



華佗漢方養生雞精 漢方觀點之國人「精、氣、神」大調查 發表會 專案報告

Presented by PlanetPR

Dec 17th, 2010



Media Exposure _ NP

Media Exposure _ NP

2010年12月17日 / 星期五 自由時報 健康醫療 D12

九成上班族 精氣神不足

記者洪美蘭 / 台北報導

現代人經常熬夜工作、飲食又無定時，調查顯示，不少人已都有「精、氣、神」不足症狀上身。其中，有92%上班族總覺得疲憊，74%的人才剛說過的話馬上忘記，66%的人自覺身體虛弱。其中，又以電子業、金融業自覺疲憊的情況最為普遍。

康寧中醫診所院長張家禮指出，「精」是先天體質，「氣」與體質免疫相關，「神」則影響專注力、記憶力。一般人除非先天體質特好，否則天天過勞耗損，飲食無度，自然容易有疲憊、動不動就感冒或失眠等相關症狀。

這項調查是在民國99年12月3日至7日進行，透過網路調查，有效樣本1099份，結果顯示，不僅有92%上班族總是感到疲憊，還有88%的人即使每天早早就寢，醒後仍感疲憊。

電子業、金融業最嚴重

依照職業別，交叉分析顯示，有高達61%電子產業與57%金融業每週有3天以上感到疲憊，是各行各業中疲憊最為嚴重。

除了疲憊，專注力不足的問題也不小。調查顯示，71%受訪者表示自己容易忘神，甚至時常會電視看到睡著，也有74%才剛說過的話就馬上忘記，這種現象以金融業（27%）、服務業（24%）與電子業（23%）分列所有職業別中的前三名。

多數人面對疲憊，或是提不起勁的時候，第一個想到的就是能靠飲料或是喝咖啡。不過，張家禮指出，提升「精、氣、神」的根本之道還是調整生活作息。

他解釋，有人很容易累，也有人怎麼睡都不會累，其中的差異在於「先天的體質」，多數人先天體質屬於中間值，會因為生活作息的不良，造成損耗，導致精氣神不足的现象，這也是調整作息最為重要的原因。

冬補 黑色食物佳

冬天到了，很多人可能打算趁機大補一下元氣，改善疲累與精神不振的情況。除了應節進補對生活作息外，中醫建議家醫建議，冬天想要進補不妨從黑色食物下手。

中醫學裡「冬宜養腎」，冬天裡補腎，最適合的就是黑色食物，如黑豆、黑芝麻、烏骨雞等，若想以形補形，可考慮以尾冬冬補骨頭、腰子、鹿鞭肉也能補腎。

此外，中醫也認為，冬天可以晚點起床，秋冬養陰、補內臟，來春皮膚功能、代謝會比較好。

至於經常加班、壓力大的上班族，可用粉光參與靈芝，補氣養血，改善記憶力不足、身體虛弱、精神不振，建議以十全大補丸與低抗力；多益更草可增精補腎，適合需要充足體力與爆發力的上班族。但這些仍須視個人體質調整，不能亂補一通。

（記者洪美蘭）



日期	媒體	版面	標題	PR Value
12/17	自由時報	D12 健康醫療	九成上班族 精氣神不足	\$2,035,714

Media Exposure _ NP




感到疲勞？ 喝華佗雞精吧！

壓力大 喝冬蟲夏草 身體虛弱 十全 老人家喝粉光蔘靈芝 女性喝四物 全面鞏固你的精、氣、神

【記者王惠琳／台北報導】近年中醫漸在國際成為顯學，普羅大眾對於漢方養生觀念也益發認同，現代人工作忙碌、精神壓力大，往往無法兼顧健康與事業，有業者便推出結合漢方藥材、口感效果兼具的雞精，從「精、氣、神」根本滋補調理。

華佗雞精在台灣深耕十多年，位居漢方雞精領導地位，市占率超過3成，嚴格把關，篩選通過重金屬、農藥殘留檢測的藥材，CAS認證雞隻，經過12小時以上隔水精燉，4款針對不同需求設計的漢方雞精，提供安全、快速、有效的保健飲品。

「冬蟲夏草雞精」藥性溫和，適合壓力大的上班族增強體力、調整體質，以及銀髮族強化活力。「十全雞精」常用來調整體質、身體虛弱提振元氣、提振食慾，適合病人飲用。

「粉光蔘靈芝雞精」適合經常加班的上班族，需要鞏固元氣的銀髮族。「四物雞精」則針對經期不順、需要好氣色的女性，以及青春發育期的少女調整體質。

根據波仕特線上調查報告，超過9成上班族經常感到整日疲憊，6成民眾有鼻、眼、皮膚等過敏困擾，7成國人容易恍神、對於剛說過的話馬上忘記，尤其以金融業、服務業、電子業占據職業別中前3名，多半由於生活型態導致精、氣、神不足，引發慢性疲勞症候群。

康華中醫診所院長張家蓓中醫師指出，現代人對漢方滋補往往心有余而力不足，加上個人需求、體質不同，需要不同補品配方，雞在中藥裡屬「入血分」肉材，作為藥引能夠幫助人體吸收漢方精華，有些人為求立竿見影，選擇提神飲料或咖啡，這就像使用現金卡，預借健康，越補越大洞。

漢方雞精一個月飲用3到4次，從根本補起，可幫身體累積能量。

▲中醫師張家蓓昨天出席華佗雞精新品上市記者會。記者周永受／攝影

4款雞精針對不同需求，方便有效
記者周永受／攝影

日期	媒體	版面	標題	PR Value
12/17	中國時報	E3消費	累了嘛?來罐漢方機精吧!(陳大任)	\$689,037

Media Exposure _ NP



累了嗎? 冬天早餐吃粥 加罐雞精更滋補
漢方中藥調理 春夏秋冬都合適

來罐漢方雞精吧!

▼康華中醫診所院長張家蓓表示，漢方藥膳與雞精搭配，適合忙碌上班族。

■陳大任／台北報導 王英豪／攝影

市調顯示，國人普遍認為「精、氣、神」不足，超過9成的上班族有整日疲憊的困擾，還有6成的人頭暈目眩，7成容易恍神無法專心。中醫師張家蓓建議，除了傳統漢方補劑之外，市售漢方雞精是最便利選擇。冬天早餐不妨加溫粥和麥片，就像吃粥一樣方便。

■壓力大工時長 現代人真累

華佗雞精日前委託波仕特線上市調，針對上千名35至55歲國人進行「精、氣、神」大調查。結果正好反映出現代人生活壓力大，長時間工作產生疲憊的普遍現象。

這份調查顯示，92%上班族總是感到疲憊，依職業別交叉分析，以61%電子業、57%金融業每周3天以上感到疲憊的情況最為嚴重。另外，有74%的人表示，才剛說過的話就馬上忘記，這種現象又以金融業(27%)、服務業(24%)、電子業(23%)分居前3名。

■中醫師建議 視體質選補品

康華中醫診所院長張家蓓表示，傳統漢方滋補觀念已廣為國人所認同，可依個人體質及生活型態選擇適合的漢方調理補品，例如：新光參、靈芝是溫補元氣首選，適合經常加班的上班族；冬蟲夏草是源自海拔4000公尺的珍貴藥材，適合追求爆發力的男性上班族。

此外，「十全」最常用於調整體質，適合身體虛弱、精神不振時的補膳。至於「四物」更是千年來女性用以調養生理機能的古方，女性經期前、後連續飲用數日，可調養生理。

張家蓓表示，國人普遍認同漢方中藥調理的效果，但熬煮費時費力，可選擇商標良好的漢方雞精品牌，透過漢方藥材與雞皮的嚴格把關，無論於春夏秋冬都能長期於日常中調理。

▲華佗雞精有冬蟲夏草、粉光參靈芝、十全及四物雞精4種口味選擇，每罐66ml售價45元，業者強調中藥材原料皆符合衛生標準。

日期	媒體	版面	標題	PR Value
12/17	聯合報	C7消費	感到疲勞?喝華佗雞精吧!(王惠琳)	\$1,001,898

Media Exposure _ NP



9成上班族 睡再飽 也感覺累

【記者廖乙臻／台北報導】一項調查指出，超過九成上班族整天疲倦，以金融業、電子業與服務業最為嚴重。醫師表示，咖啡、提神飲料只能暫時提神，若要治本，還是要適度休息，減輕壓力。

一份針對35至55歲、男女各半、逾千位上班族所進行的網路調查發現，近九成上班族，「即使每天早早入睡，醒來仍感覺疲憊」；超過七成上班族時常恍神、想睡覺。若細分行業別，金融業、電子業與服務業的上班族情形最嚴重，每周至少有三天以上，「上一秒才說過的話，下一秒立刻忘記」。

上班族除了用咖啡、提神飲料提振精神，也可考慮傳統醫學。康華中醫診所院長張家蓓表示，咖啡內的咖啡因只能暫時提神，無法將人體虛弱狀態根除，治標不治本；若要調理體質，建議尋求中醫師協助，根據體質，進行調理。

台北醫學大學附設醫院傳統醫學科主任林恭儀補充，現代人體虛症狀可概略分為「氣虛」與「血虛」，氣虛的人多怕冷、聲音微弱、排便少，他建議，可服用「六君子湯」包含了人參、茯苓、炙甘草、生薑等。至於血虛，多表現於手腳冰冷、臉色蒼白、月經量少，可吃四物調理。

日期	媒體	版面	標題	PR Value
12/17	聯合報	D2健康	9成上班族睡再飽 也感覺累(廖乙臻)	\$173,055

Media Exposure _ NP



國人普遍認同漢方補養觀 熬煮不便是缺點 無法經常食用

現代人壓力大多有疲憊感 適度食補藥療有助改善精氣神不足

【記者萬博超／台北報導】漢方食補在華人養生文化中舉足輕重，但方便性不足是民眾進補頻率低的重要原因之一。國內市調發現，8成受訪民眾認同漢方補養觀念，但近6成受訪者認為漢方補膳熬煮不便，無法經常使用。

民眾為了提神常飲用含咖啡因飲品，中醫師張家蓓昨(16)日提醒，咖啡因無法根本解決疲勞感，不妨藉適度食補藥膳輔助改善精氣神不足的問題。

國內漢方食補廠商委託波仕特線上市調公司，針對上千位35至55歲國人進行調查，發現受訪人中，92%的受訪上班族總是感到疲憊，而受訪者對於漢方滋補的觀念認同度達83%，顯示不少民眾相信傳統養生，但56%國人認為漢方滋補往往需要長時間燉煮，非常不便。調查也指出，逾8成的35-55歲受訪國人，日常使用漢方滋補的頻率每月少於4次，使用頻率受便利性影響。

