

全維度生理美學康養師

認證題庫共**200**題

認證檢定考試說明

本認證檢定採單科測驗制，每科考試內容與配分方式如下：

是非題：**15** 題

選擇題：**10** 題

每題配分：**4** 分

全卷 總分為 **100** 分，
成績達 **60** 分(含)以上者為合格。

考試時間為 **60** 分鐘，
請考生於規定時間內完成作答。

壹、是非題(100題)

一、生理基礎與人體結構(1-20)

1. 人體生理結構與外在美感表現密切相關。
👉 是 | 結構影響姿態與外觀。
2. 骨骼系統只負責支撐，不影響美學。
👉 非 | 影響體態比例。
3. 肌肉張力會影響身形線條。
👉 是 | 過緊或過鬆皆影響外觀。
4. 姿勢不良不會影響健康。
👉 非 | 會造成疼痛與失衡。
5. 呼吸方式與身體放鬆程度有關。
👉 是 | 影響自律神經。
6. 人體循環系統與膚色表現無關。
👉 非 | 循環影響氣色。
7. 神經系統影響動作協調與表情。
👉 是 | 控制全身反應。
8. 內分泌失衡可能影響體態與皮膚狀態。
👉 是 | 賀爾蒙影響顯著。
9. 生理年齡一定等於實際年齡。
👉 非 | 受生活型態影響。
10. 身體柔軟度與活動能力相關。
👉 是 | 影響動作流暢。
11. 人體左右側結構完全對稱。
👉 非 | 多數人有功能性不對稱。

12. 核心肌群對體態穩定很重要。

👉 是 | 支撐身體中軸。

13. 關節活動度不足不影響日常生活。

👉 非 | 會限制動作。

14. 身體結構失衡可能影響外在美感。

👉 是 | 姿態改變。

15. 生理結構可透過訓練改善。

👉 是 | 具可塑性。

16. 長期久坐不會影響身體結構。

👉 非 | 易導致失衡。

17. 身體疼痛可能源於結構問題。

👉 是 | 代償常見。

18. 肌筋膜與動作順暢度相關。

👉 是 | 影響活動品質。

19. 生理結構評估是康養介入的基礎。

👉 是 | 先評估再調理。

20. 人體是一個整合系統。

👉 是 | 各系統相互影響。

二、生理美學與體態管理(21-40)

21. 生理美學僅追求外表美。

👉 非 | 內在功能同樣重要。

22. 良好體態有助提升自信。

👉 是 | 心理與外觀連動。

23. 體態評估只看外觀即可。

👉 非 | 需結合功能檢視。

24. 身體線條與肌肉使用習慣有關。

👉 是 | 日常動作影響。

25. 錯誤姿勢不會影響體態。

👉 非 | 會改變身形。

26. 生理美學重視自然平衡。

👉 是 | 非過度雕塑。

27. 體態管理需要長期維持。

👉 是 | 非一次性。

28. 只有年輕人才需要體態管理。

👉 非 | 各年齡皆適用。

29. 呼吸訓練可改善體態表現。

👉 是 | 影響核心穩定。

30. 生理美學與健康可同時達成。

👉 是 | 目標一致。

31. 身體歪斜不會影響外在美感。

👉 非 | 影響比例。

32. 走路姿勢屬於體態管理的一部分。

👉 是 | 動態姿勢重要。

33. 生理美學強調個體差異。

👉 是 | 非單一標準。

34. 過度追求外型可能忽略健康。

👉 是 | 需平衡。

35. 體態改善可降低身體負擔。

👉 是 | 減少代償。

36. 生理美學只與運動有關。

👉 非 | 含生活習慣。

37. 體態評估可作為進步追蹤依據。

👉 是 | 量化與觀察。

38. 長期壓力可能影響體態。

👉 是 | 肌肉緊繃。

39. 美感表現與身體協調度有關。

👉 是 | 動作流暢。

40. 生理美學管理需符合安全原則。

👉 是 | 避免傷害。

三、康養調理與生活型態(41–60)

