



【祝君健康】

運用傳統療法治未病

“治未病”就是重視預防和保健。通過中西醫結合的體質辨識、健康調養諮詢後，中醫專家會為您“量身打造”制訂一系列的治療、保健計劃，以達到“治未病”的目的。除了一般中藥內服之外，還有一些傳統療法可以配合應用，傳統療法是以中醫理論作指導，透過手法、器具或外用中藥作用於人體以達到治療和保健作用的一種方法，其中包括針刺類，灸類，火罐類，砭術、刮痧療法，推拿，中藥熏蒸、沐足等特色療法，以下作簡單介紹：

一、針刺類：

1.腹針療法：腹針是通過刺激腹部穴位調節臟腑失衡來治療全身疾病，臨床具有“安全、無痛、高效、快捷”等優點。對多種急慢性疾病可起到立竿見影效果。

2.平衡針療法：人體的平衡系統是人類大腦對待一切事物的認識而產生的本能反應，平衡針療法就是充分利用了人體的這個平衡系統核心原理，通過人為的外因刺激，促使患者機體達到人體自我平衡，從而達到扶正祛邪之目的。

3.耳穴療法：耳穴是耳廓上的腧穴或反應點。用針刺或其它方法刺激耳穴，是防治疾病和調理機體的一種方法，具有操作簡便、適應症廣、副作用少、經濟安全、療效較好等特點。

二、灸類：

1.雷火灸療法：又稱雷火神針療法，以中藥粉末加上艾絨制成艾條，施灸於穴位上，以治療疾病的一種方法。

2.溫箱灸療法：是用艾絨做成艾條，放於灸箱中，放置在穴位上（或疼痛部位）熏蒸的一種治療方法。

三、砭術綜合療法：

是中國古代的一種非藥物療法，砭石與經絡及腧穴相結合，促進血流速度，改善微循環，具有溫助陽氣、疏通經絡、逐寒祛濕、消痺止痛、安神定驚等功用，可用作熱敷、按摩、刮痧等用途。

四、中藥熏蒸療法：利用中藥加水煮沸後所產生的藥蒸氣熏蒸患處，以治療疾病的一種方法。也是慢性疲勞綜合征、亞健康常選用的方法。

五、沐足療法：是用藥液浸泡洗腳治療疾病的一種方法，其適應範圍較廣。即可治病又可保健。



以上的傳統療法適應範圍較廣泛，針對各種慢性病，以及亞健康狀態進行綜合調養和干預治療，體現傳統醫學“治未病”、“防重於治”、養生保健和健康調養的學術思想。

科大醫院
羅浩暉
2008.5.10