓練

經歷 富邦台北馬拉松合作場邊防護 物理治療師
師大高健身 肌力與體能教練
曾任內湖恆新復健科診所 物理治療師
曾任永和原力復健科診所 物理治療師

學歷 長庚大學 物理治療學系 學士

認證 長照物理治療師專業 Level 2

新進物理治療師

陳曉謙 物理治療師 / 訓練師 運動醫學總監

專長 骨科疾病、運動傷害、運動醫學、肌力與體能訓練

經歷 陽明交通大學 物理治療暨輔助科技學系 兼任專技講師
曾任楊俊瀚 個人物理治療師
曾任世大運中華台北醫療代表團 物理治療師

學歷 臺灣大學 物理治療學系 碩士 / 學士

認證 NSCA-CSCS 美國肌力與體能學會 肌力與體能訓練師
ACSM-CPT 美國運動醫學會 私人教練認證

謝昀潔 物理治療師 物理治療師

專長 肌肉骨骼系統疾病與疼痛、人體力學與動作模式分析、姿勢 / 步態檢測與調整

經歷 陽明交通大學物理治療暨輔助科技學系 骨骼肌肉足部輔具課程講師

學歷 University of Montana, Doctor of Physical Therapy
國立陽明大學物理治療暨輔助科技學系 學士

認證 ACSM-CPT 美國運動醫學會 私人教練認證

翁邦耀 物理治療師 / 教練 物理治療師

專長 骨科疾病、運動傷害、特殊族群訓練

經歷 台北國泰醫院 實習物理治療師
聯合醫院仁愛分院 實習物理治療師

學歷 陽明交通大學 物理治療暨輔助科技學系 學士

認證 ACSM-CPT 美國運動醫學會 私人教練認證
NASM-CES 美國國家運動醫學會 動作矯正專家認證

鄭伶琪 營養師 營養膳食部 主任

專長 體重管理、肌少症、三高、術後營養

現職 中華民國肥胖研究學會第十三屆監事

經歷 臺北醫學大學附設醫院 營養室營養師
臺北醫學大學附設醫院 全方位體重管理中心營養師
衛生福利部雙和醫院 代謝及體重管理中心營養師

學歷 臺北醫學大學 保健營養研究所 博士

李苓璋 營養師 營養膳食部 營養師

專長 疾病營養、體重管理、運動營養、個人化保健食品諮詢

經歷 國泰健康管理 營養師
立達診所 營養師
台大醫院 營養師
台北榮總高齡醫學中心 營養師

學歷 中山醫學大學 營養系 學士

新進營養師

夏子雯 營養師 營養膳食部 兼任營養師

專長 體重管理、三高、慢性病 / 老年 / 孕產婦 / 學童 / 癌症營養、管灌飲食調配

經歷 新光醫院營養課股長
財團法人康寧醫院營養科代理組長暨營養師
歐洲學校營養顧問
佳音營養諮詢中心營養師

學歷 輔仁大學 營養科系 學士

夏子雯 營養師 營養膳食部 兼任營養師

專長 體重管理、三高、慢性病 / 老年 / 孕產婦 / 學童 / 癌症營養、管灌飲食調配

經歷 新光醫院營養課股長
財團法人康寧醫院營養科代理組長暨營養師
歐洲學校營養顧問
佳音營養諮詢中心營養師

學歷 輔仁大學 營養科系 學士

施怡如 / 珍珍 教練 加力運動醫學 部門總監

專長 肌力與體能訓練、功能性訓練、銀髮族群練、增肌減脂、體態調整

經歷 GYMEFIT 健身工作室 私人教練
2021 出版《珍珍教練的 40+50+60+ 增肌慢老重訓課》

學歷 臺灣大學 工商管理學系 學士

認證 ACE-CPT 美國運動委員會 私人教練認證
NASM-CES 美國國家運動醫學會 動作矯正專家認證

韓成志 / 歐耶 教練 加力運動醫學 教練

專長 特殊族群訓練、肌力與體能訓練、功能性訓練

經歷 GYMEFIT 健身工作室 副店長
內湖高中排球隊 肌力與體能教練
臺北醫學大學附設醫院 醫師助理

學歷 東海大學 畜產與生物科技學系 分子生物組 碩士