41. 康養強調預防勝於治療。

👉 是 | 健康管理核心。

42. 睡眠品質與身體修復無關。

👉 非 | 修復關鍵。

43. 飲食習慣會影響生理美學。

👉 是 | 體組成與皮膚。

44. 規律作息有助身心平衡。

👉 是 | 自律神經穩定。

45. 康養調理僅針對疾病。

👉 非 | 也適用健康促進。

46. 長期疲勞可能影響外觀表現。

👉 是 | 氣色與姿態。

47. 身體放鬆有助於康養效果。

👉 是 | 促進修復。

48. 水分攝取與生理機能無關。

👉 非 | 循環與代謝。

49. 康養介入需考量個人狀況。

👉 是 | 避免一體適用。

50. 生活型態調整是康養核心之一。

👉 是 | 根本改善。

51. 壓力管理不屬於康養範疇。

👉 非 | 心理影響生理。

52. 長期不良習慣可能抵銷康養效果。

👉 是 | 行為影響大。

53. 康養調理需循序漸進。

👉 是 | 避免反效果。

54. 身體訊號可作為調整依據。

👉 是 | 自我覺察。

55. 康養不需要專業指引。

👉 非 | 錯誤方式有風險。

56. 規律活動有助提升生活品質。

👉 是 | 整體健康。

57. 康養調理可改善身體恢復力。

👉 是 | 提升韌性。

58. 生活型態不影響老化速度。

👉 非 | 影響顯著。

59. 康養目標包含長期穩定。

👉 是 | 非短期改善。

60. 全維度康養需整合多面向因素。

👉 是 | 身心整合。

四、身心平衡、倫理與專業角色(61-100)

61. 身心狀態會相互影響。

👉 是 | 心理生理連動。

62. 情緒壓力可能影響身體表現。

👉 是 | 肌肉與姿態。

63. 康養師可替代醫師診斷。

👉 非 | 需專業分工。

64. 專業康養需遵守倫理原則。

👉 是 | 保障個案。

65. 康養介入前需取得當事人同意。

👉 是 | 尊重自主。

66. 身心平衡有助生理美學展現。

👉 是 | 內外一致。

67. 康養師應尊重個體界線。

👉 是 | 專業倫理。

68. 過度承諾效果屬於專業行為。

👉 非 | 不實承諾。

69. 康養介入不需記錄過程。

👉 非 | 需專業紀錄。

70. 身心放鬆有助改善動作協調。

👉 是 | 神經調節。

71. 全維度康養強調整體而非單點。

👉 是 | 系統思維。

72. 康養師需具備基本生理知識。

👉 是 | 專業基礎。

73. 專業界線模糊可能造成風險。

👉 是 | 責任問題。

74. 康養工作需持續學習更新。

👉 是 | 專業成長。

75. 身心平衡可提升生活滿意度。

👉 是 | 幸福感提升。

76. 康養師只需專注技術。
👉 非 | 溝通同樣重要。
77. 專業倫理可建立信任關係。
👉 是 | 長期合作。
78. 康養評估不需考量心理狀態。
👉 非 | 影響結果。
79. 身體改善有助心理正向循環。
👉 是 | 互相促進。
80. 康養介入需避免造成依賴。
👉 是 | 培養自我管理。
81. 全維度康養重視個案參與。
👉 是 | 提升效果。
82. 身體覺察能力可透過訓練提升。
👉 是 | 可學習。
83. 康養師需與其他專業合作。
👉 是 | 跨專業整合。
84. 康養目標應符合現實條件。
👉 是 | 避免挫折。
85. 生理美學康養只追求外在改變。
👉 非 | 內外並重。
86. 專業界線可保護個案與從業者。
👉 是 | 雙方安全。
87. 身心失衡可能表現在外觀。
👉 是 | 氣色姿態。
88. 康養成效可透過多指標評估。
👉 是 | 非單一標準。
89. 全維度康養需尊重文化差異。
👉 是 | 避免偏見。

90. 康養介入不需持續追蹤。

👉 非 | 需評估效果。

91. 專業溝通可提升康養信任度。

👉 是 | 關係基礎。

92. 身體改善速度因人而異。

👉 是 | 個體差異。

93. 康養師需避免超出專業範圍。

👉 是 | 合規原則。

94. 全維度康養可支持健康老化。

👉 是 | 長期價值。

95. 身心平衡有助預防慢性問題。

👉 是 | 預防醫學。

96. 康養不等於醫療治療。

👉 是 | 角色不同。

97. 生理美學康養需重視安全性。

👉 是 | 首要原則。

98. 康養師的角色是引導而非控制。

👉 是 | 促進自主。

99. 全維度生理美學康養師需具備整合視角。

👉 是 | 核心能力。

100. 全維度生理美學康養師的核心使命在於整合生理、美學與康養，協助個體在健康與美感中取得長期平衡。

👉 是 | 專業總結。

貳、選擇題(100題)

