

# 養生諮詢系統

王怡力、廖昶勝、徐千圃、楊銘州、許竣凱

南華大學資訊管理學系

李翔詣助理教授

[hylee@mail.nhu.edu.tw](mailto:hylee@mail.nhu.edu.tw)

南華大學資訊管理學系

## 摘要

自然環境多變，人宜順應之，以免致生百病。不同的季節對人體健康都有其不同程度的影響——春秋氣候怡人，容易適應而少病；夏日高溫，易受暑熱之侵；冬日冷冽，時見寒氣致病。中醫認為，四時皆有不正之氣，要謹而避之。進食；如不辨而盲目濫補，非但不能去病強身，反使病情加重。因此，須先諮詢醫生而後服食，才能達到進補養生的目的。由於近年來保健醫學盛行，注重天然的養生食品與保養產品，走科技化，使消費者的選擇使用更方便、多樣及有效的安全用藥。

**關鍵詞：**養生、諮詢系統、宅配服務

## 壹、開發動機

鑒於現代人們生活的步調變快、壓力大、多吃少動的情形爆增、環境汙染的程度日益增加以及社會人口年齡老年化的趨勢所致，當我們身體感到不舒適時，就是因為身體上的某個部位有症狀的產生；而這些症狀有些是多年無法醫治好，有些是小症狀不易被發現到，有些則是突發產生的。而此時很多人會選擇到診所或醫院去求診，但因等候看診的人數太多，經常排隊都要等上好幾分鐘甚至幾小時，以及現代人生活忙碌，不見得有很多時間會去看診；也肇於人口的老年化現象，人們更加重視養生之道，然而養生的方法千百種，且市面上的養生食品更是不勝枚舉，對於忙碌的大眾而言，如何正確選擇適合自己的需求，是不容易的。

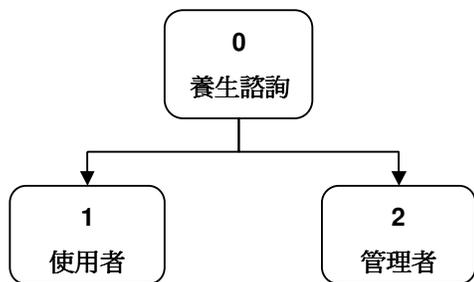
希望透過本系統的研究與網路的結合，讓使用者可以得知適合自己的養生方法。針對第一時間內想知道解決方式和可以使用養生藥方的人們，可以減少排隊等候看診的時間及精神上的浪費；以及長久以來無法找到可醫治自己症狀的人們，能夠找出解決症狀的養生藥方。

## 貳、開發目的

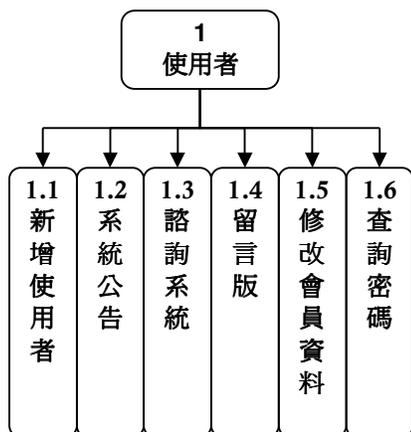
希望藉由網路的便利性及無地域間的差距，來讓使用者可以更方便的找到合適的養生方法，讓一些不便外出或地處偏遠的使用者即使在家中也能得到養生知識。針對使用者，以身體不舒適部位的分類作篩檢分析，查詢出最適合使用者的養生處方，讓使用者在短時間內，了解自己的症狀和處理的方法，也可以讓使用者額外多得到一些有關於症狀的處理和使用養生藥

