



## 【祝君健康】

### 健康從“治未病”開始

以往認為，疾病在發生以前是無法預知的，最多的做法是，在身體出現不適之後，才去醫院檢查治療。隨著醫學的發展，傳統的認識正在被改變，世界衛生組織（WHO）提出：“醫學的目的不僅僅是治療疾病，更重要的是讓你不生病！”這與兩千多年前中醫古籍《黃帝內經》中所說的“聖人不治已病治未病”異曲同工。

醫術高超的醫生，在疾病尚未見端倪之時，就已經能夠察覺到其發生的可能和發展的趨勢，從而進行相應的調理和治療，使疾病消失於燎原之前，而不是等到疾病洶洶而至，才去診斷治療。“治未病”是中醫治病的最高境界，體現了中醫把預防、保健、養生融於一體的防治思想和傳統精神。

“治未病”可以分為“未病先防”、“既病防變”、“愈後防復”三個層次，針對人群有：1.身體健康、無異常指征、需保持最佳狀態者；2.體質偏頗，有疾病易患傾向者；3.自覺症狀明顯，但理化檢查指標正常者；4.理化檢查指標處於臨界值，但尚未達到診斷標準者，即疾病的易感人群；5.慢性疾病穩定期需延緩發展、預防並發症者；6.病已痊癒，但需預防復發者；或大病初愈、大手術後身體虛弱，需進一步調養康復者。

中醫在治未病時，首先要進行體質辨識。將中醫體質辨識的方法和現代醫學體檢相結合。中醫的體質辨識從宏觀上把握健康狀況，西醫的指標檢測從微觀上及時排查各種隱匿的疾病，兩種交融，優勢互補，使您自知體質、健康狀況和易患疾病。

在體質辨識之後，將會由資深望重的中醫專家，對辨識結果進行綜合分析和評估，指導您如何去除危害健康的因素，通過心理疏導、飲食平衡、起居調攝、運動保健、傳統治療等，為您“量身打造”一套個性化的疾病預防方案和健康管理計劃。

在方案和計劃的實施中，我們將倚重中醫的傳統療法，如中藥內服、膏方、中藥貼敷、中藥薰蒸、針灸、刮痧、推拿等等，達到增強體質、防病抗衰的目的。

“治未病”將為您的健康保駕護航！

科大醫院  
莫蕙醫生  
劉夢光醫生  
2008.4.16