調查發現，多數人認為飲用能量飲料、咖啡就能改善精神不足情形，中醫師張家蓓對此表示，漢方調理，較能從根本上改善問題。

調查顯示，受訪民眾普遍有精、氣、神不足的問題，88%受訪者即便每日早早就寢，睡醒後仍感疲憊；高達73%每週至少一天以上有睡眠品質不良的問題，64%國人每週至少一天以上有手腳冰冷的情況發生，65.1%女性國人也

有生理不順困擾。

92%的受訪上班族總是感到疲憊，依照職業別交叉分析顯示，電子產業與金融業族群每週3天以上感到疲憊的情形最為嚴重，而有62%國人有過敏打噴嚏困擾，66%國人也自覺身體虛弱。

71%受訪者容易恍神，經常看電視看到睡著，也有74%國人對於才剛說過的話就馬上忘記，而這種現象以金融業、服務業與電子業分居所有職業別中的前3名。

呷補怕上火 體質虛寒口乾舌燥

【記者萬博超／台北報導】有些民眾怕上火或肥胖而很少進補品，甚至自認火氣大而不敢進補，只喝綠茶、椰子水等清涼飲品，對此中醫師張家蓓昨(16)日提醒，很多自以為火氣大不敢食補品的民眾，其實是虛寒體質，以女性居多，普遍

日期	媒體	版面	標題	PR Value
12/17	台灣新生報	10中醫新天地	國人普遍認同漢方滋補熬煮不便是缺點 無法經常食用(萬博超)	\$369,344

Media Exposure _ NP



9成上班族 精氣神不足

記者關嘉慶／台北報導

現代人工作壓力大，除了體力透支之外，精神也會為之不繼；根據調查顯示，有9成上班族有精氣神不足的現象，不但睡不夠，而且還有睡不醒，即使睡醒，也整天都疲憊不堪，甚至會容易恍神！

該項調查是於12月上旬針對1099位35至55歲國人所做的線上問卷，結果顯示，近9成國人雖都每天早睡，但睡醒仍覺疲憊，且有超過6成每週至少有1天會有手腳冰冷的狀況，近7成女性月經來時會有月事不順的狀況，且有超過6成每週至少有1次鼻子過敏，會接二連三的打噴嚏。

精氣神不濟最容易恍神；調查並顯示，有超過7成會坐在沙發上看電視會沒多久就開始恍神，甚至睡著，且有近8成會恍神到對於剛剛才講過的話，卻怎麼也想不起來；至於最易恍神的族群排名前3名依序為金融業、服務業與電子業。

調查並發現，有超過9成的上班族會因為忙於工作感到疲憊而需要提神，會每天都需要的超過2成1，每週有5至6天都需要的有1成1，每週3至4天都需要的有2成，1至2天有3成7。

中醫師張家蓓表示，人身三寶就是精氣神，因為生活型態導致的慢性疲勞就會使精氣神損耗，但要提升精神，靠提神飲料或咖啡等能量飲料是不正確的，最好能使用漢方補品為宜。

日期	媒體	版面	標題	PR Value
12/17	中華日報	B2醫藥資訊	9成上班族精氣神不足(關嘉慶)	\$85,719

中藥補身 金屬鍋煮白做工

國人常疲累、體質虛 83%採漢方滋補養身 宜用砂鍋熬 藥性才釋出

【記者張雅雯台北報導】一項針對國人「精、氣、神」的調查顯示，國人常有疲累感、體質虛寒顯著、容易恍神，高達八成三會使用漢方中藥材滋補養生，不過中醫醫師提醒，中藥熬煮時間要充足，同時不能使用金屬材質的鍋具，否則藥性無法釋出，反而白做工。

這份問卷訪問了一千零九十九名民衆，年齡層介於三十五至五十五歲，正是職場的工作主力，結果超過九成國人因工作疲憊需要提神，六成反映自己體質虛寒而手脚冰冷，近七成女性月經不順，超過七成反應容易恍神與精神不濟。

康華中醫診所院長張家蓓表示，不少人希望透過中藥材來養精、補氣、提神，但可能因錯誤熬煮法而達不到效果，她指出，中藥材含有鞣酸成分，若使用鐵器等金屬鍋具來煮，會導致無法整合而阻礙藥性釋出，因此應使用砂鍋較適當。

熬煮時間也是一個重點，但調查顯示，六成六民衆認為熬煮中藥太過費時，因此空有觀念、沒有落實。張家蓓建議選用有合法認證的藥膳雞精來飲用，會比喝咖啡、提神飲料來得健康。

但她也提醒，這類飲品不適合在晚上喝，以免該睡時又睡不著，最好白天飲用，如果不太喜歡直接飲用的味道，也可以搭配泡著麥片來吃。

喝咖啡 治標不治本

【本報台北訊】國內上班族盡管「精、氣、神」嚴重不足，仍多仰賴咖啡、提神飲料。康華中醫診所院長張家蓓表示，咖啡內的咖啡因只能暫時提神，無法將人體虛弱狀態根除，治標不治本；若要調理體質，應從漢方滋補下手。

張家蓓建議，經常加班、壓力極大的上班族，可服用粉光參與靈芝，能補氣養血、改善記憶力不足；身體虛弱、精神不濟者，服用十全，可提升代謝與抵抗力；冬蟲夏草可增精補腎，適合需要充足體力與爆發力的上班族。

台北醫學大學附設醫院傳統醫學科主任林恭儀補充，現代人體虛症狀可概略分為「氣虛」與「血虛」，氣虛的人多怕冷、聲音微弱、排便少，他建議，可服用「六君子湯」包含了人參、茯苓、炙甘草、生薑等。至於血虛，多表現於手脚冰冷、臉色蒼白、月經量少，可吃四物調理。

日期	媒體	版面	標題	PR Value
12/17	人間福報	10醫藥	中藥補身金屬鍋煮白做工(張雅雯)	\$133,707



Media Exposure _ TV

Media Exposure _ TV



日期	媒體	版面	標題	PR Value
12/16	壹電視	晚間新聞	冬令進補 當心越補越大洞	\$1,504,000

Media Exposure _ TV



日期	媒體	版面	標題	PR Value
12/16	壹電視	壹夜新聞	**冬令進補 當心越補越大洞	\$1,696,000

Media Exposure _ TV



日期	媒體	版面	標題	PR Value
12/17	壹電視	壹早報	**冬令進補 當心越補越大洞	\$1,248,000



Media Exposure _ OL

Media Exposure _ OL



日期	媒體	版面	標題	PR Value
12/17	中時電子報	樂活	累了嗎？來罐漢方雞精吧！	80,000
http://life.chinatimes.com/2009Cti/Channel/Life/life-article/0,5047,11051801+112010121700098,00.html				

Media Exposure _ OL



聯合新聞網 消費流行

美食推薦 流行時尚 市集走透透 美容小教主 生活家居誌 內容導覽

第五屆華佗盃高中職部落格大賽

熱門關鍵字：寒冬送暖 聖誕聚會 臉書新聞 交個朋友

即時新聞 影音新聞 國內新聞 社會新聞 地方新聞 兩岸台灣 全球觀察 意見評論 財經產業 股市投資 基金理財 運動大聯盟 數位資訊 娛樂追星 企業王

最新 | 發燒 | 陸新聞 請選擇—<消費新聞>相關新聞

感到疲勞？喝華佗雞精吧

【聯合報/記者王惠琳/台北報導】 2010.12.17 11:34 am

近年中醫漸在國際成為顯學，普羅大眾對於漢方養生觀念也益發認同，現代人工作忙碌、精神壓力大，往往無法兼顧健康與事業，有業者便推出結合漢方藥材、口感效果兼具的雞精，從「精、氣、神」根本滋補調理。

華佗雞精在台灣深耕十多年，位居漢方雞精領導地位，市占率超過3成，嚴格把關、篩選通過重金屬、農藥殘留檢測的藥材、CAS認證雞隻，經過12小時以上隔水精燉，4款針對不同需求設計的漢方雞精，提供安全、快速、有效的保健飲品。

4款雞精針對不同需求，方便有效。記者周永受/攝影

自己的idea自己編 個人出版好好玩！ 優惠中 udn個人出版 相簿書+明信片

日期	媒體	版面	標題	PR Value
12/17	聯合新聞網	消費流行	感到疲勞？喝華佗雞精吧	80,000
http://udn.com/NEWS/FASHION/FAS8/6039316.shtml				

Media Exposure _ OL



udn 哇新聞 BETA dignews.udn.com

部落格 Blog | 城市 City | 相簿 Album | 書籤 Bookmark | 哇新聞 dignews

關鍵字 請輸入搜尋

最新討論 | 熱門討論 | 最新推薦 | 熱門推薦 | 熱門標籤 | 臉譜排行 | 發燒新聞 | 最新引用 | 熱門引用

udn / 哇新聞首頁 / 討論

分類討論

- 要聞焦點
- 娛樂追星
- 運動賽事
- 生活休閒
- 股市財經
- 數位資訊

討論

尚無投票

感到疲勞？喝華佗雞精吧 0

近年中醫漸在國際成為顯學，普羅大眾對於漢方養生觀念也益發認同，現代人工作忙碌、精神壓力大，往往無法...[看新聞原文](#)

標籤

請在此鍵入標籤 (用法)

新聞臉譜 (投下你對這則新聞的感覺) [直接看結果](#)

☐ 挺你
 ☐ 期待
 ☐ 金準
 ☐ 好笑
 ☐ 白目
 ☐ 悲傷
 ☐ 生氣
 ☐ 胡扯
 ☐ 好冷
 ☐ 老套

日期	媒體	版面	標題	PR Value
12/17	聯合新聞網	哇新聞	感到疲勞？喝華佗雞精吧	80,000
http://dignews.udn.com/forum/post.jsp?news_id=6039316				

Media Exposure _ OL



The screenshot shows the Meian Taiwan Company website. At the top, there's a navigation bar with links like '首頁', '電子錢包', '我的帳戶', '美安公司', '夥伴商店', '熱門優惠', and '實體夥伴商店'. Below this is a search bar and a 'Market Taiwan' logo. The main content area features a list of products on the left and a detailed article on the right. The article is titled '感到疲勞？喝華佗雞精吧' (Feeling tired? Drink Hua Tuo Chicken Essence) and includes a photo of a woman drinking from a bottle. The article text discusses the benefits of the product, particularly for people who are tired or stressed.

