



中華
O T
电子
期刊

THE CHINESE

OT e-Newsletter

2025 年 4 月號



編輯委員會

黃錦文

香港職業治療學院

張瑞昆

臺灣高雄長庚醫院

林國徽

廣州市殘疾人康復中心

李奎成

山東第二醫科大學

閔彥寧

河北省人民醫院

楊永紅

四川大學華西醫院

朱毅

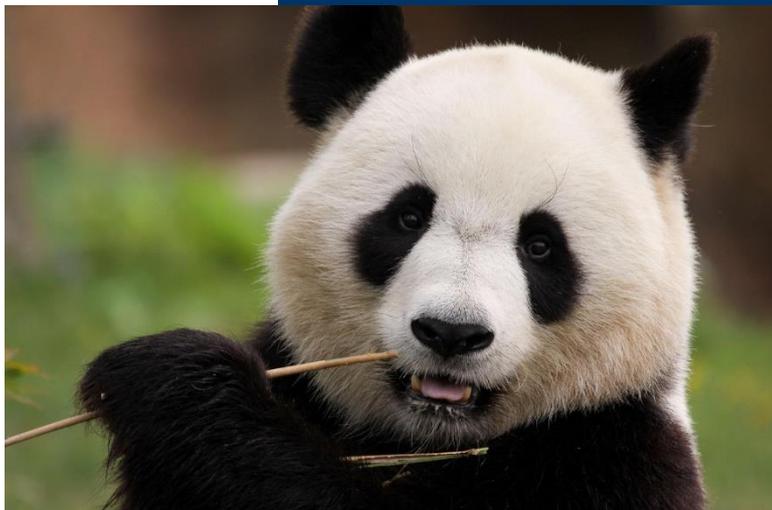
鄭州大學第五附屬醫院

郭鳳宜

長和醫療

本期責任編輯

朱毅



編者寄語

在肌骨疼痛康復領域深耕的這些年，我們的眼光大多聚焦於物理治療手段。然而，當決心以全生命週期的視角審視肌骨問題，將國際功能、殘疾和健康分類（ICF）中的活動因素與社會參與因素納入康復分析及目標體系時，作業治療的關鍵意義便深深融入了 TORSO 肌骨康復體系的構建根基。

生活方式，恰是個體活動與社會參與的集中映照。古諺有雲“病從口入，禍從口出”，寥寥數語，道盡飲食與健康的緊密關聯。肥胖、糖尿病、高脂血症、痛風等代謝性疾病，往往與不良飲食習慣難解難分。若不轉變生活方式，患者恐將終生依賴藥物治療，而藥物副作用更令他們不堪其擾。再者，言語衝突引發的禍端亦不容小覷，過激言語常為矛盾導火索，逐步升級為肢體衝突，無論個人還是群體，都難免身心受損。

現代醫學正從傳統生物醫學模式邁向社會心理生物醫學模式，這意味著健康研究範疇從單純的生物體拓展至廣闊的社會因素領域。這一轉變開啟了全新且複雜的研究方向，諸多混雜因素紛至沓來。但無論前路如何荊棘，我們已然意識到，人的健康與生活方式、自然與人文環境乃至經濟管理息息相關。

本期期刊特邀青年專家就這一前沿議題各抒己見，旨在拓寬視野，以全新視角拼湊健康版圖。我們深信，假以時日，必能於宏觀與微觀層面雙管齊下，實現突破性進展，為人類健康的延續鋪就通途。

致謝本期所有作者，以及協助我進行本期文案編輯的饒永蘭老師。正是你們的辛苦工作才有這期刊的出版。

本期編輯

朱毅

目錄

| | |
|-------------------------------|----|
| 生活方式醫學在心血管疾病的預防與康復中的應用 | 1 |
| 生活方式醫學在呼吸系統疾病的預防與康復中的應用 | 6 |
| 生活方式醫學在慢性疼痛管理中的應用 | 10 |
| 生活方式醫學在女性健康中的應用 | 13 |
| 生活方式醫學：守護青少年健康的新路徑 | 19 |
| 生活方式醫學面對焦慮抑鬱的應用 | 24 |
| 生活方式醫學應對腫瘤康復 | 28 |
| MG 動畫在公眾醫學科普中的應用 | 32 |
| 國際康復教育的教育方法研究近況 | 36 |
| 年輕治療師如何做好文獻閱讀..... | 41 |