

佳齡

HEALTHSPAN

健康

LIFESTYLE

耳鼻喉科團隊
從根本解決問題 讓您與健康零距離

慢性病患者 年節聚餐也能無負擔
營養師教您吃出健康活力

過年最高休息法！解決大腦疲勞感讓身心煥然一新



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

我用心 您放心

心心相印最窩心

JAN.
FEB.

2025年1-2月



來佳齡
遇見更健康的自己

HOLD GOOD HEALTH
IN ANY AGE



1、2 月份門診表

國定假日：1/1 (三)、1/28 (二) ~ 2/1 (日) 農曆春節假日、2/28 (五) 228 紀念日




初診 | 請先至櫃檯報到，最晚請於休診前 30 分鐘完成報到
 複診 | 最晚請於休診前 15 分鐘完成報到
 佳齡健康地址 | 台北市大安區敦化南路一段 205 號 1F/B1
 立安診所地址 | 台北市內湖區內湖路二段 365 號



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 205、206 診 泌尿科 205 診 腎臟專科 201 診	家醫科 王森德 三高、疫苗、 一般疾病 心臟血管內科 蔡迪宇 心律不整、 高血壓、心臟病	神經內科 劉興政 手腳麻木、 神經退化、失智 胃腸肝膽科 陳冠仰 消化道疾患、 肝膽疾患、 B C 肝炎	一般內科 腎臟專科 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	神經內科 游家銘 頭痛、神經痛、 神經退化疾病 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 胃腸肝膽科 陳冠仰 消化道疾患、 肝膽疾患、 B C 肝炎		神經內科 劉興政 手腳麻木、 神經退化、失智	一般內科 腎臟專科 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 泌尿科 葉劭德 攝護腺術後 加速康復	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 胃腸肝膽科 吳文傑 1/4、1/18、2/15 開診 難治型胃食道逆流、 食道蠕動疾病		
	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 1/11、1/25、2/8、 2/22 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	林玉玲 過敏氣喘	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		鄭侖琪 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			鄭侖琪 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	沈眉君 兒童青少年 及成人身心 暨 睡眠門診	蔡長哲 成人 (憂鬱焦慮、 失眠、壓力調節) 鄭依鈴 預約制 自律神經檢測門診	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	沈眉君 兒童青少年 及成人身心	李信謙 1/17、1/24、2/7、 2/14、2/21 開診 睡眠障礙、焦慮 憂鬱、身心疾患 黃文弘 電話預約制 身心調適、憂鬱	詹佳真 焦慮、憂鬱、 自律神經失調	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 。預約週五午診黃文弘醫師門診，請以電話預約 02-2721-1257。																	
	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				陳曉謙 1/8、1/22、2/5、 2/19 開診 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	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	李子函 肩頸下背痛	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	李子函 肩頸下背痛	李子函 肩頸下背痛	黃昱閔 跑步傷害	黃昱閔 跑步傷害	李子函 肩頸下背痛	疼痛科 衣念祖 急性慢性疼痛照護	黃昱閔 跑步傷害	李子函 肩頸下背痛	李子函 肩頸下背痛	翁邦耀 肌肉骨骼疼痛、 特殊族群訓練	李子函 肩頸下背痛	李子函 肩頸下背痛	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	休
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	林玉玲 過敏氣喘	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
健康無憂
生活更美好

