



妳會經痛嗎？

女性經痛自我照護策略之發展
行政院衛生署中醫藥委員會 99 年度研究計畫

※招募對象：國立臺東大學女性同學 200 名(對照組)

※需要條件：

1. 滿 18 歲，且六個月內有經痛困擾兩次以上者
2. 未選修「經痛與穴位按壓」通識課程者
3. 填寫同意書者

※活動主旨：協助同學了解經痛、骨盆歪斜、及身體柔軟度情形

※活動內容：

1. 填寫問卷：短式 McGill 疼痛量表、疼痛視覺類比量表
於每月每次月經來時填寫：2 月、3 月、4 月、5 月、6 月、7 月
2. 接受骨盆歪斜、身體柔軟度檢測：檢測日期與地點如下所示

※檢測日期：

1. 第一次檢測日期(同學擇一日期來檢測)
2012/2/20~2012/2/24 PM 17:00~20:00
2012/2/25 AM 08:00~17:00
2. 第二次檢測日期(同學擇一日期來檢測)
2012/5/21~2012/5/25 PM 17:00~20:00
2012/5/26 AM 08:00~17:00

※檢測地點：國立臺東大學知本校區人文學院二樓身心適能室

※注意事項：完成六次問卷及兩次測量者，可獲得
統一超商兩百元禮券、「經痛自我照護手冊」一本

※聯絡方式：

1. 聯絡人：劉美桂、王亭穎
2. 聯絡信箱：may6216@nttu.edu.tw
3. 聯絡電話：089-517-815、0921-689-470
4. 報名日期：即日起至 2012/2/25



意者可以來電或來信留下您的姓名及聯絡方式，我們會儘快與您聯繫。