

美容業能力標準說明  
能力單元

1. 名稱	認識體質、膳食忌宜與美容的關係
2. 編號	BEZZHC316A
3. 應用範圍	於美容相關工作場所，能瞭解人體的體質與飲食調養的關係，以及中國藥膳／食療美容的基礎理論，按照顧客的體質特性與需要，建議適當的保健美容之飲食。
4. 級別	3
5. 學分	6（僅供參考）
6. 能力	<p style="text-align: right;"><u>表現要求</u></p> <p>6.1 認識體質、膳食忌宜與美容的關係</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 認識不同之體質類型及其徵狀，包括： <ul style="list-style-type: none"> <li>• 氣虛體質</li> <li>• 血虛體質</li> <li>• 陰虛體質</li> <li>• 陽虛體質</li> <li>• 氣鬱體質</li> <li>• 陽盛體質</li> <li>• 痰濕體質</li> <li>• 血瘀體質等</li> </ul> </li> <li>◆ 認識不同體質之食療調養原則，包括膳食之配合及其相關的禁忌，例如： <ul style="list-style-type: none"> <li>• 氣虛者宜補氣</li> <li>• 血虛者宜補血</li> <li>• 陰虛者宜補陰</li> <li>• 陽虛者宜補陽</li> </ul> </li> <li>◆ 認識食療調養與美容的關係，例如： <ul style="list-style-type: none"> <li>• 烏髮</li> <li>• 生髮</li> <li>• 健膚</li> <li>• 美顏</li> <li>• 輕身等</li> </ul> </li> </ul>

	<p>6.2 建議適當的保健美容飲食之道</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 與顧客進行有效的溝通，通過適當提問與正確引導，正確地收集顧客資料並分析顧客身體狀況與特質</li> <li>◆ 掌握人體的體質特性及相關食療調養之基本原則，並配合膳食美容的基礎理論，按照顧客體質的特性與需要，建議適當的保健美容之飲食及相關宜忌</li> <li>◆ 在遇到顧客複雜的身體情況或疾病時，建議顧客諮詢相關專家意見</li> </ul>
7. 評核指引	<p>此能力單元的綜合成效要求為：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>(i) 能夠瞭解不同人的體質類型及相關基本食療調養原則，並配合中國藥膳／食療美容的基礎理論；</li> <li>(ii) 能夠與顧客的溝通過程中，按照顧客的體質特性與需要，建議適當的保健美容之飲食及相關宜忌；及</li> <li>(iii) 懂得在遇到顧客複雜的身體情況或疾病時，建議顧客諮詢相關專家的意見。</li> </ul>
8. 備註	