動得勤 吃得對 想得開 睡得好 病得少 常聯繫

耳鼻喉科團隊
從根本解決問題，讓您與健康零距離

耳鼻喉科
掛號預約



家齡診所副院長
孫強醫師

「從根本下手，
才是健康之道。」

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

佳齡生活健康中心 耳鼻喉科 主治醫師
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



家齡診所兼任主治醫師
許淳翔醫師

「聽得清楚，是和長輩
良好溝通的開始。」

專長

頭頸癌篩檢、聽力退化、喉嚨異物感、鼻塞／鼻過敏

現職

家齡診所 耳鼻喉科 兼任主治醫師

經歷

衛生福利部雙和醫院 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癌疾病照護認證流程設計者

學歷

臺北醫學大學 醫學系 學士

年節聚餐也能無負擔

營養師教您吃出健康活力



新年新希望也有心壓力

慢性病患者

糖尿病

- 適量全穀、水果及牛奶
- 控制單糖飲料及蛋糕
- 蔬菜搭配低脂肉

腎臟病

- 注意鈉攝取
- 慢性腎衰竭可以少量蛋白質，避免同餐過量
- 避免可樂及濃湯（可減少磷及鉀攝取）

高血壓、高血脂

- 適量全穀、水果及牛奶
- 控制單糖飲料及蛋糕
- 蔬菜搭配低脂肉

痛風

- 避免高普林食物，如內臟或濃湯
- 海鮮、豬、雞適量吃
- 無糖茶取代湯品與酒

分享小技巧，助您減緩壓力疲憊，祝您身心煥然一新
適度休息是為自己的健康負責，身體運動與正念練習有助調適新年的壓力，
分享專業小技巧，助您好好休息，啟動新年時光。



陳曉謙
物理治療師

運動減壓，維持習慣
維持每週 3-5 次運動頻率
混合有氧和重量訓練

確保身體的水分充足
提供肌肉足夠養分

避免久站久坐
每維持姿勢一段時間
就起來活動 5-10 秒



鄭依鈴
諮商心理師

心理紓壓小技巧
正念呼吸幫助專注當下
維持平靜，安穩身心

練習正念呼吸
放鬆正坐
專注在呼吸時的身體感受

接觸大自然
公園或戶外踏青
親近自然，重新感覺存在

適度暫停，壓力保持距離
新年期間社交壓力大
請允許暫停、獨處減壓

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、頭頸部篩檢、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

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研
衛生福利部雙和醫院 內科 住院醫師

學歷 陽明大學 醫學系

沈眉君 醫師 身心科
嘉齡診所 副院長

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
心理諮商中心 主任

專長 焦慮 / 憂鬱、壓力調適、感情 / 親密關係、家庭 / 親子關係、人際議題、性別友善諮商、職場心理健康、自律神經檢測

經歷 勞動部勞工健康服務醫事人員
思塾心理諮商所
北市教育局校園醫療入校計畫
北市聯醫松德院區心理治療中心
政治大學身心健康中心

學歷 政治大學 輔導與諮商 碩士

李信謙 醫師 身心科
兼任主治醫師

專長 睡眠障礙、焦慮憂鬱、身心疾患、情感性疾

現職 臺北醫學大學附設醫院睡眠中心 主任
臺北醫學大學附設醫院睡眠中心 精神科主治醫師
臺北醫學大學人文暨社會科學院副院長

經歷 臺北醫學大學附設醫院精神科主任
雙和醫院精神科主任

學歷 美國哥倫比亞大學 公共衛生碩士
臺北醫學大學 醫學士

黃文弘 醫師 身心科
兼任主治醫師

專長 焦慮、憂鬱、失眠、急性壓力反應 / 慢性身心症狀、心理治療

現職 台北市 昱捷診所 主治醫師

經歷 永和耕莘醫院 心理諮商中心 主任
臺灣心理治療學會 秘書長 / 家族治療委員會
華人心理治療研究發展基金會 董事

學歷 臺北醫學大學 醫學士
陽明大學 衛生福利研究所 碩士

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

詹住真 醫師 身心科
兼任主治醫師

專長 失眠、焦慮、憂鬱、恐慌症、失智症合併精神症狀、急性壓力反應、心理治療

現職 臺北市立聯合醫院中興院區 精神科主任

經歷 臺北市立聯合醫院松德院區 一般精神科 主治醫師

學歷 中山醫學院醫學系學士

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

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

黃昞閔 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

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

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、住音營養諮詢中心營養師

學歷 輔仁大學 營養科學系 學士

顏妙容 營養師
營養膳食部 兼任營養師

專長 疾病營養、癌症營養照護、減重及慢性病飲食指導、老年營養照護

經歷 臺北市立聯合醫院 仁愛院區 營養師
癌症希望基金會 營養師

學歷 國立台灣師大營養科學研究所 碩士

鄭侑琪 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

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

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

佳齡開春早鳥健檢

2025

蛇來運轉

靈活如蛇 · 早鳥登場

開放預約

無痛腸胃內視鏡

高C P值

- 專科醫師當日執行解說
台大、雙和、亞東等醫學中心團隊
- 專任麻醉醫護團隊守護
讓您放心又安心
- OLYMPUS CV-290電子腸胃鏡
搭配高規格窄頻影像技術 (NBI)

單做無痛腸胃內視鏡可預約時間與名額依實際情況排定

心腦血管進階套組

冬季嚴選

- 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

加選無痛內視鏡更安心

心氣象

無痛內視鏡+電腦斷層套組

佳齡人氣王

- 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

健康腸相伴

不限以上主題套組，佳齡網站上所有套組，皆可預約諮詢

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