方的解決之道。

### 參、系統功能簡介

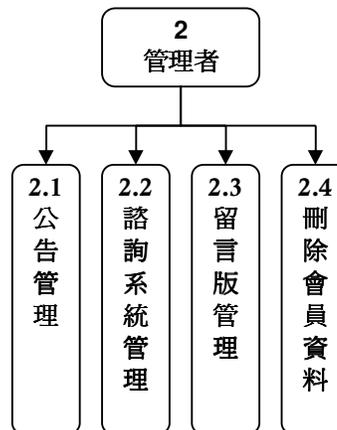


本系統最大的功能是在於諮詢系統的查詢，系統的分層則依照中醫看診時，醫師所詢問的先後順序分為主要部位、主要症狀、次要症狀、附加症狀。而使用者和管理者分別使用不同功能的諮詢系統，使用者以滑鼠點選方式作查詢；管理者則是對諮詢系統作編輯上的管理。諮詢系統分為男性和女性，可依照使用者的需求作選擇。



使用者一開始先選擇主要部位，旁邊都有說明的選項，可以點進去看說明的部份，選擇完主要部位之後，系統則會顯示一張主要部位的圖片，接著選擇主要症狀，之後再選擇次要症狀和附加症狀，最後會顯示出依照前面的選擇，所判斷出來的症狀結果。若是查詢不到症狀結果，可

以點選”連絡我們”以 PHP 線上郵寄方式，將查詢到的內容全都顯示在郵寄內容裡面，之後送出郵件給我們，我們再由專業的中醫師作回應。



管理者進入諮詢管理後，有五個管理的功能頁，分別為主要部位、主要症狀、次要症狀、附加症狀和結果的管理。

1. 要部位作編輯上的管理，且都分別有編號、名稱及圖片。
2. 要症狀管理的部份，則參考類別部位作編輯，有編號、名稱和特定性別的選擇，選擇此症狀為男性或女性所有的現象，不會產生男性或女性不該有的症狀。EX:月經為女性的症狀，故需選擇女性的症狀。
3. 要症狀的管理，新增時候先分別選擇主要部位、主要症狀後，再作次要症狀上的修改，和主要症狀一樣都有編號、名稱和特定性別的選擇。
4. 加症狀的管理，新增時候先分別選擇主要部位、主要症狀、次要症狀後，再作附加症狀的編輯，和主要症狀、次要症狀一樣都有編號、名稱和特定性別的選擇。
5. 結果管理的部份，新增時候先分別選擇主要部位、主要症狀、次要症狀後，就能編輯結果的部分；但若有附加症狀，則再點選附加症狀的選項，最後

作結果的編輯。而結果顯示的部分則先依照次要症狀先作篩選後，再作附加症狀的篩選，之後所產生的，就是結果。

這是最主要的諮詢系統功能介紹，其他的功能還有如下：

使用者：

1. 新增使用者：即註冊，由使用者輸入基本資料和登入用時的帳號、密碼。
2. 觀看公告
3. 留言板：可以新增、回覆及查詢留言等功能。
4. 修改會員資料：可以修改註冊時所寫的會員資料及密碼，但是帳號則是固定不進行能修改。
5. 查詢密碼：當使用者登入時忘記密碼時候，可以輸入使用者的帳號和 E-mail 寄出，我們會寄給使用者登入時所設定的密碼。

管理者：

1. 公告管理：可以新增、刪除及編輯內容。
2. 留言板管理：可以新增、回覆、查詢及刪除留言。
3. 刪除與查詢會員資料：可以刪除會員及顯示所有會員的資料。

#### 肆、系統特色

1. 親和的使用者介面  
爲了讓各年齡層都容易使用，簡單容易的圖形化操作介面，除了註冊時輸入個人資料需使用鍵盤以外，其餘皆以滑鼠操作即可，並附有註解和圖片。
2. 使用 WEB 介面  
使用網路而非單機版，乃因於目前使用網路非常方便與普遍，對於使用者而言，可以免除更新的困擾，隨時隨地可在能上網的地方即可操作。