一、生理結構與功能基礎(1-15)

1. 人體生理結構對外在美感的影響主要體現在？

- A. 衣著選擇
- B. 姿態與動作表現
- C. 體重數字
- D. 膚色深淺

👉 答案: B

解析: 結構影響姿勢與動作流暢度, 直接反映美感。

2. 骨骼系統在生理美學中的主要角色為？

- A. 儲存能量
- B. 支撐體態比例
- C. 調節情緒
- D. 促進代謝

👉 答案: B

3. 肌肉張力過高最可能造成？

- A. 動作更流暢
- B. 體態僵硬與線條失衡
- C. 柔軟度提升
- D. 能量增加

👉 答案: B

4. 下列何者最能說明「核心肌群」的重要性？

- A. 增加手臂力量
- B. 穩定身體中軸與姿態
- C. 提升心肺功能
- D. 改變膚質

👉 答案: B

5. 姿勢不良長期可能導致？

- A. 只有外觀改變
- B. 結構失衡與疼痛
- C. 無任何影響
- D. 只影響情緒

👉 答案: B

6. 呼吸方式對身體的影響不包含？

- A. 自律神經
- B. 肌肉放鬆
- C. 體態穩定
- D. 骨骼長度

👉 答案: D

7. 內分泌系統失衡最可能影響？

- A. 體態與皮膚狀態
- B. 身高
- C. 骨骼數量
- D. 關節數目

👉 答案: A

8. 人體左右側不完全對稱的主要原因為？

- A. 骨骼缺陷
- B. 日常使用習慣
- C. 遺傳錯誤
- D. 年齡

👉 答案: B

9. 關節活動度不足最可能影響？

- A. 視力
- B. 動作表現與日常活動
- C. 消化功能

D. 體溫調節

👉 答案:B

10. 下列何者最符合生理結構「可塑性」的概念？

A. 結構完全固定

B. 可透過訓練與調整改善

C. 只能手術改變

D. 與年齡無關

👉 答案:B

11. 長期久坐對身體的影響為？

A. 結構更穩定

B. 易造成肌力失衡

C. 提升體態

D. 無影響

👉 答案:B

12. 肌筋膜系統主要影響？

A. 皮膚顏色

B. 動作順暢與張力分布

C. 骨骼數量

D. 呼吸頻率

👉 答案:B

13. 身體疼痛不一定來自疼痛部位本身，這種現象稱為？

A. 直接傷害

B. 代償問題

C. 急性反應

D. 感染

👉 答案:B

14. 生理結構評估在康養中的主要目的為？

A. 診斷疾病

- B. 作為調理與訓練依據
- C. 美容評分
- D. 取代醫療

👉 答案: B

15. 人體各系統之間的正確關係為？

- A. 各自獨立
- B. 相互影響的整合系統
- C. 僅神經系統重要
- D. 只有外觀相關

👉 答案: B

二、生理美學與體態管理(16-30)

