

# 中醫針灸治療 一痛症



Gleneagles Hospital

HONG KONG

港怡醫院

## 常見痛症的常用穴位

痛症	常用穴位
頭痛	百會、風池、太陽
面部疼痛 (三叉神經痛)	下關、攢竹、四白
牙痛	顴膠、頰車、合谷
頸痛 (頸椎病)	風池、大椎、頸夾脊穴
肩臂痛 (肩周炎)	肩髃、肩膠、肩貞
網球肘	阿是穴、曲池、手三里
腰背疼痛	夾脊穴、腰眼、大腸俞
坐骨神經痛	秩邊、環跳、委中
膝關節骨性關節炎	內外膝眼、陰陵泉、足三里
腳痛 (踝關節扭傷、筋膜炎)	丘墟、申脈、阿是穴

以上資料謹供參考，如有疑問，請諮詢閣下的註冊中醫師。

### Chinese Medicine Clinic 中醫診所

<b>Location 位置</b>	Clinic M, 1/F, Tower A A座一樓一診所 M
<b>Service hours 服務時間</b>	
Monday - Friday 星期一至五	9:00 am - 6:00 pm 上午九時至下午六時
Saturday 星期六	9:00 am - 1:00 pm 上午九時至下午一時
Sunday and public holiday 星期日及公眾假期	Closed 全日休息

#### Enquiries/Appointment 查詢 / 預約

Phone 電話	+852 3153 9147
WhatsApp	+852 6452 3581 (for WhatsApp only 只限WhatsApp訊息)
Email 電郵	soccm@gleneagles.hk



## Free Shuttle Service 免費專車服務

Gleneagles Hospital Hong Kong provides free shuttle bus service between MTR **Wong Chuk Hang Station** (Exit A) and the hospital (main entrance).  
港怡醫院為市民提供免費專車服務往來港鐵黃竹坑站 (A出口) 及醫院 (正門)。



Free Shuttle Schedule  
免費專車服務時間表

## MTR 港鐵

Gleneagles is within walking distance from MTR **Ocean Park Station** (Exit C).  
您可由港鐵海洋公園站 (C出口) 步行至港怡醫院。



**Hospital address**  
1 Nam Fung Path,  
Wong Chuk Hang, Hong Kong

**醫院地址**  
香港黃竹坑南風徑1號

**Mainline 電話** +852 3153 9000  
**Fax 傳真** +852 2528 0081

[www.gleneagles.hk](http://www.gleneagles.hk)

港怡醫院  
Gleneagles Hospital Hong Kong

# 中醫針灸治療 一痛症



**Gleneagles Hospital**  
HONG KONG  
港怡醫院

疼痛是一種令人不快的感覺和情緒上的感受，說明有現存的或潛在的組織損傷。痛症是指人體的骨骼、肌肉、筋膜、關節及神經受到傷害，以疼痛為主症的一系列疾病，從中醫角度，稱為「痹證」。

痹指經脈閉阻不通的意思，氣血閉阻不能暢行，引起各部的關節及肌肉酸痛、麻木、重着、屈伸不利等症狀。

2003年，世界衛生組織分析了針灸治療病症的範圍及療效，並指其對下列病症具良好的效用：

- 頭痛
- 面部疼痛  
(三叉神經痛)
- 牙痛
- 頸痛  
(頸椎病)
- 肩臂痛  
(肩周炎)
- 網球肘
- 腰背疼痛
- 坐骨神經痛
- 膝關節骨性關節炎
- 腳痛  
(踝關節扭傷、筋膜炎)



## 中醫針灸理論

中醫主要理論包括陰陽理論、氣血理論、臟腑理論及經絡理論。中醫針灸包括針刺療法及艾灸療法，是利用針具及艾絨，刺激穴位，調理人體臟腑的氣血，達至預防及治療各類痛症。

經絡是經脈和絡脈的總稱，是人體內運行氣血、聯絡臟腑、溝通內外、貫穿上下的通路。人體經絡包括十二經脈及奇經八脈。

十二經脈：

手太陰肺經	手陽明大腸經	足陽明胃經
足太陰脾經	手少陰心經	手太陽小腸經
足太陽膀胱經	足少陰腎經	手厥陰心包經
手少陽三焦經	足少陽膽經	足厥陰肝經

奇經八脈（即別道奇行的經脈），包括：

督脈	任脈	沖脈	帶脈
陰維脈	陽維脈	陰蹻脈	陽蹻脈

腧穴又稱穴位，是人體臟腑經絡之氣輸注於體表的特殊部位，既是疾病的反應點，又是針灸治病的刺激點。

## 針灸為什麼能防治疾病

1. 刺激經絡穴位
2. 平衡氣血陰陽
3. 調整神經、內分泌及免疫系統，包括血清素、內啡肽及荷爾蒙

## 針灸治病的特點

- 作用安全
- 無毒性

## 針灸痛不痛？

- 針刺感覺稱為「得氣」，是在毫針刺入人體穴位後，通過手法操作產生一種特殊反應
- 患者有輕微的酸、麻、重、脹等感覺



請掃描二維碼閱讀  
網上版本