



賽馬會樂頤年痛症舒緩社區計劃

中西醫治骨傷各有所長



中醫與西醫雖為兩套不同的醫學體系，但在治療疾病、為患者解除痛苦的根本目的，卻是不謀而合。西醫講求辨病論治，將疾病仔細區分不同專科，透過嚴謹的分科及醫療制度來確保療效；而中醫著重辨證論治，以整體觀念為本，根據患者的個別體質和病情來採取不同的治療。

以治療由運動創傷和筋骨勞損等造成的痛症為例，西醫在採用藥物及手術治療以外，還會配合物理治療協助患者矯正不良姿勢習慣，務求透過調整姿勢、加強平衡、協調及肌力訓練等，為患者緩解痛症；而中醫則透過觀察患者的陰陽、表裡、寒熱、虛實八類證候，判斷病情，施以內服外治，助患者消滅紅、腫、灼、熱、痛等症狀。

此外，骨傷中醫雖能藉著「手摸心會」的手法，經雙手觸診感知異常體徵，來判斷傷患情況，現今中醫亦會與西醫合作，在現代醫療科技如X光、磁力共振等協助下相輔相成，更準確測知傷患病變位置和情況。對於急性症痛及外傷的情況，中醫也常以西醫的物理康復運動方法，幫助患者矯正姿勢；對老年慢性患者則偏重整體調整，令治療效果更相得益彰。

中西醫兩者雖然理論相異，卻各有所長，若能攜手合作，中西醫結合可望為未來的醫療制度作出重大貢獻。

資料來源：<http://www.hkiim.cuhk.edu.hk/imc/tc/article/d/中西醫論治/中西醫治骨傷各有所長>

活動推介

活動	日期及時間	地點	對象	名額	費用	內容	負責職員
物理治療服務	2017年8月3、10、17、24及31日 (逢星期四) 上午8:30-下午1:00	中心活動室	中心會員	20名 (每次)	每次 40元	由物理治療師提供物理治療服務及提供痛症諮詢服務 * 需備有註冊西醫轉介信	陳思穎姑娘
痛症自我管理小組-痛友棋緣	2017年8月4、18及25日 (星期五) 下午2:00-3:00 8月11日(五)下午3:15-4:15	延展活動室	中心會員	10名	免費	透過不同的遊戲學習積極面對痛症	陳思穎姑娘
長者常用痛症藥療工作坊	2017年8月15、22及29日 (星期二) 下午3:00-4:00	中心活動室	中心會員	30名	15元	由註冊中醫師向參加者分享痛症藥療	陳思穎姑娘
緩痛歡樂派對	2017年8月14日 (星期一) 下午2:00-3:30	中心活動室	中心會員	60名	10元	大型遊戲、獎品、運動齊齊做	陳思穎姑娘
健樂同行聚	2017年8月21日 (星期一) 下午3:15-4:30	中心活動室	中心會員	60名	10元	大型遊戲、獎品、痛症資訊分享	陳思穎姑娘

捐助機構：



香港賽馬會慈善信託基金
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust
同心同步同進 RIDING HIGH TOGETHER

計劃主任：陳思穎姑娘、魏漢輝先生