16. 生理美學的核心理念為？

- A. 外表至上
- B. 功能與美感平衡
- C. 快速塑形
- D. 模仿流行

👉 答案: B

17. 體態評估時，下列何者最不適當？

- A. 觀察站姿
- B. 觀察動態動作
- C. 僅看體重
- D. 評估左右平衡

👉 答案: C

18. 走路姿勢在體態管理中的角色為？

- A. 不重要
- B. 動態體態的重要指標

- C. 僅影響速度
- D. 只與年齡有關

👉 答案: **B**

19. 體態管理為何需要長期進行？

- A. 效果慢
- B. 身體使用習慣需時間調整
- C. 增加成本
- D. 只為專業需求

👉 答案: **B**

20. 呼吸訓練可改善體態的主要原因為？

- A. 增加肺活量
- B. 穩定核心與放鬆緊繃肌群
- C. 提高心率
- D. 改變骨骼形狀

👉 答案: **B**

21. 生理美學是否有單一標準？

- A. 有
- B. 沒有, 需尊重個體差異
- C. 只看身高
- D. 只看比例

👉 答案: **B**

22. 長期壓力最可能對體態造成？

- A. 改善線條
- B. 肌肉緊繃與姿態改變
- C. 骨骼增長
- D. 無影響

👉 答案: **B**

23. 錯誤姿勢長期未調整, 最可能？

- A. 自然消失

- B. 形成固定代償
- C. 提升美感
- D. 不影響健康

👉 答案: B

24. 生理美學管理應避免哪一種作法？

- A. 漸進調整
- B. 過度用力與疼痛訓練
- C. 個別化設計
- D. 安全優先

👉 答案: B

25. 體態改善的附加效益為？

- A. 僅外觀提升
- B. 減少身體負擔
- C. 降低身高
- D. 增加壓力

👉 答案: B

26. 生理美學與健康的正確關係為？

- A. 相互衝突
- B. 可同時促進
- C. 無關
- D. 只能選一

👉 答案: B

27. 體態評估結果的主要用途為？

- A. 比較他人
- B. 作為追蹤與調整依據
- C. 展示成果
- D. 替代診斷

👉 答案: B

28. 生理美學只適合年輕族群嗎？

- A. 是
- B. 否, 各年齡皆適用
- C. 只中年
- D. 只銀髮

👉 答案: **B**

29. 過度追求外型而忽略功能, 最可能導致？

- A. 效果更好
- B. 健康風險
- C. 成本下降
- D. 動作改善

👉 答案: **B**

30. 生理美學管理的首要原則為？

- A. 快速見效
- B. 安全與平衡
- C. 流行趨勢
- D. 強度最大

👉 答案: **B**

三、康養調理與生活型態(31–50)

31. 康養調理的核心精神為？

- A. 治療疾病
- B. 預防與促進健康
- C. 外觀修飾
- D. 短期改善

👉 答案: **B**

32. 睡眠在康養中的角色為？

- A. 可忽略
- B. 身體修復關鍵
- C. 只影響情緒
- D. 只影響記憶

👉 答案：**B**

33. 飲食習慣對生理美學的影響為？

- A. 無關
- B. 影響體組成與膚況
- C. 只影響體重
- D. 只影響能量

👉 答案：**B**

34. 規律作息對身體的主要影響為？

- A. 提高壓力
- B. 穩定生理節律
- C. 降低代謝
- D. 無效果

👉 答案：**B**

35. 康養是否只針對生病的人？

- A. 是
- B. 否, 健康促進亦適用
- C. 只老年人
- D. 只運動員

👉 答案：**B**

36. 長期疲勞最可能影響？

- A. 體態與外觀表現
- B. 身高
- C. 骨骼數量

D. 視力

👉 答案:A

37. 水分攝取不足最可能造成？

A. 代謝下降

B. 循環與恢復不良

C. 肌力提升

D. 骨密度增加

👉 答案:B

38. 康養調理設計時，最重要的原則為？

A. 統一標準

B. 個別化考量

C. 強度優先

D. 時間最短

👉 答案:B

39. 康養調理過程中，身體回饋的重要性在於？

A. 無需理會

B. 作為調整依據

C. 只做紀錄

D. 只給專家

👉 答案:B

40. 生活型態調整在康養中的地位為？

A. 次要

B. 核心要素

C. 可選項

D. 無關

👉 答案:B

41. 壓力管理對康養的影響為？

A. 無影響

B. 影響生理與體態

- C. 只影響心理
- D. 只影響睡眠

👉 答案: **B**

42. 康養調理應採取的進程為？

- A. 快速高強度
- B. 循序漸進
- C. 一次完成
- D. 隨意調整

👉 答案: **B**

43. 不良生活習慣對康養成效的影響為？

- A. 無影響
- B. 可能抵銷成效
- C. 提升效果
- D. 縮短時間

👉 答案: **B**

44. 康養是否需要專業指引？

- A. 不需要
- B. 需要, 避免風險
- C. 只需網路資訊
- D. 只靠經驗

👉 答案: **B**

45. 規律活動的長期效益為？

- A. 提升生活品質
- B. 增加壓力
- C. 降低活動力
- D. 只影響外觀

👉 答案: **A**

46. 康養調理可提升身體的哪一項能力？

- A. 恢復與適應力

- B. 骨骼數量
- C. 身高
- D. 年齡

👉 答案:A

47. 生活型態對老化速度的影響為？

- A. 無影響
- B. 影響顯著
- C. 只影響外觀
- D. 只影響心理

👉 答案:B

48. 全維度康養的正確理解為？

- A. 單一方法
- B. 多面向整合
- C. 只重運動
- D. 只重飲食

👉 答案:B

49. 康養目標設定應？

- A. 不切實際
- B. 符合個人條件
- C. 越高越好
- D. 完全一致

👉 答案:B

50. 《全維度生理美學康養師》的核心專業為？

- A. 快速塑形
- B. 整合生理、美學與康養的安全介入
- C. 取代醫療
- D. 僅提供運動

👉 答案:B

四、身心平衡與神經調節(51-70)