日期	媒體	版面	標題	PR Value
12/17	美安台灣公司	Webpage	感到疲勞？喝華佗雞精吧	80,000
http://www.markettaiwan.com.tw/index.cfm?action=news.wpYBNewsDetail&articleID=6039316&newsCategory=409				

Media Exposure _ OL



funP 新聞通 Beta

World Newspaper in Taiwan
Taiwan English Press provides all foreign newspapers around the world

Cartonboard MILL on sale
Recycled Cartonboard Mill on sale. 45,000 Tn /Y
180-550 gr m2

Ads by Google

熱門新聞

相關新聞搜尋結果

新聞 推推王文章

搜尋

感到疲勞？喝華佗雞精吧

11小時31分前來自 聯合 - Buy家情報 的新聞

近年中醫漸在國際成爲顯學，普羅大眾對於漢方養生觀念也益發認同，現代人工作忙碌，精神壓力大，往往無法...

相關新聞

共有 0 筆相關新聞

熱門新聞關鍵字

高鐵 08 123 14 2.2 2000 3600 3D

7-Eleven adidas amd android APPLE bank

BDI canon dyson funp geissai google

hp live LV nike TO 社會住宅 阿

KEN 國泰 資源回收 潤泰

本日熱門新聞

1 自由電子報 - 美國一賣別墅 1戶5億元

1 哈米爾頓驚 原來腦中缺少杏仁核 - Yahoo!奇摩新聞

日期	媒體	版面	標題	PR Value
12/17	FunP新聞通	Webpage	感到疲勞？喝華佗雞精吧	80,000
http://funp.com/paper/related.php?id=2796545				

Media Exposure _ OL



自由時報 電子報
The Liberty Times

HP ePrint 雲端傳真事務機
千里遙控列印 隨觸掌握商機

資訊月優惠中

HIT PRINT
BRILLIANTLY

hp

自由新聞 影音娛樂 3C 科技 讀者園地 旅遊玩樂 好康報報 TAIPEI TIMES Blog 新聞查詢: GO

頭版新聞 證券價格 焦點新聞 政治新聞 社會新聞 生活新聞 國際新聞 自由言論 財經新聞 體育新聞 運動彩券 健康醫療 地方新聞 影視名人 時尚大道 心靈摘手 電影預告

2010-12-17 字型: + - 看推薦 發言 列印 轉寄 分享: f t p p

九成上班族 精氣神不足

記者洪素卿／台北報導

現代人經常熬夜工作、飲食又難定時，調查顯示，不少人已經有「精、氣、神」不足症狀上身！其中，有92%上班族總覺得疲憊，74%的人才剛說過的話馬上忘記，66%國人自覺身體虛弱。其中，又以電子業、金融業自覺疲憊的情況最為普遍。

康華中醫診所院長張家落指出，「精」是先天體質，「氣」與個體免疫相關，「神」則影響專注力、記憶力。一般人除非先天體質特好，否則天天過勞耗損，飲食無度，自然容易有疲憊、動不動就感冒或是恍神等相關症狀。

這項調查是在民國99年12月3日至7日進行，透過網路調查，有效樣本1099份。結果顯示，不僅有92%上班族總是感到疲憊，還有88%的人即便每天早早就寢，睡醒後仍感疲憊。

電子業、金融業最嚴重

【高獎金分紅】台積電、聯電...
【年薪14個月+】遠碩、奧圖碼...
【可年後上班】華航、金士周...
【員工出國旅遊】雄獅、仁寶...
【是寵愛女人】華映、宏碁...
●超多資訊，快上yes123!

日期	媒體	版面	標題	PR Value
12/17	自由時報電子報	健康醫療	九成上班族 精氣神不足	80,000
http://www.libertytimes.com.tw/2010/new/dec/17/today-health1.htm				

Media Exposure _ OL



聯合新聞網 即時生活天氣

影音 | 行動 | 理財 | 追星 | 時尚 | 電子報 | 數位閱讀 | 資料庫 | Blog | 便利貼 | 求職求才 | 購物 | 市集 | 招募夥伴

web 搜尋

台灣天氣 | 旅遊天氣 | 大陸天氣 | 國外天氣 | 衛星雲圖 | 樂透對獎 | 發票對獎

吃我! 吃我!

udn / 生活天氣 / 即時新聞

熱門關鍵字: 寒冬送暖 | 聖誕限量 | 臉書新聞 | 交個朋友

即時新聞 | 影音新聞 | 國內要聞 | 社會新聞 | 地方新聞 | 兩岸台閩 | 全球觀察 | 意見評論 | 財經產業 | 股市投資

最新 | 發燒 | 哇新聞

請選擇 -- 即時新聞 > 相關新聞

即時新聞》九成上班族疲憊 精氣神不足

Breaking news

【聯合晚報/記者李樹人/即時報導】

2010.12.16 02:12 pm

冷氣團襲台，許多人受不了，一項調查發現，超過九成上班族整日疲憊，七成易恍神無法專心，六成噴嚏連連，八成八國人即便每日早早就寢，睡醒後仍感疲憊；高達七成三上班族每周至少一天以上睡眠品質不良，六成四國人每周至少一天以上手腳冰冷，六成五女性月事不順。調查結果，反映國人「精、氣、神」不足。

【2010/12/16 聯合晚報】 @ <http://udn.com/>

歷史新聞 | 轉寄 | 列印 | 討論 | 推薦 | f | p | t | w

廣告

40年老公寓管線全都露 修繕後如豪宅舒適!

藍洲葉先生以低於行情價購入40坪老公寓，由於屋齡老地板、天花板、甚至屋內多處漏水，但以不到1/10預算修繕後，整體居家品質比美都會型豪宅...

(詳全文)

日期	媒體	版面	標題	PR Value
12/17	聯合新聞網	生活天氣	九成上班族 精氣神不足	80,000
http://udn.com/NEWS/LIFE/BREAKINGNEWS9/6038091.shtml				

Media Exposure _ OL

華僑
報特刊

PChome 新聞 午安! (登入) 本站內含 搜尋 常見問題 我的信箱

買一送一 5折團購! 雙人國宴套餐

前往威仕忌原鄉 冬季早鳥優惠 限時限量

就i戰宅Pad 雙重送 分享冬日穿搭保暖又不NG

澳盛飛行白金卡 持卡期間飛行機全 終身有效

維基揭密創辦人亞桑傑交保

首頁 政治 社會 財經 科技 娛樂 體育 生活 消費 國際 **健康** 旅遊 照片 專題 雜誌 房產 話題

列印 推薦 分享 f p t 字 小 中 大

九成上班族 精氣神不足

2010-12-17 09:13:43 自由時報 記者洪榮豐/台北報導

現代人經常熬夜工作、飲食又難定時，調查顯示，不少人已經有「精、氣、神」不足症狀上身！其中，有92%上班族總覺得疲憊，74%的人才剛說過的話馬上忘記，66%國人自覺身體虛弱。其中，又以電子業、金融業自覺疲憊的情況最為普遍。

康華中醫診所院長張家蓓指出，「精」是先天體質，「氣」與個體免疫相關，「神」則影響專注力、記憶力。一般人除非先天體質特好，否則天天過勞耗損、飲食無度，自然容易有疲憊、動不動就感冒或是恍神等相關症狀。

熱門: 臺灣 臺灣社 國際文 國際 維基解密

年終特賣 12/13-12/17 巧免迎春

阿里山 2日 雲海、山巒賞花趣 5,588up

南投 溪頭米堤 訂房9折優惠 8,900up

日期	媒體	版面	標題	PR Value
12/17	PCHome	健康	九成上班族 精氣神不足	80,000
http://news.pchome.com.tw/healthcare/libertytimes/20101217/index-12925369305717525012.html				

Media Exposure _ OL



Yahoo! 奇摩新聞 purple06112001, 您好! 會員登入 帳號資料

新聞 網頁

新聞首頁 政治 社會 地方 國際 財經 科技 運動 健康 教育 藝文 影劇 旅遊 生活 影音新聞

醫療衛生 美容養生 慢性疾病 圖片故事 專欄 民調 雜誌 全民路網條 手機版 保健專欄

2010/12/17(星期五) 農曆(庚寅)十一月十二日

新聞首頁 > 健康 > 美容養生 > 自由

寄給朋友 友善列印 字級設定 分享

九成上班族 精氣神不足

自由時報 更新日期: 2010/12/17 04:11

記者洪素卿／台北報導

現代人經常熬夜工作、飲食又難定時，調查顯示，不少人已經有「精、氣、神」不足症狀上身！其中，有92%上班族總覺得疲憊，74%的人才剛說過的話馬上忘記，66%國人自覺身體虛弱。其中，又以電子業、金融業自覺疲憊的情況最為普遍。

康華中醫診所院長張家蓓指出，「精」是先天體質，「氣」與個體免疫相關，「神」則影響專注力、記憶力。一般人除非先天體質特好，否則天天過勞耗損、飲食無度，自然容易有疲憊、動不動就感冒或是恍神等相關症狀。

廣告

本週到貨

超輕量羽絨外套

1280起

lativ

免費 英語套書!

禮量50名

倒數中!

日期	媒體	版面	標題	PR Value
12/17	Yahoo新聞	健康	九成上班族 精氣神不足	80,000
http://tw.news.yahoo.com/article/url/d/a/101217/78/2j5cv.html				

Media Exposure _ OL



WoWoNews 影劇、生活、休閒綜合新聞網

首頁 影視娛樂 生活消費 休閒旅遊 時尚精品 醫療保健 藝文公益 聯絡我們

Language: 繁體 English 繁體

每日新聞: 每日新聞

最新電影預告片: 駭不住(11/5), 捕浪天堂:約翰藍儂少年時代(11/12), 書法之旅 舞動甲子園(11/19), 哈利波特:死神的聖物1(11/19), 大搜查線:全面動員(11/26), 情迷對決(11/26), 國產電影3:極能力者大逃殺(12/3), 原島佳人(12/10), 生日劇場3D(12/10), 三個傻瓜(12/17), 前尼亞傳奇:黎明行香號(12月), 舞臺俱樂部(12/31), 聊完就(2011年), 我們的·影(1/7), 魔女神兵(1/7)

2010年12月16日 星期四

國人「精、氣、神」不足 九成上班族整日疲憊 六成噴嚏連連 七成容易恍神

漢方藥膳 × 雞精 效果加乘!