#### 3. 宅配服務

由於生活忙碌的人，不見得有時間去買藥方，因此在系統中，配合中醫診所之養生處方，讓使用者可以自由選擇是否需要搭配宅配的服務。

#### 伍、研究方法（系統開發工具與技術）

	系統簡介
作業系統	Windows XP
伺服器應用程式	Apache
資料庫管理系統	My SQL
網頁語言	PHP my admin
網頁撰寫工具	Macromedia Dreamweaver 8
繪圖軟體	Macromedia Fireworks 8

#### 陸、系統使用對象

##### (一) 一般使用者

一般使用者經過網頁申請核准爲正式會員之後，除了瀏覽網頁外還可使用其他各種功能，包含觀看公告、諮詢系統查詢、留言板、修改個人資料等功能。

此外，一般使用者也可以在忘記密碼時，由網路上輸入帳號及 E-mail 來查詢自己的密碼。

##### (二) 管理者

即是指整個系統的管理者，管理者可在管理端使用各種後部的管理，如公告管理、新增、刪除及修改諮詢系統資料，還要針對一般使用者於留言板所提出的問題給予答覆並將不當的留言加以刪除等功能。此外，管理者端與使用者端資料流皆爲同步

## 柒、系統使用環境

### 1.硬體

電腦：Intel 或相容電腦及網路卡

記憶體：至少 64MB

磁碟裝置：光碟 CD-RAM

硬碟空間：100MB 以上

### 2.軟體

Window XP、網頁瀏覽器

### 3.通訊網路

56K 以上速度之網路連線寬頻或無限網路

## 捌、研究結論及未來發展

本小組設計這個系統，主要是爲了提倡中醫養生療法及對現代人提供養生常識。我們的想法是，希望能夠將中醫師看診的方式呈現在網站中提供給使用者來諮詢。就像是平時覺的肩部酸痛或是婦女經痛等症狀跑到中醫診所去問診時，醫師針對患部所給予的建議，並提供一些養生體操等健體活血的運動來舒解症狀。但是，若有一些行動不便但確非常需要從事養生方面的人，像是年長者、重症病患等，就可以藉由這個系統來得到養生諮詢。

中醫養生未來發展走向，可能會朝心靈方面去探討。心理養生，即是從精神狀態上達到延年益壽的意思。不良情緒可以致病，而良好的情緒則可以幫助人們戰勝疾病。善良是心理養生的一大營養素。一個人多行善事，能經常幫助弱者，使他人擺脫困境，心中必會湧起欣慰之感；一個人堅信自己活著於他人有益，甚至是他人的生活支柱，這就會成爲自己的一種精神鼓舞。這種欣慰之感和精神鼓舞，會使人心情輕鬆愉快，而一個心情愉快的人，免疫力高，抵抗力強，就不容易生病。強調健康的人，或者希望自己健康的人，要注意自身道德的修養，能按照社會行爲的規

範準則來約束自己及支配自己的思想和行爲。此外，也有透過不少報章雜誌調查發現，與人爲善有助於健康。現代醫學研究證實，融洽的社會關係、良好的心理活動可以使體內分泌出一些有益的激素，這些物質能把血液的流量及神經細胞的興奮調節到最佳狀態。

因此我們系統未來可能朝向心靈層面來影響前來諮詢的使用者，給予一些愉悅的網頁連節或是宣導宗教的網站來給予心靈上的歸依。期望對於使用者能更嚴謹、更有彈性、提供最貼切的諮詢內容，並讓使用者可以更加快速、便利及有效率的得到他們所想要的答案。

## 參考文獻

- 【1】 李志文著，「Dreamweaver8 8&PHP 網頁資料庫」，旗標出版股份有限公司，台北，2005
- 【2】 余宗恩著，「MySQL 參考手冊」，旗標出版股份有限公司，台北，2004
- 【3】 廖佐育&林錦雀著，「Java Script 私房書」，金禾資訊，台北市，2005
- 【4】 文淵閣工作室著，「快快樂樂學 Dreamweaver MX2004」，台北，2005

附 件  
無