



基因營養學-基因營養分析課程 Nutrigenomics – Nutrigenomics Analysis Course

課程簡介 現今基因測試科技發展迅速，而在預防醫學(Preventive Medicine)及個人化醫學(Personalized Medicine)在健康發展和成長中，都有重要角色及功能，其中基因營養學(Nutrigenomics)專門研究如何按個人基因組合和成因，給予個人化的營養及運動建議，以達到預防疾病、體重管理及提升運動表現等。

課程內容 此課程讓參加者掌握最新基因營養學的科學研究，學習使用基因營養測試，分析報告結果，應用在保健及營養教育工作上，並提供課後持續支援，得到最佳效果。課程內容有：

- 基因的基礎概念 — 基因是甚麼？基因變異的影響；不同基因測試的種類；甚麼是基因營養學；適合接受測試的不同年齡及相關的長遠影響。
- 體重管理 — 體重管理的原則；肥胖基因對新陳代謝的影響；按基因選擇低脂或低糖飲食；不同基因影響身體對運動的反應及飽感程度，可用於餐單設計。
- 預防心血管疾病 — 不同基因影響營養素對血脂，血壓的反應，按基因資料需要增加或減少攝取的營養素；某些基因加上高升糖指數的飲食可增加糖尿病風險。
- 食物不耐症 — 甚麼是麥麩 (gluten)，如何使用基因測試估計麥麩不耐受 (gluten intolerance) 和乳糖不耐症。
- 營養素代謝 — 基因分別令營養素的吸收和代謝都會因人而異，例如鈣質、維他命 D、葉酸、鐵質等等，只要按基因調節攝取量，可強化身體機能。
- 營養基因測試的應用 — 基因的取辨方法；如何解讀及解釋營養基因報告；給與客戶的飲食建議；保障客戶私隱；使用免責條款；基因營養學如何應用於功能食品／健康食品上。

備註：如學員身體不適，應尋求專業醫護人員協助及診治。

教學對象 醫護人員、體適能教練、健康食品及營養行業人士等

導師 有經驗使用基因營養測試的註冊營養師

授課語言 廣東話

報名地點 澳門氹仔偉龍馬路澳門科技大學 O 座 2 樓 持續教育學院

基因營養測試優惠 修畢課程學員可以優惠價參加基因營養測試一次，除了解個人的健康狀況外，更可詳細知悉分析報告結果的內容，以全面掌握測試的流程，有助應用在保健及營養教育工作上。

上課日期

課程編號：1804250146-0	2018 年 8 月 4、5 日	週六、日 10:00-13:00 14:00-17:00	總課時 12 小時
-------------------	------------------	---------------------------------	-----------

課程費用 MOP1,800

收生名額 16 人

*** 報名注意事項 *** 報名時間：星期一至五(9:00 - 20:00)、星期六(9:00 - 13:00) [公眾假期除外]

1. 首次報讀本院短期課程者，請先登入網上報名系統（網址：<https://scs.must.edu.mo/oasc/PersonalInfo.do>）或掃描以下的 QR Code，選擇 <醫療服務> 類別，預先登記個人資料（不需上傳身份證），填妥資料後，帶備身份證正、副本及相片 1 張至本院辦理報名。
2. 報讀者可以現金/本票或劃線支票（抬頭請寫“澳門科技大學持續教育學院”或“SCHOOL OF CONTINUING STUDIES MACAU UNIV. OF SCIENCE AND TECHNOLOGY”）繳付學費及材料費，現金收費上限為澳門幣/港幣 5,000 元。
3. 所有費用一經繳交，恕不退還（本院取消開辦該課程除外）或轉讓。
4. 如課程報名人數不足，本院保留課程取消或延期的權利。

查詢 電話：8796 1998 電郵：scs@must.edu.mo

網頁：<http://www.must.edu.mo/scs/diploma-certificate-programs>

- 如欲收到本院之課程資料，可發電郵至 scs@must.edu.mo 並提供閣下之電郵地址，標題主旨為“加入通知群組”。
- 本院亦為機構/政府部門/學校等提供內部培訓，按各機構不同之要求(主題/時間/地點/對象)而訂定培訓內容，請與我們聯絡。

