

天灸療法

治療痛症及鼻敏感

近年香港重新發現中醫的神奇療效，各種中醫的特色療法漸為大眾認識。其中天灸是其中一個推廣的療法。那究竟天灸是甚麼？天灸對人體又有甚麼好處？

「天灸療法」屬於中醫外治法中的灸法，根據中醫學「天人合一」的理論，結合臟腑、經絡學說，在特定日子裏，使用特製中藥敷貼於特定的穴位上。通過藥物的刺激和吸收作用，疏通經脈，行氣活血，從而起到調節臟腑功能及調整陰陽平衡，達到防病治病之效。

天灸療法適合治療哮喘、過敏性鼻炎(鼻敏感)、慢性支氣管炎、氣管過敏、腎虛腰痛、手足冰冷、月經不調胃痛、久咳、等虛寒性疾病，亦適合體虛易於感冒、寒底之人，以改善體質，防病治病。

接受天灸療法的日子就是「三伏天」及「三九天」。三伏天在夏季，而三九天則在冬季。

三九天：冬季天灸

「三九天」處於冬季，三日分別為「一九」、「二九」和「三九」，以九日為一個單位，由冬至開始計算第一天至第九日為「一九」；第十至第十八日為「二九」；第十九至第廿七日為「三九」。

「三九天」天灸療法是通過把辛溫的藥物敷於穴位上，達至行氣活血和加強人體的陽氣的效果，能改善屬虛寒性的疾病，例如哮喘、鼻敏感、慢性腸胃疾病等，與「三伏天」天灸療法所治療的適應症大致相同。

為使大眾嘗到天灸的好處，香港中華經筋醫學院臨床教研中心將以成本價為大家提供天灸服務，使更多人受惠，詳情如下：

天灸日期：21-23/12(三至五)

30-31/12(五、六)

09-11/01/2012(一至三)

地點：九龍佐敦彌敦道335號高怡醫務中心10樓A室

新界荃灣德士古道G47(大窩口地鐵站B出口)

查詢電話：2477 6861 (10am-7pm)

經筋健康時報

第1期
2011年12月

主編：林友

副主編：周嘉儀
馮郁君

編委會：胡少蘭
藍廣宇
湯敬東

出版：
香港中華經筋醫學院



鳴謝贊助：華健國際

經筋科®
JingJinKe

憑此印花可到
香港中華經筋醫學院
臨床教研中心門診部



獲免費經筋檢查1次
敬請預約
有效日期至
2012年1月30日

香港中華經筋醫學院臨床教研中心

目 標：弘揚經筋醫學，推廣健康訊息

服 務：除了提供課程讓大眾認識經筋醫學，還設有門診服務

課 程：提供經筋療法班、經筋自療法班、經筋理療師班等不同程度的課程，供不同需要和興趣的人報讀

門診服務：由資深註冊中醫師及註冊經筋理療師主理

診症範圍：以中藥、經筋針灸、整脊、經筋手法，治療涵蓋心腦血管病(高血壓、眩暈、中風)、癌症、老人痴呆症、紅斑狼瘡、脊椎病、痛症、坐骨神經痛、三叉神經痛、風濕性關節炎、眼科病、退化性疾病(抗衰老)、肥胖症等疑難雜症

門診地址：九龍佐敦彌敦道335號高怡醫務中心10樓A室

電話：2781 1081

新界荃灣德士古道G47號(大窩口地鐵站B出口)

電話：2477 6861

新界屯門鄉事會路雅都商場G27號

電話：2186 8164

九龍尖沙咀堪富利士道12號宏貿發展商業大廈6樓C室(尖沙咀A2出口)

電話：2394 5888

《中華經筋醫學》說明書

- 【醫學門類】 中華經筋醫學
- 【專科名稱】 中華經筋科
- 【來源產地】 中國香港
- 【藥品名稱】 通用名稱：中華經筋醫學
英文名稱：CHINESE JINGJIN MEDICINE，JINGJIN CN
- 【主要成份】 醫道1份 關心1份 經筋骨架整療術1份
解痛貼外敷1貼 解痛丸內服1粒 解痛靈適量外擦
- 【性狀】 無色、無味、無毒、無害，形神合一。
- 【歸經】 三陰三陽經筋。
- 【功效】 緩急、解痛、調和諸方。具預防、保健、康復、治療作用。
- 【適應症】 運動障礙證、疲勞綜合證、免疫低下證、循環障礙證，痛證、癩證，虛實諸證。
- 【臨床應用】 廣泛應用於內科、外科、婦科、兒科、骨科、筋科等各類經筋性相關疾病等。
- 【用法用量】 治療每日一次，保健7至30天一次，或遵醫囑。
- 【不良反應】 偶見疼痛，無不良反應。
(疼痛是警鐘，鳴響疾病生；檢測知病灶，消灶自安康。)
- 【藥理作用】 開道解結、舒筋通絡、善調百脈、調暢氣機、激活細胞、平衡陰陽。具抗壓、減壓、消滯排毒、滲濕消腫，增強新陳代謝作用；具抗缺血、缺氧，抗動脈硬化、保五體、護臟腑等作用。
- 【貯藏】 通應四時，喜見光明。
- 【有效期】 真心醫學、代代相傳。

