

# 中醫針灸治療 一痛症



Gleneagles Healthcare

NOVUM PLACE, HONG KONG

港怡醫療(翰林匯)

## 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。

### Gleneagles Healthcare Novum Place Chinese Medicine Clinic 港怡醫療(翰林匯)中醫診所

**Address**  
地址

Shop 1, G/F, Novum Place, 460  
Queen's Road West, Hong Kong  
香港皇后大道西460號 地下1號舖

**Operating Hours**  
開效時間

Monday – Thursday  
星期一至四  
9:00 am - 6:30 pm  
上午9時至下午6時30分  
(Last appointment at 6:00 pm)  
(診症預約時間至下午6時止)

Friday and Saturday  
星期五及星期六  
9:00 am - 1:00 pm  
上午9時至下午1時  
(Last appointment at 12:30 pm)  
(診症預約時間至下午12時30分止)

Sunday & Public Holidays  
星期日及公眾假期  
Closed  
休息

## Getting to Gleneagles Healthcare Novum Place 前往港怡醫療(翰林匯)

### MTR 港鐵

Gleneagles Healthcare Novum Place is within walking distance from MTR **HKU Station** (Exit B1).

您可由港鐵**香港大學站**(B1出口)步行至港怡醫療(翰林匯)。



### Clinic address

**診所地址**  
Shop 1, G/F, Novum Place,  
460 Queen's Road West, Hong Kong  
香港皇后大道西460號翰林匯地下1號舖

**Appointment/Enquiry**  
預約/查詢

Tel 電話 +852 3903 8688

[www.gleneagles-healthcare.com.hk](http://www.gleneagles-healthcare.com.hk)



港怡醫療  
Gleneagles Healthcare

# 中醫針灸治療 — 痛症



**Gleneagles Healthcare**  
NOVUM PLACE, HONG KONG  
港怡醫療(翰林匯)

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，又是針灸治療的刺激點。

## 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

## 針灸治療的特點

- 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