漢方藥膳: 補血強身, 滋陰養血, 健脾開胃, 化痰止咳
雞精: 補充體力, 補充蛋白質, 增強免疫力, 增強體力

「雞精」作點綴, 讓漢方藥膳更美味且易於吸收

漢方藥膳是漢方調理養生之道的具體化, 加入一些雞精, 讓食物更美味且易於吸收【漢方藥膳】

(圖/康華中醫診所院長張淑清醫師指出,漢方藥膳配伍極其精確,雞精更能加強漢方藥膳吸收)

日期	媒體	版面	標題	PR Value
12/17	WowoNews	Webpage	國人「精、氣、神」不足 九成上班族整日疲憊 六成噴嚏連連 七成容易恍神	80,000
http://www.wowonews.com/2010/12/blog-post_7360.html				

華佗



日期	媒體	版面	標題	PR Value
12/17	Sina全球新聞	政治	台灣民衆精氣神不足 逾九成上班族整日疲憊	80,000
http://dailynews.sina.com/bg/tw/twpolitics/chinanews/20101216/00082085343.html				

Media Exposure _ OL





郵箱 口令
 用戶名 口令

[安徽](#) | [重慶](#) | [貴州](#) | [海南](#) | [湖北](#) | [湖南](#) | [江蘇](#) | [江西](#) | [天津](#) | [黑龍江](#) | [河南](#)
[寧夏](#) | [青海](#) | [山東](#) | [山西](#) | [陝西](#) | [四川](#) | [新疆](#) | [浙江](#) | [遼寧](#) | [新疆兵團](#) | [廣東](#)

網站導航

[香港鏡像](#)

[繁體簡體](#)

[首頁](#) | [新聞](#) | [評論](#) | [台灣](#) | [兩岸](#) | [軍事](#) | [臺商](#) | [健康](#) | [文化](#) | [旅遊](#) | [視頻](#) | [社區](#) | [資料](#) | [週刊](#) | [專題](#) | [藝購](#)

[news](#) / 大陸新聞 | 台灣新聞 | 港澳新聞 | 國際新聞 | 綜合新聞 | 圖片新聞 | 熱門點擊

[返回首頁](#)

當前位置：新聞 > 滾動新聞

台灣民眾精氣神不足 逾九成上班族整日疲憊

2010-12-16 16:50:25 華夏經緯網

中新網12月16日電 據台灣《聯合晚報》報道，冷氣團襲臺，許多人受不了，一項調查發現，超過九成上班族整日疲憊，七成易恍神無法專心，六成噴嚏連連。

調查顯示，八成八台灣民眾即便每日早早就寢，睡醒後仍感疲憊；高達七成三上班族每週至少一天以上睡眠品質不良。六成四民眾每週至少一天以上手腳冰冷，六成五女性月事不順。調查結果，反映台灣“精、氣、神”不足。

熱點新聞排行

- 丈夫在外島服役 壹29歲少婦與
- 蘇係子弟扛上民進黨中央 炮轟吳
- 壹美女議員李婉鈺駁“陪睡”傳言
- 聲紋比對發現：兇嫌“馬面”開槍
- 台灣“第一美女”蕭薔2011年
- 許信良：民進黨若要贏“大選”
- 兩岸共商閩係紅磚建築保護傳承
- 房屋徵收條例二次徵求意見稿公佈
- 壹3所大學圖書館驚傳“A片哥”
- 北京治堵方案徵民意本週日截止
- 香港直升機意外初步報告講述16
- 馬雅舒整容前照片流出 雷！
- 溫家寶將訪問歐洲四國並出席世界
- 隨扈被當人頭 陳水扁隨扈向媒體
- 德國載有171人客機衝出跑道

日期	媒體	版面	標題	PR Value
12/16	華夏經緯網	Webpage	台灣民眾精氣神不足 逾九成上班族整日疲憊	80,000
http://hk.huaxia.com/xw/gdxw/2010/12/2219633.html				

Media Exposure _ OL



2010年12月17日 星期五

中国新闻网 中新网
WWW.CHINANEWS.COM.CN



- 长虹新视界 快乐视体验
- IBM 中型企业 驱动智慧的地球
- 联想乐Phone深度剖析
- 警惕脂肪肝，吃药要慎重！
- 左旋咖啡一月减10斤不是梦

本页位置： 首页 → 新闻中心 → 台湾新闻

台湾频道：

台湾政局

海峡时评

驻台记者专栏

互通往来

台湾民众精气神不足 逾九成上班族整日疲惫

2010年12月16日 15:46 来源：中国新闻网 [参与互动 \(1\)](#) 【字体：↑大 ↓小】

中新网12月16日电 据台湾《联合晚报》报道，冷气团袭台，许多人受不了，一项调查发现，超过九成上班族整日疲惫，七成易恍神无法专心，六成喷嚏连连。

调查显示，八成八台湾民众即便每日早早就寝，睡醒后仍感疲惫；高达七成三上班族每周至少一天以上睡眠质量不良。六成四民众每周至少一天以上手脚冰冷、六成五女性月事不顺。调查结果，反映台湾“精、气、神”不足。

标题 请输入关键字 搜索 RSS订阅

中国农业银行
AGRICULTURAL BANK OF CHINA

大行德广 伴您成长

客服热线：95599 www.abchina.com

推荐阅读

[更多推荐>>](#)

- 酱油厂秘方令人作呕 回收头发制造酱油(图)
- 幼儿园老师竟然用熨斗烫伤7名孩子(图)

日期	媒體	版面	標題	PR Value
12/16	中國新聞網	台灣新聞	台湾民众精气神不足 逾九成上班族整日疲惫	80,000
http://www.chinanews.com.cn/tw/2010/12-16/2727169.shtml				

Media Exposure _ OL



日期	媒體	版面	標題	PR Value
12/17	無名小站網誌	conic68	國人精氣神不足	80,000
http://blog.xuite.net/conic68/blog/41042978				

Media Exposure _ OL



日期	媒體	版面	標題	PR Value
12/17	無名小站網誌	conic68	國人精氣神不足	80,000
http://blog.xuite.net/conic68/blog/41042978				

Media Exposure _ OL



2010年12月17日 星期五 订阅CHINADAILY手机报 用户名 密码 登录 注册 English | Français

CHINADAILY 国际频道

中国文化 | 英语点津 | 新漫网 |

Beijing: ☀️ ☀️ 7/-5°C more cities

首页 | 国际 | 中国 | 财经 | 评论 | 博览 | 军事 | 体育 | 图片 | 娱乐 | 时尚 | 明星 | 女人 | 论坛 | 博客 外交讲坛 风云对话

周边·亚太 | 北美·欧洲 | 中东·中亚 | 非洲·拉美 | 中外关系 | 国际组织 | 时政专题 |

台湾民众精气神不足 逾九成上班族整日疲惫

2010-12-16 15:46:00 来源：中新网

打印文章 发送给好友 分享

【提要】 据台湾《联合晚报》报道，冷气团袭台，许多人受不了，一项调查发现，超过九成上班族整日疲惫，七成易恍神无法专心，六成喷嚏连连。调查显示，八成八台湾民众即便每日早早就寝，睡醒后仍感疲惫；高达七成三上班族每周至少一天以上睡眠质量不良。

中新网12月16日电 据台湾《联合晚报》报道，冷气团袭台，许多人受不了，一项调查发现，超过九成上班族整日疲惫，七成易恍神无法专心，六成喷嚏连连。

调查显示，八成八台湾民众即便每日早早就寝，睡醒后仍感疲惫；高达七成三上班族每周至少一天以上睡眠质量不良。六成四民众每周至少一天以上手脚冰冷、六成五女性月事不顺。调查结果，反映台湾“精、气、神”不足。

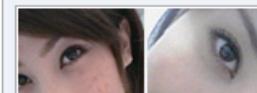
2009-2010
Central Government Directory of the PRC
中国中央政府组织机构手册



八折优惠!

20% OFF NOW!

时尚资讯 | 热点 | 瘦身 | 护肤 | 女人



- 居家护肤省事又实惠
- 荐：淘宝5款祛痘产品

日期	媒體	版面	標題	PR Value
12/16	國際頻道	Webpage	台湾民众精气神不足 逾九成上班族整日疲惫	80,000
http://www.chinadaily.com.cn/hqgj/jryw/2010-12-16/content_1403659.html				

Media Exposure _ OL



維克斯討論區 » 健康資訊 » 九成上班族 精氣神不足

查看完整版本: 九成上班族 精氣神不足

fallrainchou 2010-12-17 07:26

九成上班族 精氣神不足

更新日期:2010/12/17 04:11

記者洪素卿／台北報導

現代人經常熬夜工作、飲食又難定時，調查顯示，不少人已經有「精、氣、神」不足症狀上身！其中，有92%上班族總覺得疲憊，74%的人才剛說過的話馬上忘記，66%國人自覺身體虛弱。其中，又以電子業、金融業自覺疲憊的情況最為普遍。

康華中醫診所院長張家蓓指出，「精」是先天體質，「氣」與個體免疫相關，「神」則影響專注力、記憶力。一般人除非先天體質特好，否則天天過勞耗損、飲食無度，自然容易有疲憊、動不動就感冒或是恍神等相關症狀。

這項調查是在民國99年12月3日至7日進行，透過網路調查，有效樣本1099份。結果顯示，不僅有92%上班族總是感到疲憊，還有88%的人即便每天早早就寢，睡醒後仍感疲憊。

電子業、金融業最嚴重

日期	媒體	版面	標題	PR Value
12/17	維克斯討論區	Webpage	九成上班族 精氣神不足	80,000
http://www.wahas.com/archiver/?tid-2299873.html				

Media Exposure _ OL



Store Calldoor

舒活泰式舒壓館

讓身、心、靈獲得舒壓

店家
商品
優惠
好友
留言
大聲公
書籤
評比
玩樂地圖
店老闆辦活動

035503018的店家

級數] (8級)博士級
經驗值] 6113
文章] 452篇
優惠] 11篇
商品] 3篇
加入最愛] 51人
當日瀏覽人次] 126
累積瀏覽人次] 38112

最新優惠

回贈大優惠
12月份聖誕優惠專案

商品分類

未分類(3)

最新上架商品

全身去角質
泰式精油芳療
泰式古法推拿

商品回應

本文參加活動:[部落街街街]