51. 身心平衡對生理美學的影響為？

- A. 無關
- B. 影響體態、表情與氣色
- C. 只影響心理
- D. 只影響睡眠

👉 答案:B | 身心狀態會反映於外觀與動作。

52. 自律神經失衡最可能出現的狀況為？

- A. 姿態更穩定
- B. 緊繃、疲勞與恢復不良
- C. 肌力提升
- D. 骨密度增加

👉 答案:B

53. 放鬆訓練的主要目的為？

- A. 提高心率
- B. 降低過度緊張與代償
- C. 增加肌肉量
- D. 改變骨骼結構

👉 答案:B

54. 情緒壓力對肌肉張力的影響為？

- A. 無影響
- B. 可能造成慢性緊繃
- C. 只影響力量
- D. 只影響柔軟度

👉 答案:B

55. 身體覺察(Body Awareness)的價值在於？

- A. 增加運動量

- B. 提升自我調整能力
- C. 取代專業
- D. 縮短療程

👉 答案: B

56. 正確的呼吸訓練最能改善？

- A. 骨骼長度
- B. 核心穩定與放鬆
- C. 皮膚顏色
- D. 視力

👉 答案: B

57. 身心失衡長期未處理, 最可能？

- A. 自然恢復
- B. 累積為慢性問題
- C. 只影響外觀
- D. 不影響健康

👉 答案: B

58. 冥想或正念練習對康養的助益為？

- A. 無助益
- B. 調節壓力與專注
- C. 增加骨密度
- D. 取代運動

👉 答案: B

59. 身心平衡訓練是否需要個別化？

- A. 不需要
- B. 需要
- C. 只高壓族群
- D. 只老年人

👉 答案: B

60. 情緒與體態的正確關係為？

- A. 無關
- B. 情緒可影響姿態與動作
- C. 只影響表情
- D. 只影響走路速度

👉 答案:B

61. 放鬆不足最可能影響哪一項？

- A. 恢復效率
- B. 身高
- C. 骨骼數量
- D. 視力

👉 答案:A

62. 身心平衡訓練的安全原則為？

- A. 強度越高越好
- B. 漸進、可回饋
- C. 越快越有效
- D. 忽略不適

👉 答案:B

63. 壓力管理未納入康養計畫, 最可能？

- A. 成效下降
- B. 成效提升
- C. 無影響
- D. 更快速改善

👉 答案:A

64. 神經調節在體態改善中的角色為？

- A. 次要
- B. 影響動作控制與放鬆
- C. 無關

D. 只影響感覺

👉 答案: B

65. 身心平衡是否可支持長期康養？

A. 否

B. 是

C. 只短期

D. 只特定族群

👉 答案: B

66. 過度刺激神經系統的訓練，最可能？

A. 提升穩定

B. 增加疲勞與代償

C. 改善睡眠

D. 降低壓力

👉 答案: B

67. 身心平衡的評估應包含？

A. 只有外觀

B. 生理與心理指標

C. 只有體重

D. 只有柔軟度

👉 答案: B

68. 身心訓練中，回饋機制的重要性在於？

A. 增加紀錄

B. 即時調整介入

C. 延後改善

D. 固定流程

👉 答案: B

69. 身心平衡改善後，最常見的變化為？

A. 動作更僵硬

B. 姿態更自然

- C. 疼痛增加
- D. 活動力下降

👉 答案: B

70. 身心平衡訓練應避免哪一項？

- A. 尊重感受
- B. 忽略不適訊號
- C. 漸進調整
- D. 安全優先

👉 答案: B

五、專業倫理、角色與整合應用(71-100)