認證 ACE-CPT 美國運動委員會 私人教練認證
RTS 美國阻力訓練大師 原廠認證

陳傑儒 教練 加力運動醫學 教練

專長 功能性訓練、特殊族群訓練、動作評估與矯正訓練

經歷 各大運動中心私人、團體課程教練
行政院 - 環境保護署 團體課程教練

學歷 國立體育大學 體育推廣學系

認證 ACSM-CPT 美國運動醫學會 私人教練認證
ACE-CPT 美國運動委員會 私人教練認證
NASM-CES 美國國家運動醫學會 動作矯正專家認證

劉力誠 / Roy 教練 加力運動醫學 教練

專長 功能性訓練、心肺耐力訓練、運動矯正、肌力與體能訓練

經歷 凝聚運動顧問 訓練師

認證 ACE-CPT 美國運動委員會 私人教練認證
NASM-CES 美國國家運動醫學會 動作矯正專家認證

蔡宜儒 / 路易 教練 加力運動醫學 教練

專長 健美式訓練、肌力與體能訓練、形體雕塑、自行車專項訓練與動作調整

經歷 2023 fit model 模特健體、形體錦標賽
男子健體 / 形體量級第六名
2023 基隆市市長盃 男子健體 / 形體 量級第五名

認證 ACE-CPT 美國運動委員會 私人教練認證
NASM-CES 美國國家運動醫學會 動作矯正專家認證

林高帆 / Maisie 教練 加力運動醫學 教練

專長 功能性訓練、特殊族群訓練、肌力與體能訓練

經歷 Dr.gym 健身教練
2022 小龍盃女子街頭健身亞軍
2022 小龍盃女子引體向上冠軍

認證 NSCA-CPT 美國肌力與體能學會 私人教練認證
中華民國跑酷 C 級教練證
中華民國健力 C 級教練證

林高帆 / Maisie 教練 加力運動醫學 教練

專長 功能性訓練、特殊族群訓練、肌力與體能訓練

經歷 Dr.gym 健身教練
2022 小龍盃女子街頭健身亞軍
2022 小龍盃女子引體向上冠軍

認證 NSCA-CPT 美國肌力與體能學會 私人教練認證
中華民國跑酷 C 級教練證
中華民國健力 C 級教練證

佳齡感恩季

Cheers

敬更健康的自己

感恩回饋價**23,900**元起

心心相印

心腦血管進階套組

\$23,900元

- 心臟超音波、頸動脈超音波
- 自律神經檢測&身心壓力評估
- 超壞膽固醇 (sdLDL)
- 動脈彈性硬化分析 (ASI)
- 23項心腦血管及代謝檢查
- 10項消化系統
- 3項佳齡特色檢查
- 3項腫瘤標記

無痛內視鏡進階套組同享優惠價

腸保健康

無痛內視鏡+電腦斷層套組

\$49,800元

- 無痛胃腸鏡
- 肺部低劑量輻射電腦斷層攝影
- 8項男/女性腫瘤標記
- 乳房/婦科檢查
- 動脈彈性硬化分析 (ASI)
- 近22項高階心血管&代謝檢測
- 16項消化系統
- 7項肌肉骨骼健康相關檢查
- 泌尿科檢查
- 4項佳齡特色檢查
- 自律神經檢查

無痛內視鏡進階尊榮／防癌尊榮／心腦血管尊榮套組同享優惠價

腸保健康系列 無痛內視鏡防癌套組 享專案價**50,800**元

不限以上廣告套組，佳齡網站中所有同價格套組，皆可享專案價

地址 | 台北市敦化南路一段205號1F/B1

電話 | 02-2721-2821

網址 | www.healthspan.com.tw

診所營業時間 |

週一至週五 | 早診09:00-12:00

| 午診14:00-17:00

| 晚診17:30-20:30

(每週三耳鼻喉科早診延長服務至13:30)

週六 | 09:00-12:00

(健檢中心以實際開診時間公告為準)

週日 | 公休



官網



LINE@



Facebook