2010-12-17 | 分享

本篇章瀏覽人數: 5

依本文配對VIP優惠如下:

加入書籤
檢舉
轉寄

九成上班族 精氣神不足

自由時報

更新日期:2010/12/17 04:11

記者洪素卿／台北報導

現代人經常熬夜工作、飲食又難定時，調查顯示，不少人已經有「精、氣、神」不足症狀上身！其中，有92%上班族總覺得疲憊，74%的人才剛說過的話馬上忘記，66%國人自覺身體虛弱。其中，又以電子業、金融業自覺疲憊的情況最為普遍。

康華中醫診所院長張家蓓指出，「精」是先天體質，「氣」與個體免疫相關，「神」則影響專注力、記憶力。一般人除非先天體質特好，否則天天過勞耗損、飲食無度，自然容易有疲憊、動不動就感冒或是恍神等相關症狀。

這項調查是在民國99年12月3日至7日進行，透過網路調查，有效樣本1099份。結果顯示，不僅有92%上班族總是感到疲憊，還有88%的人即便每天早早就寢，睡醒後仍感疲憊。

福耕有機拍攝

福田有機蔬菜-有機青江菜

全館有機蔬果8折，有認證，放心買，安心

福耕有機拍攝

福田有機蔬菜-有機紅苣菜

全館有機蔬果8折，有認證，

最新芝麻訪客 ?

health999

福耕有機蔬果宅配-全館保健營養食品殺到底

celia051688

小咪

chirlan

盈宏水電

日期	媒體	版面	標題	PR Value
12/17	舒活泰式舒壓館	Webpage	九成上班族 精氣神不足	80,000
http://www.calldoor.com.tw/mystore/a035503018/articles/224709				

Media Exposure _ OL



The screenshot shows the UDN Life Weather website. At the top, there's a navigation bar with links like '影音', '行動', '理財', '追星', '時尚', '電子報', '數位閱讀', and '資料庫'. Below this is a banner for 'Mommy Talk' with a cow illustration. The main content area features a news article titled '你累了嗎? 漢方調理提升精氣神' (Are you tired? Traditional Chinese medicine调理 to boost vitality). The article is dated 2010.12.16 06:23 pm and is categorized under '即時新聞' (Breaking News). The left sidebar contains a menu with various news categories like '即時新聞', '影音新聞', '國內要聞', etc.

日期	媒體	版面	標題	PR Value
12/17	聯合新聞網	生活天氣	你累了嘛?漢方調理提升精氣神	80,000
http://udn.com/NEWS/LIFE/BREAKINGNEWS9/6038621.shtml				

Media Exposure _ OL



Yahoo奇摩首頁 信箱 拍賣 服務說明

YAHOO! 奇摩 新聞 purple06112001, 您好! 會員登出 帳號資料

新聞 網頁

新聞首頁 政治 社會 地方 國際 財經 科技 運動 健康 教育 藝文 影劇 旅遊 生活 影音新聞

全民話頭條 公共消息 照片故事 專輯 民調中心 雜誌 手機版 2010/12/17(星期五) 農曆(庚寅)十一月十二日

新聞首頁 > 政治 > 台灣新生報

寄給朋友 友善列印 字級設定: + - * 巨 分享

8成受訪民眾認同 漢方補品調查

台灣新生報 更新日期:2010/12/17 00:27 【記者萬博超／台北報導】

漢方食補在華人養生文化中舉足輕重，但方便性不足是民眾進補頻率低的重要原因之一。國內市調發現，8成受訪民眾認同漢方補養觀念，但近6成受訪者認為漢方補膳熬煮不便，無法經常使用。

民眾為了提神常飲用含咖啡因飲品，中醫師張家蓓昨(16)日提醒，咖啡因無法根本解決疲勞感，不妨藉適度食補藥膳輔助改善精氣神不足的問題。

國內漢方食補廠商委託波仕特線上市調公司，針對上千位35至55歲國人進行調查，發現受訪國人中，92%的受訪上班族總是感到疲憊，而受訪者對於漢方滋補的觀念認同度達83%，顯示不少民眾相信傳統養生，但56%國人認為漢方滋補膳

廣告

RMK

天母嚴選
12/13(MON)~12/19(SUN)
日韓熱賣掘藏! 保暖鉤織x毛衣
搶購價 \$299 UP

日期	媒體	版面	標題	PR Value
12/17	Yahoo新聞	政治	8成受訪民眾認同 漢方補品調查	80,000
http://tw.news.yahoo.com/article/url/d/a/101217/128/2j4ub.html				

Media Exposure _ OL

華僑
報特刊

yam NEWS 新聞

新聞 網頁 圖片 搜尋

首頁 即時 影音 專輯 政治 財經 娛樂 運動 社會 兩岸 國際 生活 科技 **健康** 文教 民生@報 名人Live

即時 專輯 排行 討論 圖片 影音

九成上班族 精氣神不足

PK! 此新聞

推文 f t p

自由時報/自由時報 2010-12-17 06:00

調整字級：小 中 大 特 討論 (+) Email

記者洪素卿／台北報導

現代人經常熬夜工作，飲食又難定時，調查顯示，不少人已經有「精、氣、神」不足症狀上身！其中，有92%上班族總覺得疲憊，74%的人才剛說過的話馬上忘記，66%國人自覺身體虛弱。其中，又以電子業、金融業自覺疲憊的情況最為普遍。

康華中醫診所院長張家禧指出，「精」是先天體質，「氣」與個體免疫相關，「神」則影響專注力、記憶力。一般人除非先天體質特好，否則天天過勞耗損，飲食無度，自然容易有疲憊、動不動就感冒或是恍神等相關症狀。

這項調查是在民國99年12月3日至7日進行，透過網路調查，有效樣本1099份。結果顯示，不僅有92%上班族總是感到疲憊，還有88%的人即便每天早早就寢，睡醒後仍感疲憊。




CK one 小香3件組禮盒 特價799

06夏日限定+07夏日限定+正常版

新聞專輯

NEWS最新 HOT熱門

日期	媒體	版面	標題	PR Value
12/17	yamNews	健康	九成上班族 精氣神不足	80,000
http://n.yam.com/tlt/healthy/201012/20101217030513.html				

Media Exposure _ OL

台灣首頁 | 香港 | 會員登入 | 註冊

• 導報 • 蘋果基金會 • RSS

搜尋 進階搜尋 NEXTmedia

蘋果日報 | 壹週刊 | 討論區 | 即時新聞

《蘋果點點紅》活動入口 蘋果動新聞

蘋果日報 | 壹週刊 | 即時新聞

即時新聞

總覽 | 政治 | 社會 | 國際 | 財經 | 生活 | 娛樂 | 體育 | 科技 | 最新 | 熱門

你認為現行的計程車資合理嗎？
22:00 9成上班族整天疲憊 6成免疫力不足

9成上班族整天疲憊 6成免疫力不足

2010年12月16日 蘋果即時

訂閱 | 列印 | 轉寄(0) | 引用() | 書籤 | 點閱(731)

雞精業者委託市調公司針對35至55歲國人進行「精、氣、神」大調查，調查發現，受調查者中超過9成上班族整日疲憊、體力不支，且超過6成免疫力不足。

※奶機妹的手機，不是只能塞在乳溝裡！
※玩Facebook隨時掌握每日重點新聞！立即加入好友！
※就是現在！嘆浪也可以接收壹蘋果新聞囉~快！立即加入好友！

上一則：21:09 12月16日台灣彩券開獎

下一則：22:04 降雨趨緩 氣象局解除豪雨

即時新聞

自爆被逼下海拍AV 加藤鷹反對女生裝
小甜甜自爆客正妹圖 藝界網友視訊裡

日期	媒體	版面	標題	PR Value
12/17	蘋果日報	生活	9成上班族整天疲憊 6成免疫力不足	80,000
http://tw.nextmedia.com/rnews/article/SecID/105/ArtID/98068/IssueID/20101216				

Media Exposure _ OL



厦门 多云 12℃~5℃ 2010年12月17日 星期五 台海网首页 数字报数字报 手机报 繁体 海峡导报社主办

台海網 taihainet.com
品味厦门 读懂两岸

台湾 | 厦门 | 社区 | 福建 | 国内 | 国际 | 评论 | 财经 | 证券 | 汽车 | 房产 | 购物 | 娱乐 | 学堂 | 专题 | 数字报 | 手机报

论坛 | 播客 | 博客 | 时尚 | 美容 | 旅游 | 美食 | 健康 | 口腔 | 情感 | 读书 | 数码 | 科技 | 莆田商会 | 思明 | 湖里 | 集美 | 海沧 | 同安 | 翔安

导报购物网“购”味心 www.xm968801.com

厦门厝 两岸灯

您现在的位置: 台海网 >> 台湾 >> 宝岛万象 >> 正文

台湾民众精气神不足 逾九成上班族整日疲惫

www.taihainet.com 2010/12/16 17:09:06 台海网 【字体: 缩小 放大】

台海网12月16日 据台湾《联合晚报》报道,冷气团袭台,许多人受不了,一项调查发现,超过九成上班族整日疲惫,七成易恍神无法专心,六成喷嚏连连。

调查显示,八成八台湾民众即便每日早早就寝,睡醒后仍感疲惫;高达七成三上班族每周至少一天以上睡眠质量不良。六成四民众每周至少一天以上手脚冰冷、六成五女性月事不顺。调查结果,反映台湾“精、气、神”不足。

活动时间:
2010年9月1日—9月30日

享健康之旅
博千元大奖

买房、租房、装修上蓝房网 www.fangqq.com

日期	媒體	版面	標題	PR Value
12/17	台海網	Webpage	台湾民众精气神不足 逾九成上班族整日疲惫	80,000
http://www.taihainet.com/news/twnews/twsh/2010-12-16/630924.html				