71. 康養師的專業角色為？

- A. 取代醫療
- B. 健康促進與引導
- C. 診斷疾病
- D. 開立藥物

👉 答案: B

72. 下列何者屬於專業倫理核心？

- A. 快速見效
- B. 尊重個案自主
- C. 高強度介入
- D. 統一標準

👉 答案: B

73. 介入前取得同意的主要目的為？

- A. 形式流程
- B. 保障權益與信任
- C. 免除責任

D. 加快進度

👉 答案:B

74. 超出專業範圍的正確處置為？

A. 勉強處理

B. 轉介其他專業

C. 繼續嘗試

D. 忽略

👉 答案:B

75. 專業紀錄的主要功能為？

A. 行政需求

B. 追蹤、安全與回顧

C. 行銷

D. 取代評估

👉 答案:B

76. 過度承諾效果可能造成？

A. 信任建立

B. 倫理與風險問題

C. 成效提升

D. 成本降低

👉 答案:B

77. 康養介入是否應避免造成依賴？

A. 否

B. 是

C. 視個案

D. 視時間

👉 答案:B

78. 全維度康養的整合對象不包含？

A. 生理

B. 心理

- C. 生活型態
- D. 即時醫療治療

👉 答案:D

79. 專業溝通對康養成效的影響為？

- A. 無影響
- B. 提升理解與合作
- C. 只影響情緒
- D. 增加時間

👉 答案:B

80. 文化差異在康養中的正確態度為？

- A. 忽略
- B. 尊重並調整
- C. 統一標準
- D. 強制改變

👉 答案:B

81. 跨專業合作的主要目的為？

- A. 增加流程
- B. 提供更完整支持
- C. 分散責任
- D. 降低效率

👉 答案:B

82. 康養目標設定最重要的原則為？

- A. 越高越好
- B. 可行與符合個案
- C. 快速完成
- D. 與他人比較

👉 答案:B

83. 持續追蹤在康養中的價值為？

- A. 增加紀錄

- B. 評估與優化成效
- C. 延後改善
- D. 形式流程

👉 答案: B

84. 身體改善與心理狀態的關係為？

- A. 無關
- B. 互相影響
- C. 只單向
- D. 只短期

👉 答案: B

85. 康養師持續進修的主要原因為？

- A. 證書需求
- B. 專業更新與安全
- C. 行銷需要
- D. 增加工作量

👉 答案: B

86. 專業界線清楚的好處為？

- A. 限制服務
- B. 保護個案與從業者
- C. 降低成效
- D. 增加距離

👉 答案: B

87. 康養評估應避免？

- A. 多指標
- B. 單一外觀判斷
- C. 動靜態觀察
- D. 個別化

👉 答案: B

88. 全維度康養對健康老化的支持在於？

- A. 短期改善
- B. 長期穩定與自理
- C. 外觀維持
- D. 強度提升

👉 答案: B

89. 專業風險管理在康養中的角色為？

- A. 無關
- B. 預防傷害與爭議
- C. 延後介入
- D. 取代倫理

👉 答案: B

90. 康養成效評估最不適當的方式為？

- A. 主觀感受
- B. 客觀指標
- C. 單次觀察
- D. 多次追蹤

👉 答案: C

91. 個案參與度對康養結果的影響為？

- A. 無影響
- B. 顯著影響
- C. 只短期
- D. 只心理

👉 答案: B

92. 康養師在引導中的正確態度為？

- A. 控制
- B. 支持與陪伴
- C. 命令

D. 放任

👉 答案: B

93. 安全原則在康養中的優先順序為？

A. 次要

B. 最高

C. 視情況

D. 視目標

👉 答案: B

94. 康養介入的調整依據應來自？

A. 固定計畫

B. 回饋與評估

C. 時間長短

D. 他人經驗

👉 答案: B

95. 全維度康養的長期價值為？

A. 快速塑形

B. 健康、美感與生活品質

C. 成本最低

D. 只外觀

👉 答案: B

96. 專業誠信在康養中的意義為？

A. 行銷形象

B. 建立長期信任

C. 提高收費

D. 降低責任

👉 答案: B

97. 康養師面對不確定狀況的正確作法為？

A. 自行判斷

B. 暫停並轉介

- C. 強行介入
- D. 忽略

👉 答案: B

98. 全維度康養是否強調自我管理能力？

- A. 否
- B. 是
- C. 只專業介入
- D. 只短期

👉 答案: B

99. 全維度生理美學康養師最重要的能力為？

- A. 技術強度
- B. 整合與判斷
- C. 行銷能力
- D. 速度

👉 答案: B

100. 《全維度生理美學康養師》的專業使命為？

- A. 快速改變外型
- B. 整合生理、美學與康養, 協助個體安全且長期地提升健康與美感
- C. 取代醫療
- D. 統一標準

👉 答案: B