經筋技術人才嚴重不足

【編輯部報導】中華經筋專業管理委員會副主席周嘉儀指出：頸肩背腰腿痛症，手或腳麻痺的病人，多因經筋性組織異常性變所引起，嚴重者可導致內臟腑疾病，故需要早期發現、早期應用經筋療法適切地進行治療。而在香港通過訓練有素的經筋師能較熟練地應用經筋療法，以「理順筋路、捺正錯節」為首務，使人體筋路調暢、百脈調順為目的。「但這種經筋療法技術並非所有醫師都懂得，要接受有關訓練」。

目前，香港中華經筋醫學院正配合業界需要，並根據政府資歷架構指引為經筋師專業設計培訓課程，該項技術不單可助頸肩背腰腿痛症、手或腳麻痺的病人解除病苦，更可培養出真正懂得經筋技術的專業人才，讓嚴重不足的情況得到改善。

關於經筋師職業定位問題，周嘉儀指出：中華經筋專業管理委員會已實施經筋師註冊制度，本著專業自主原則，發揚社會責任之精神，並在法律框架下得到保護，確保所有經筋師確實受過專業訓練及取得資格。經筋師職業制度的誕生，是體現傳統醫學在現代得到了發展和延伸，推動經筋醫學的發展，既弘揚了中醫藥文化，並能更好地服務中醫藥事業。

經筋健康之友會

為幫助大眾認識經筋醫學，以及獲得更多健康資訊，現在誠邀各位加入經筋健康之友會。

1. 費用：費用全免
2. 入會資格：欲了解經筋醫學，或關注健康資訊者
3. 入會福利：可享有\$10優惠券，並定期收到經筋健康資訊及其他優惠

經筋健康之友會報名表

中文姓名：_____ 英文姓名：_____

性別：_____ 聯絡電話：_____ (手提) _____ (住宅)

電郵：_____

地址：_____

本會專用

會員編號：_____

簽署：_____

日期：_____

活動消息

與疼痛交個朋友！

主辦：經筋健康之友會 鳴謝：營前經筋科

營前經筋科，專注經筋相關疾病的治療，包括關節疼痛、四肢麻痺、運動創傷、不明原因的痛痺雜症等經筋相關疾病。

- 遇上疼痛人人怕怕，疾病中疼痛是最常見現象，普遍認為「病痛、病痛，有病才有痛」或「有痛才有病」，這樣認識正確嗎？
- 疼痛對身體有危害嗎？對人的健康有什麼影響及提示？處理不當有什麼嚴重後果？疼痛所隱含的實際意義有多大？到底疼痛是什麼概念呢？
- 疼痛怎麼辦？為什麼疼痛反覆發作、或疾病久醫不癒？怎樣正確認識疼痛？……參加者可發問相關問題。
- 疼痛不但影響工作，也影響生活質量。如不適、疲倦、煩惱或失眠，也可影響到情緒、工作、自信和社交等等。其實只要掌握更多的經筋護理常識，對紓緩疼痛或病情均有助益。
- 是次講座由經筋專家、註冊醫師、香港中華經筋醫學研究會林友會長主講，將詳細分析疼痛的成因、找尋疼痛真正的本質、指導正確的預防和治理方法。

主講嘉賓：林友醫師 經筋科專科創辦人

費用：全免

額滿即止，報名從速

日期：A) 2012年1月8日（星期日）（15:00pm - 16:00pm）

B) 2012年1月16日（星期一）（19:30pm - 20:30pm）

地址：香港九龍彌敦道335號高怡醫務中心10字樓A室

電話：2781 1081 或 24776861 藍先生

網上版 www.jingjinke.com

歡迎加入為派發地點

歡迎投稿

歡迎刊登廣告(免費)

查詢電話：2477 6861 / 2781 1081

電郵：hkicjpp@yahoo.com