Media Exposure _ OL



台北 多云 16? 711??/a> 公益 | 文化 | 佛教 | 傳媒 | 雜誌 | 愛玩 | 中醫

鳳凰網 ifeng.com 資訊 手機鳳凰網 加入桌面

孫岫欽 蔡炳 盜松程 站內 搜索

首頁 資訊 台灣 評論 財經 汽車 科技 房產 娛樂 時尚 體育 軍事 歷史 讀書 教育 健康 親子 遊戲 城市 論壇 博報 微博 寬頻 視點 直播 鳳凰衛視

即時 | 國際 | 大陸 | 台灣 | 港澳 | 社會 | 圖片 | 視頻 | 專題 | 排行 | 調查 | PK | 部落格 | 新聞論壇 | 每日要聞 提點意見 RSS

www.51job.com 前程无忧 月薪 3000-8000 填写简历

[商訊]LV包-正品庫存-2折
瑞士金錶--0.5折--搶瘋了!
糖尿病--活糖是關鍵!
皮膚癬--新藥問世--抗復發

鳳凰網資訊 > 台灣 > 寶島萬象 > 正文

調查：冷氣團來襲 島內逾九成上班族整日疲憊

2010年12月16日 16:13 中國台灣網 【大 中 小】 【列印】 共有評論0條

中國台灣網12月16日消息 據台灣《聯合晚報》報道，近日冷氣團襲臺，島內許多民眾感覺不適。據島內一項調查發現，島內超過9成上班族整日疲憊，7成容易恍神無法專心，6成噴嚏連連，高達7.3成上班族每週至少一天以上睡眠品質不良。

8.8成島內民眾即便每日早早就寢，睡醒後仍感疲憊；6.4成民眾每週至少一天以上手腳冰冷、6.5成女性月事不順。報道稱，調查結果發現，島內民眾“精、氣、神”不足。（中國台灣網 劉海偉）

中國南方航空 CHINA SOUTHERN

选择南航 享您所想

日期	媒體	版面	標題	PR Value
12/17	鳳凰網	Webpage	調查：冷氣團來襲 島內逾九成上班族整日疲憊	80,000
http://big5.ifeng.com/gate/big5/news.ifeng.com/taiwan/2/detail_2010_12/16/3543215_0.shtml				

Media Exposure _ OL



YAHOO! 部落格 (purple06112001), 您好! 會員登入 會員中心 請選擇功能 ▾ 服務首頁 | 服務訪

愚蠢人亂吃亂喝製造病痛,無知人不知死活等待疾病,智慧人養生保健預防疾病
行醫的心得經驗與生活觀察,美好的事與大家分享,施比受更為有福,受者更要惜福感恩。

訂閱部落格

包括情感醫學人生哲理精神靈修心理養生排毒環保瘦身素食法律財經政治和其他
我要留言

九成上班族 精氣神不足 檢舉

分類: 職場勞資,金融經濟理財,法律,政治社會觀感媒體 2010/12/17 09:47

九成上班族 精氣神不足
記者洪素輝／台北報導

現代人經常熬夜工作、飲食又難定時，調查顯示，不少人已經有「精、氣、神」不足症狀上身！其中，有92%上班族總覺得疲憊，74%的人才剛說過的話馬上忘記，66%國人自覺身體虛弱。其中，又以電子業、金融業自覺疲憊的情況最為普遍。

康華中醫診所院長張家蓓指出，「精」是先天體質，「氣」與個體免疫相關，「神」則影響專注力、記憶力。一般人除非先天體質特好，否則天天過勞耗損、飲食無度，自然容易有疲憊、動不動就感冒或是恍神等相關症狀。

這項調查是在民國99年12月3日至7日進行，透過網路調查，有效樣本1099份。結果顯示，不僅有92%上班族總是感到疲憊，還有88%的人即便每天早早就寢，睡醒後仍感疲憊。

最新文章

- 林滄紅下台，大嘴巴條款的見諒
- 威權主義正在借屍還魂
- 諾貝爾獎的空椅子

日期	媒體	版面	標題	PR Value
12/17	YAHOO部落格	drchen1955	九成上班族 精氣神不足	80,000
http://tw.myblog.yahoo.com/drchen1955/article?mid=16876				

Media Exposure _ OL



The screenshot shows the Liberty Times website interface. At the top, there's a banner for HP ePrint cloud fax machines. Below the banner is a navigation bar with categories like '自由新聞', '影音娛樂', '3C 科技', etc. The main content area features an article titled '冬補 黑色食物佳' (Winter Supplement: Black Food is Best) under the '健康醫療' (Health & Medicine) section. The article discusses the benefits of black food for winter health. To the right of the article are several advertisements, including one for Nissen clothing and another for BenQ cameras. At the bottom right, there's a '最新工作看板' (Latest Job Board) section listing various job opportunities.

日期	媒體	版面	標題	PR Value
12/17	自由時報電子報	健康醫療	冬補 黑色食物佳	80,000
http://www.libertytimes.com.tw/2010/new/dec/17/today-health1-2.htm				

Media Exposure _ OL





麦包包



[DUDU]小资情怀系列时尚牛皮两用包
 市场价: 829元
 麦包价 **258元**

立即抢购

[首页](#) [共产党](#) [要聞](#) [時政](#) [國際](#) [軍事](#) [台港澳](#) [教育](#) [社會](#) [圖片](#) [觀點](#) [地方](#) [經濟](#) [汽車](#) [房產](#) [體育](#) [娛樂](#) [文化](#) [傳媒](#) [電視](#) [社區](#) [博客](#) [訪談](#) [遊戲](#) [彩信](#) [翻城](#) [RSS](#)

人民網>>台灣頻道

調查：冷氣團來襲 島內逾九成上班族整日疲憊

2010年12月16日16:19 來源：中國台灣網

【字號大 中 小】 [打印](#) [留言](#) [論壇](#) [網摘](#) [手機點評](#) [糾錯](#) [E-mail推薦](#) [提交](#)

據台灣《聯合晚報》報道，近日冷氣團襲台，島內許多民眾感覺不適。據島內一項調查發現，島內超過9成上班族整日疲憊，7成容易恍神無法專心，6成噴嚏連連，高達7.3成上班族每周至少一天以上睡眠質量不良。

8.8成島內民眾即便每日早早就寢，睡醒后仍感疲憊；6.4成民眾每周至少一天以上手腳冰冷、6.5成女性月事不順。報道稱，調查結果發現，島內民眾“精、氣、神”不足。



立即注册

亿起发联盟，中国最大的CPS效果营销联盟！
佣金高，结算快！网站主首选合作联盟！
 大电商云集：京东、麦网、新蛋、当当...

[新闻搜索](#) [本站检索](#)

熱圖推薦



駐阿美軍女兵戰斗生活



2010年馬來西亞華裔小姐

日期	媒體	版面	標題	PR Value
12/17	人民網	Webpage	調查：冷氣團來襲 島內逾九成上班族整日疲憊	80,000
http://tw.people.com.cn/BIG5/13501735.html				

Media Exposure _ OL

華僑
報特刊

The screenshot shows the Merit Times website interface. At the top, there's a banner for a 4格漫畫 (4-panel comic) contest. Below the banner is a navigation bar with links like 首頁, 人間萬事, 奇人妙事, etc. The main content area displays a news article titled "中藥補身 金屬鍋煮白做工" (Traditional Chinese Medicine for Bodybuilding, Metal Pot Boiling White Work). The article text discusses a survey on the health of people in Taiwan, mentioning that many feel fatigued and have poor health, and that traditional Chinese medicine is often used for health improvement. The article is dated 2010/12/17 and has 1508 views. On the right side, there's a section for the full electronic newspaper (全版電子報紙) and a small section for a talk show (定和尚談人間福報).

日期	媒體	版面	標題	PR Value
12/17	人間福報	醫藥	中藥補身 金屬鍋煮白做工	80,000
http://www.merit-times.com.tw/NewsPage.aspx?Unid=212209				

Media Exposure _ OL

華僑
報
特
刊

PChome ONLINE 新聞 午安! (登入) 本站內容 搜尋 常見問題 我的信箱 PChome

3C商品0利率 中華航空e級棒 前往威仕忌原鄉 追尋永恆傳說 HOT買車? 維基解密創辦人暫交保

資訊月 HTC 手機限量送 瘋了!1000元就讓你抽汽車! 分享冬日穿搭保暖又不NG

首頁 政治 社會 財經 科技 娛樂 體育 生活 消費 國際 健康 旅遊 照片 專題 雜誌 房產 話題

列印 推薦 分享 f p t ... 字 小 中 大

冬補 黑色食物佳

2010-12-17 09:13:43 自由時報 記者洪素卿

回應

冬天到了，很多人可能打算趁機大補一下元氣、改善疲累與精神不濟的情況。除了應徹底檢討生活作息外，中醫師張家蓓建議，冬天想要進補不妨從黑色食物下手。

中醫學裡「多宜養腎」。冬天裡補腎，最適合的就是黑色食物，如黑豆、黑芝麻、烏骨雞等。若想以形補形，可考慮以尾冬骨補骨頭；腰子、龍眼肉也能補腎。

GO AHEAD是甚麼意思
去洗頭 去做吧
幫他解答去

日期	媒體	版面	標題	PR Value
12/17	PCHome	健康	冬補 黑色食物佳	80,000
http://news.pchome.com.tw/healthcare/libertytimes/20101217/index-12925369318824625012.html				

Media Exposure _ OL



HiNet 新聞

50-75歲保證承保免體檢 天啊！人人都有iPad抽 個資法防護看過來 陳幸好：扁動一下就會喘

測 我最近會加薪嗎?

首頁 | 即時 | 影音 | 政治 | **財經** | 社會 | 娛樂 | 體育 | 生活 | 氣象 | 科技 | 國際 | 兩岸 | 圖片 | 汽車 | 專題 | 雜誌 | 新聞搜尋 | 搜尋

· 財經最新 · HiNet新聞 · 統一發票

2010/12/17(星期五)農曆十一月十二

新聞首頁 > 財經 > 中國時報

轉寄新聞 | 友善列印 | 字級: 小 | 中 | 大

累了嗎？來罐漢方雞精吧！

中國時報 / 陳大任 / 台北報導 2010/12/17

市調顯示，國人普遍認為「精、氣、神」不足，超過9成的上班族有整日疲憊的困擾，還有6成的人噴嚏連連、7成容易恍神無法專心。中醫師張家蓓建議，除了傳統漢方補膳之外，市售漢方雞精是最便利選擇，冬天早餐不妨加溫和著麥片，就像吃粥一樣方便。

■壓力大工時長 現代人真累 華佗雞精日前委託波仕特線上市調，針對上千名35至55歲國人進行「精、氣、神」大調查，結果正好反映出現代人生活壓力大，長時間工作產生疲憊的普遍現象。

信義房屋

現在問好屋 就抽
台灣幸福遊

馬上行動 Go!

