

鄧肇堅中醫中心

香港仔中醫中心

地址：
香港灣仔
皇后大道東 282 號
鄧肇堅醫院 2 樓

香港香港仔
香港仔水塘道 10 號
香港仔賽馬會診所 2 樓

電話： 3553 3238

2580 8158

服務時間：

星期一至五 上午 9 時至晚上 9 時 上午 9 時至晚上 8 時
星期六 上午 9 時至下午 5 時 上午 9 時至下午 5 時

星期日及公眾假期休息

服務範圍：

中醫門診：普通內科、婦科、糖尿科、老年病科、腫瘤科、皮膚科、呼吸系統科、消化系統科、情志養生科、心臟血管科等

針灸推拿科：偏頭痛、面癱、頸肩腰腿痛、退行性膝關節炎等各種神經肌肉痛症、中風後遺症、痛經、脊椎側彎症、骨質疏鬆症、失眠神經衰弱等

中藥房：提供中草藥及中藥顆粒，並設有代煎藥服務



香港防癆會中醫診所暨香港大學中醫臨床教研中心



【網址】 <http://cmc.antitb.org.hk>

(以上資料及收費如有任何更改，本中醫中心將不會在此另行通知)



香港防癆會中醫診所暨 香港大學中醫臨床教研中心

中醫防治 哮喘病



【鄧肇堅中醫中心】

地址：
香港灣仔皇后大道東 282 號
鄧肇堅醫院社區日間醫療中心 2 樓
電話： 3553 3238

【香港仔中醫中心】

地址：
香港香港仔水塘道 10 號
香港仔賽馬會診所 2 樓
電話： 2580 8158

支氣管哮喘（簡稱哮喘）是一種支氣管過敏反應所引起的廣泛氣道狹窄的疾病。本病的病因較複雜，大多認為是一種多基因遺傳病，受遺傳因素和環境因素的雙重影響。



臨床上可分為三種：

外源性—與吸入某些外界致敏原有關

內源性—多與呼吸道感染有關

混合型—兼有上述兩型特點

哮喘病發作，常有明顯的**季節性**。一般病發於**秋初**或**冬令**者居多，其次是春季，至夏季則緩解，但也有經年反覆發作的。

【哮喘的臨床特點】

發作性**胸悶**、**咳嗽**，大多呈帶有**哮鳴音**的呼氣性**呼吸困難**，可自行或經治療後緩解。

【中醫學病因病機】

主要由於**宿痰積存**於體內，影響肺臟之呼吸運動。病因不同，體質差異，既有寒、熱之分，又可相互混合或轉化。若反復發作，能傷及臟腑氣血，從實轉虛。

【治療原則】

哮喘病分為**發作期**和**緩解期**。發作期以治標為主，除痰利氣是治療重點，而緩解期以治本為主，主要從調補肺、脾、腎三臟著手。

【中醫治療哮喘有什麼優勢？】

1. 根本改善體質，減輕發作程度及病發率
2. 重視個人體質及氣候變化，辨證施治，強調個體化治療
3. 強調發作期治標，緩解期治本

【中醫治療哮喘有何方法？】

- * 內服中藥
- * 針灸、穴位按摩
- * 穴位藥物敷貼：三伏天灸（夏天穴位敷貼）
三九天灸（冬天穴位敷貼）



【哮喘的日常飲食起居注意事項】

1. 注意**避免接觸致敏原**，如塵埃、塵蟎、花粉、動物的毛及死皮、蟑螂糞便、霉菌、黴菌等
2. 慎防環境因素的**過份刺激**，如冷空氣、煙霧、地毯、花草、特殊氣味等，室內空氣要流通、溫濕度要適宜
3. 留心緩解期的**調攝養護**，一旦感冒，應及早治療
4. **四季氣候變化**時，應提前及早調理
5. 注重**飲食宜忌**，忌食酸鹹甘肥、生冷海腥之物及酒類；具體飲食宜忌又當分清哮喘屬寒性還是熱性而選擇
6. 寒性哮喘患者忌吃生冷性寒及**過鹹**的食品
7. 熱性哮喘患者忌吃**辛辣**溫燥，性熱上火，油煎炒爆之品
8. 可根據自己的**體質情況**，適當選擇**運動鍛煉**
9. 具體情況需諮詢**中醫師**之意見



以上資料僅供參考；如症狀持續，請諮詢註冊中醫師或有關專業人士意見。