

# 三伏天穴位貼敷

## 解決過敏性鼻炎、反覆感冒及哮喘的困擾

一年中最熱的“三伏天”又要到了，患有氣喘、過敏性咳嗽、過敏性鼻炎的患者症狀可能略有舒緩，但別掉以輕心，因為在一年最熱的這個月份，用三伏天穴位治療，可**有效減輕冬季時的嚴重發作**，中醫的『天灸治療』將協助您對抗過敏！！

根據近代研究報告指出，依此法連續使用三年，對防治哮喘及過敏性鼻炎的有效率達 80%以上，且身體的免疫力提升，感冒會減少，過敏現象會減輕甚至消失。

天灸屬於傳統中醫的穴位敷貼療法，根據“天人合一”的原理，在一年中最熱的“三伏天”或最冷的“三九寒天”，將中藥貼於特定的穴位，從而達到溫肺化痰、補氣壯陽的目的。

“三伏”貼敷所使用的藥物略有不同，但治療過程相同，即在人體背部的穴位進行敷貼，使局部的皮膚出現短暫發紅、灼熱感，貼藥時間約 1 至 3 小時。

此療法對於哮喘、過敏性咳嗽、過敏性鼻炎等過敏性疾病、兒童容易反復感冒、平素虛弱多病而體質偏寒者等，均有良好的治療效果。

**【那三類人仕適合三伏天灸?】**

- 一. 呼吸系統疾病人：支氣管哮喘、過敏性鼻炎、慢性支氣管炎、體虛感冒；
- 二. 消化系統疾病人：慢性胃炎，慢性腸炎、腹瀉、消化不良、厭食、胃痛等胃腸道疾患；
- 三. 疼痛性疾病人：頸椎病、腰椎病、各類關節疼痛。

※穴位敷貼適用對象為兒童及成人均可。



**【那些人不宜用三伏天灸?】**

當天有感冒、肺部感染、發燒、咽喉發炎、過去有中西藥物過敏史、皮膚容易過敏，皮膚破損，嚴重的心肺功能不足，孕婦以及一歲以內嬰兒，都不應接受三伏天灸療法。

請於門診時間提早預約治療時段，並可由中醫師為您評估體質是否合適，並為您解說治療流程。

小孩體質的可塑性強，天灸療法具有服藥打針都無法相比的調理體質的作用，機不可失，請儘早到本診所預約治療時段。

## 小孩過敏性鼻炎主要表現為

打噴嚏、流鼻水、鼻塞及鼻子  
眼睛發癢等症狀。中醫稱之為  
『鼻鼈』。

病因方面最突出的即為一個  
“虛”字。臨床上多見到：

### 1、肺氣虛弱型

此類病患多伴有容易感  
冒，常流清涕，易氣喘、疲  
倦嗜睡，臉色蒼白。

### 2、脾氣虛弱型

鼻脹鼻塞較重、容易生痰，  
常兼有食慾不振，大便軟或  
容易腹瀉。

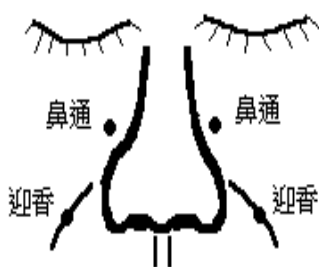
### 3、腎陽不足型

常見於多年過敏之後，平素  
即為怕冷惡風，夜尿多、手  
足冰冷，腰膝酸軟無力。

### 4、尚有鬱熱型及陰虛型

## DIY 穴位按摩

按摩前先喝一杯溫開水，雙手食指指腹由迎香穴延鼻唇溝向鼻翼的方  
向輕輕按摩，按摩盡處為鼻通穴，使局部有發熱感即可。若能長期堅  
持下去，慢慢就有效果出現。



今年（2011年）三伏天的時間是

初伏：7月14日(星期四) (7月9日-7月16日)

中伏：7月24日(星期日) (7月19日-7月26日)

末伏：8月13日(星期六) (8月8日-8月16日)

體質較差者之慢性病患者宜作

伏前加強：7月4日(星期一) (7月4~7月7日)

伏後加強：8月23日(星期二) (8月18~8月25日)

上述**每伏**的其中一天到門診各貼藥一次

請於門診時間事先預約治療時段，並可由中醫師為您評估體質是否合適，並為您解說治療流程。

本會以下中心均提供此服務，**敬請預約**

|            | Clinic                                      | Address                     | Tel       |
|------------|---|-----------------------------|-----------|
| HK<br>灣仔   | 香港綜合治療中心<br>Hong Kong Rehabilitation Centre | 香港灣仔軒尼詩道1號熙信大廈13樓<br>1302A室 | 8103-8456 |
| ST<br>沙田   | 社區綜合治療中心<br>Community Rehabilitation Centre | 沙田禾輦邨商場三樓新翼313號             | 8103-7456 |
| HMT<br>何文田 | 社區綜合治療中心<br>Community Rehabilitation Centre | 九龍何文田廣場商場三樓323號             | 8108-7456 |
| TWH<br>荃灣  | 社區綜合治療中心<br>Community Rehabilitation Centre | 荃灣大窩口邨富民樓地下A1號              | 8202-5123 |
| TKO<br>將軍澳 | 社區綜合治療中心<br>Community Rehabilitation Centre | 將軍澳明德邨商場一樓102號              | 8107-7456 |