日期	媒體	版面	標題	PR Value
12/17	Hinet	財經	累了嗎？來罐漢方雞精吧！	80,000
http://times.hinet.net/times/article.do?newsid=4451446&option=finance				

Media Exposure _ OL



yam Money 財金 台股代碼或名稱 即時報價

首頁 股市 期權 港股 滬深股 外匯 **新聞** 基金專區 獲利工具 理財影音 VIP看盤 特報：郭恭

即時新聞 研究報告 財金雜誌 匯市 Money Blog 存第一桶金的秘訣

累了嗎？來罐漢方雞精吧！
 中時電子報／中時電子報 2010-12-17 03:15 調整字級：

中國時報【陳大任／台北報導】

市調顯示，國人普遍認為「精、氣、神」不足，超過9成的上班族有整日疲憊的困擾，還有6成的人噴嚏連連、7成容易恍神無法專心。中醫師張家蓓建議，除了傳統漢方補膳之外，市售漢方雞精是最便利選擇，冬天早餐不妨加溫著麥片，就像吃粥一樣方便。

■壓力大工時長 現代人真累

華佗雞精日前委託波仕特線上市調，針對上千名35至55歲國人進行「精、氣、神」大調查，結果正好反映出現代人生活壓力大，長時間工作產生疲憊的普遍現象。




日期	媒體	版面	標題	PR Value
12/17	yamMoney	新聞	累了嗎？來罐漢方雞精吧！	80,000
http://money.yam.com/news/chinatimes/fn_news/201012/20101217029934.html				

Media Exposure _ OL



台股代碼或名稱 即時報價

首頁 股市 期權 港股 滬深股 外匯 **新聞** 基金專區 獲利工具 理財影音 VIP看盤

特報：郭恭克談財經趨勢

即時新聞 研究報告 財金雜誌 匯市 Money Blog 存第一桶金的秘訣

九成上班族 精氣神不足

自由時報/自由時報 2010-12-17 06:00

調整字級：

記者洪素卿／台北報導

現代人經常熬夜工作、飲食又難定時，調查顯示，不少人已經有「精、氣、神」不足症狀上身！其中，有92%上班族總覺得疲憊，74%的人才剛說過的話馬上忘記，66%國人自覺身體虛弱。其中，又以電子業、金融業自覺疲憊的情況最為普遍。

康華中醫診所院長張家蓓指出，「精」是先天體質，「氣」與個體免疫相關，「神」則影響專注力、記憶力。一般人除非先天體質特好，否則天天過勞耗損、飲食無度，自然容易有疲憊、動不動就感冒或是恍神等相關症狀。



日期	媒體	版面	標題	PR Value
12/17	yamMoney	新聞	九成上班族 精氣神不足	80,000
http://money.yam.com/news/ltl/insurance/201012/20101217030513.html				

Media Exposure _ OL



msn 新聞 2010年12月17日(五)

首頁 政治 社會 國際 兩岸 地方 財經 科技 運動 娛樂 生活 健康 照片

新聞首頁 > 健康

8成受訪民眾認同 漢方補品調查 字型 小 中 大

台灣新生報 更新日期:2010/12/17 06:00

漢方食補在華人養生文化中舉足輕重，但方便性不足是民眾進補頻率低的重要原因之一。國內市調發現，8成受訪民眾認同漢方補養觀念，但近6成受訪者認為漢方補膳熬煮不便，無法經常使用。

民眾為了提神常飲用含咖啡因飲品，中醫師張家蓓昨(16)日提醒，咖啡因無法根本解決疲勞感，不妨藉適度食補藥膳輔助改善精氣神不足的問題。

國內漢方食補廠商委託波仕特線上市調公司，針對上千位35至55歲國人進行調查，發現受訪國人中，92%的受訪上班族總是感到疲憊，而受訪者對於漢方滋補的觀念認同度

日期	媒體	版面	標題	PR Value
12/17	msn新聞	健康	8成受訪民眾認同 漢方補品調查	80,000
http://news.msn.com.tw/news1980641.aspx				

Media Exposure OL



設為首頁 | 簡情 | 台灣 | 兩岸 | 政府資訊 | 客戶網頁 | 照片 | 正體 | 簡體

即時新聞 CNA NEWS

最近六個月的中央社新聞搜尋 Search

熱門關鍵字：二代健保 霸凌 寒流 升值 江陳會 民國百人

新聞總覽 > 生活醫藥 > 運動休閒 > 影劇新聞 > 教育文化 > 國際焦點 > 財經新聞 > 資訊科技 > 地方新聞 > 社會新聞 > 兩岸透視 >

首頁 > 新聞總覽 >

補冬有一套 補過頭出毛病

2010/12/16 22:09:51

〈中央社記者陳清芳台北16日電〉天氣冷颼颼，補冬受歡迎，今天公布的1項調查指出，大約8成青壯年能夠接受漢方中藥滋補，但大多數人嫌麻煩，平常猛灌咖啡或機能飲料提神；少數人則補過頭補出毛病來。

這項由雞精業者委託波仕特線上市調對35到55歲物流運輸、金融、服務、電子產業等11大行業的調查，共取得1099份有效問卷，結果發現，大約9成受訪者常感覺愈睡愈累，金融、服務業和電子新貴常忘了剛剛才說過的話。

開業中醫診所院長張家蓓指出，調查也發現，83%受訪者可以接受中藥漢方補身，但6成認為燉煮中藥很麻煩，結果在日常生活中，就是靠著咖啡提神飲料，撐過了一時，卻造成精、氣、神的透支。

日期	媒體	版面	標題	PR Value
12/16	中央社	新聞總覽	補冬有一套 補過頭出毛病	80,000
http://www.cna.com.tw/ShowNews/Detail.aspx?pNewsID=201012160298&pType0=aALL&pTypeSel=0				

Media Exposure _ OL

華僑
報社



真假! 尋寶抽iPhone4

太平洋房屋大好消息!

個資法防護看過來

工安事故 馬總統：零

He is hitting on you 的中文意思?

☐ A. 他打你



☒ B. 他對你有意思



首頁 | 即時 | 影音 | 政治 | 財經 | 社會 | 娛樂 | 體育 | 生活 | 氣象 | 科技 | 國際 | 兩岸 | 圖片 | 汽車 | 專題 | 雜誌 | 新聞搜尋

· 即時 · 健康 · 藝文 · 設計+ · 汽車 · 發票 · 熱門

2010/12/17(星期五)農曆十一

» 新聞首頁 » 生活 » 教育廣播電台

轉寄新聞 友善列印 字級: 小 中 大

國人精氣神不足 醫師建議漢方滋補改善

教育廣播電台 / 康紀漢 2010/12/16

一項調查發現，近9成的國人有越睡越累的情形，並且也有近8成的民眾容易出現精神不濟的恍神狀況，顯示出現代人工作忙碌，普遍都存有精、氣、神不足的現象。康華中醫診所院長張家蓓建議民眾，可以選用粉光蔘加上靈芝、冬蟲夏草、十全和四物等養生良方，來幫助自己改善精、氣、神不足的問題。

熱門好屋

101景觀宅 情定新紐約 MOM

請選擇縣市與區域

縣市: 請選擇 區域: 請選擇

價位: 請選擇 萬至 以上 萬

日期	媒體	版面	標題	PR Value
12/16	Hinet新聞	生活	國人精氣神不足 醫師建議漢方滋補改善	80,000
http://times.hinet.net/times/article.do?newsid=4450840&option=recreation				

Media Exposure _ OL



soniaw08
hmgsl30y3osx6wan1v

相簿 部落格

DEC 17
FRI 2010

8成受訪民眾認同 漢方補品調查

分享: 推文 讚

漢方食補在華人養生文化中舉足輕重，但方便性不足是民眾進補頻率低的重要原因之一。國內市調發現，8成受訪民眾認同漢方補養觀念，但近6成受訪者認為漢方補膳熬煮不便，無法經常使用。

民眾為了提神常飲用含咖啡因飲品，中醫師張家蓓昨(16)日提醒，咖啡因無法根本解決疲勞感，不妨藉適度食補藥膳輔助改善精氣神不足的問題。

國內漢方食補廠商委託波仕特線上市調公司，針對上千位35至55歲國人進行調查，發現受訪國人中，92%的受訪上班族總是感到疲憊，而受訪者對於漢方滋補的觀念認同度達83%，顯示不少民眾相信傳統養生，但56%國人認為漢方滋補往往需要長時間燉煮，非常不便。調查也指出，逾8成的35-55歲受訪國人，日常使用漢方滋補的頻率每月少於4次，使用頻率受便利性影響。

好站推薦

- 工商新聞
- 網站排名
- SEO
- SEO
- 貨運公司
- 台北搬家公司
- 台北搬家
- 清潔
- 清潔
- 清潔
- 清潔
- 清潔公司
- 清潔公司
- 清潔公司
- 清潔公司

日期	媒體	版面	標題	PR Value
12/17	pixnet	soniaw08	8成受訪民眾認同 漢方補品調查	80,000
http://soniaw08.pixnet.net/blog/post/23685760				

Media Exposure _ OL

華佗
銀特

《首頁》

《公司簡介》

《**最新消息**》

《藥物方劑》

《國科產品》

《常見問題》

《相關連結》

《留言板》

《會員專區》

最新消息 News

全部 → 新聞 保健 專題 活動 養生料理

8成受訪民眾認同 漢方補品調查

漢方食補在華人養生文化中舉足輕重，但方便性不足是民眾進補頻率低的重要原因之一。國內市調發現，8成受訪民眾認同漢方養觀念，但近6成受訪者認為漢方補膳熬煮不便，無法經常使用。

民眾為了提神常飲用含咖啡因飲品，中醫師張家蓓昨(16)日提醒，咖啡因無法根本解決疲勞感，不妨藉適度食補藥膳輔助改善精神不足的問題。

國內漢方食補廠商委託波仕特線上市調公司，針對上千位35至55歲國人進行調查，發現受訪國人中，92%的受訪上班族總是疲憊，而受訪者對於漢方滋補的觀念認同度達83%，顯示不少民眾相信傳統養生，但56%國人認為漢方滋補往往需要長時間熬煮，非常不便。調查也指出，逾8成的35-55歲受訪國人，日常使用漢方滋補的頻率每月少於4次，使用頻率受便利性影響。

調查發現，多數人認為飲用能量飲料、咖啡就能改善精氣神不足情形，中醫師張家蓓對此表示，漢方調理，較能從根本上改善問題。

調查顯示，受訪民眾普遍有精、氣、神不足的問題，88%受訪者即便每日早早就寢，睡醒後仍感疲憊；高達73%每周至少一天有睡眠品質不良的問題，64%國人每周至少一天以上有手腳冰冷的情況發生，65.1%女性國人也有生理不順困擾。

日期	媒體	版面	標題	PR Value
12/17	國科生技	最新消息	8成受訪民眾認同 漢方補品調查	80,000
http://www.kuoko.com.tw/news/view/1818				

Media Exposure _ OL



日期	媒體	版面	標題	PR Value
12/16	聯合新聞網	生活天氣	補冬有一套 補過頭出毛病	80,000
http://www.udn.com/2010/12/16/NEWS/LIFE/BREAKINGNEWS9/6038991.shtml				

Media Exposure _ OL



The screenshot shows the Sina News website interface. At the top is a banner for iPhone 4. Below it are navigation links for various news categories. The main article is titled "補冬有一套 補過頭出毛病" (Winter has a set, over-supplementing causes trouble). The article text discusses a survey on winter health habits. The sidebar on the right contains a search bar, a Google ad for Bottega Veneta, and another Google ad for a dental clinic.

補冬有一套 補過頭出毛病

中央社 (2010-12-16 22:50)

Ads by Google
 黃經理牙醫診所-台中市植牙 www.nyu.com.tw
 美國植牙碩士 全世界僅200人植牙十大保證 兼創快速植牙

(中央社記者陳清芳台北16日電)天氣冷颼颼，補冬受歡迎，今天公布的1項調查指出，大約8成青壯年能夠接受漢方中藥滋補，但大多數人嫌麻煩，平常猛灌咖啡或機能飲料提神；少數人則補過頭補出毛病來。

這項由雞精業者委託波仕特線上市調對35到55歲物流運輸、金融、服務、電子產業等11大行業的調查，共取得1099份有效問卷，結果發現，大約9成受訪者常感覺愈睡愈累，金融、服務業和電子新貴常忘了剛剛才說過的話。

聖誕節 蘇花 國史館 李婉鈺 徐至琦

請輸入關鍵字

GO

POWERED BY Google

聖誕節 慾望清單 BOTTEGA VENETA 送2500 12期0利率

Ads by Google

高壓氧植牙達人 三合一高壓氧植牙

笑氣 雷射 高壓氧

日期	媒體	版面	標題	PR Value
12/16	Sina新浪新聞	生活	補冬有一套 補過頭出毛病	80,000
http://news.sina.com.tw/article/20101216/4042609.html				

Media Exposure _ OL



中時電子報 新聞

2010-12-17 星期五

生活百寶箱 搜尋: 新聞 請輸入搜尋關鍵字 查詢

中時租屋網

粉領新貴★甜美套房
全套家具家電、租金含水電、
網路、第四台、
更多.....

優質捷運住家出租
交通方便, 近捷運,
明星學區, 好住家,
更多.....

新聞 理財 影音 娛樂 樂活 部落格 雜誌 討論區 旺車網 健康 房地產 行銷

新聞開家拉 論壇 焦點 政治 財經 股市 兩岸 國際 社會 地方 娛樂 樂活 科技 運動 藝文 一府新聞 回應最熱 點閱最熱

即時新聞: (15:28) 零食當代幣 台生廣告獲英國獎

新聞首頁 > 即時新聞 > 生活新知 >

引用 轉寄 列印 A 字體: 小 · 中 · 大

補冬有一套 補過頭出毛病

2010-12-16 | 中國時報 | 【中央社】

天氣冷颼颼, 補冬受歡迎, 今天公布的1項調查指出, 大約8成青壯年能夠接受漢方中藥滋補, 但大多數人嫌麻煩, 平常猛灌咖啡或機能飲料提神; 少數人則補過頭補出毛病來。

這項由雞精業者委託波仕特線上市調對35到55歲物流運輸、金融、服務、電子產業等11大行業的調查, 共取得1099份有效問卷, 結果發現, 大約9成受訪者常感覺愈睡愈累, 金融、服務業和電子新貴常忘了剛剛才說過的話。

開業中醫診所院長張家禧指出, 調查也發現, 83%受訪者可以接受中藥漢方補身, 但6成認為燉煮中藥很麻煩, 結果在日常生活中, 就是靠著咖啡提神飲料, 撐過了一時, 卻造成精、氣、神的透支。

【講座情報】12月22日趨勢經濟大解套論壇

【新年禮】給爸媽不一樣的fu

【焦點新聞】每天多拼2小時 應酬機率多2成

【唐人對對】歡慶幸福聖誕! 超值好禮買一送一

【房訊專輯】城市迷宮外的第二種人生

【驚爆下殺】台南老公不要煩惱, 找她好

【好康放送】飛行卡享國泰港龍機票優惠

IBM

iT熱門週報 2011.01.01 vol. 66

2011年 哪種IT人最

IBM綜合管理報導

日期	媒體	版面	標題	PR Value
12/16	中時電子報	新聞	補冬有一套 補過頭出毛病	80,000
http://life.chinatimes.com/2007Cti/2007Cti-Rtn/2007Cti-Rtn-Content/0,4526,110107+112010121601522,00.html				

Media Exposure _ OL



自由時報 電子報
The Liberty Times

HP ePrint 雲端傳真事務機
千里遙控列印 隨觸掌握商機

資訊月優惠中

HIT PRINT
BRILLIANTLY

自由電子報 > 即時新聞總覽 > 生活

2010年12月17日，星期五

即時新聞 | 政治 | 國際 | 財經 | 社會 | 體育 | 地方 | 影劇 | 生活

無障礙閱讀

生活

字型：+ -

◀ 上一則 下一則 ▶

補冬有一套 補過頭出毛病 【12/16 22:25】

【中央社】天氣冷颼颼，補冬受歡迎，今天公布的1項調查指出，大約8成青壯年能夠接受漢方中藥滋補，但大多數人嫌麻煩，平常猛灌咖啡或機能飲料提神；少數人則補過頭補出毛病來。

這項由雞精業者委託波仕特線上市調對35到55歲物流運輸、金融、服務、電子產業等11大行業的調查，共取得1099份有效問卷，結果發現，大約9成受訪者常感覺愈睡愈累，金融、服務業和電子新貴常忘了剛剛才說過的話。

開業中醫診所院長張家蓓指出，調查也發現，83%受訪者可以接受中藥漢方補身，但6成認為熬煮中藥很麻煩，結果在日常生活中，就是靠著咖啡提神飲料，撐過了一時，卻造成精、氣、神的透支。

少數則有過分進補的極端例子，張家蓓說，曾有個女性病患罹患子宮腺肌症，自覺生理期失血太多，努力吃藥膳補血，沒想到腺肌愈補愈大，某次月經突然大出血進了急診。

nisser
www.nisser.com

妝扮寶時
聖誕LOO!

日本童裝
免運費
限時開跑

GO

好冷喔~
來一杯熱呼呼的咖啡?

最新工作看板

【高獎金分紅】台積電、聯電...
【年薪14個月+】遠碩、奧圖碼...
【可年後上班】華航、金士盾...
【員工出國旅遊】雄獅、仁寶...
【最愛愛女人】華映、宏碁...

超多資訊，快上yes123!

最新電影預告

電影抢鲜看

歡迎來 讀去圖書

日期	媒體	版面	標題	PR Value
12/16	自由時報電子報	即時新聞	補冬有一套 補過頭出毛病	80,000
http://iservice.libertytimes.com.tw/liveNews/news.php?no=443840&type=%E7%94%9F%E6%B4%BB				

Media Exposure _ OL



[设为首页](#)
[| 商情](#)
[| 台商](#)
[| 两岸](#)
[| 政府信息](#)
[| 客户网页](#)
[| 照片](#)
[| 正体](#)
[| 简体](#)

[最近六个月的中央社新闻搜寻](#)

[热门关键字: 二代健保 霸凌 寒流 升值 江陈会 民国百人](#)

[新闻总览](#)
[生活医药](#)
[运动休闲](#)
[影剧新闻](#)
[教育文化](#)
[国际焦点](#)
[财经新闻](#)
[信息科技](#)
[地方新闻](#)
[社会新闻](#)
[两岸透视](#)

[首页](#) > [生活医药](#) >

补冬有一套 补过头出毛病

2010/12/16 22:09:51

(中央社记者陈清芳台北16日电) 天气冷飕飕, 补冬受欢迎, 今天公布的1项调查指出, 大约8成青壮年能够接受汉方中药滋补, 但大多数人嫌麻烦, 平常猛灌咖啡或机能饮料提神; 少数人则补过头补出毛病来。

这项由鸡精业者委托波仕特线上市调对35到55岁物流运输、金融、服务、电子产业等11大行业的调查, 共取得1099份有效问卷, 结果发现, 大约9成受访者常感觉愈睡愈累, 金融、服务业和电子新贵常忘了刚刚才说过的话。

开业中医诊所院长张家蓓指出, 调查也发现, 83%受访者可以接受中药汉方补身, 但6成认为炖煮中药很麻烦, 结果在日常生活中, 就是靠着咖啡提神饮料, 撑过了一时, 却造成精、气、神的透支。

日期	媒體	版面	標題	PR Value
12/16	中央社	生活疾病	补冬有一套 补过头出毛病	80,000
http://203.75.155.20/gb/www.cna.com.tw/ShowNews/Detail.aspx?pNewsID=201012160298&pType0=aHEL&pTypeSel=0				

Media Exposure _ OL



PChome ONLINE 新聞 | 午安! (登入) | 站內容 | 搜尋

買一送一 | **澳盛飛行白金卡** 持卡期間飛行積金 終身有效 | **新春假期**

想出國! 檢測殺價英文力 | 好萊塢雙人臥房五件組75折 | 原來我也是遊戲小魔女?

首頁 | 政治 | 社會 | 財經 | 科技 | 娛樂 | 體育 | **生活** | 消費 | 國際 | 健康

補冬有一套 補過頭出毛病 (中央社)

天氣冷颼颼，補冬受歡迎，今天公布的1項調查指出，大約8成青壯年能夠接受漢方中藥滋補，但大多數人嫌麻煩，平常猛灌咖啡或機能飲料提神；少數人則補過頭補出毛病來。這項由雞精業者委託波仕特線上市調對35到55歲物流... [詳全文](#)

日期	媒體	版面	標題	PR Value
12/16	PCHome	生活	補冬有一套 補過頭出毛病	80,000
http://news.pchome.com.tw/living/cna/20101216/mail-12925085917398018009.html				



Thank you.