

項目特色

01 專家組制定 規範化方案

- 由亞健康調理相關領域專家組成跨專業專家組，針對該群組的特定情況制定整體治療方案，明確各專業在亞健康的評估與治療標準，以提升治療效果。

專家組成員包括

- 治未病中醫內科專家
- 家庭醫學專科醫生
- 臨床心理學家
- 營養師
- 家庭醫學護理專家



03 強調醫療護理的 延續性

- 診治過程中，中醫師會先審閱病歷，必要時與病人過往的醫療團隊溝通，以充分掌握其病史。
- 項目完成後，中醫師將提供總結報告，方便後續的醫療服務提供者跟進，亦會為病人考慮後續照護安排。



02 提供中醫為主的 醫護服務

- 由中醫師進行四診評估及體質辨識，提供中醫綜合治療（如內服中藥、針刺、中藥薰蒸等），並按臨床需要安排西醫篩查、影像及病理檢查。
- 由健康專員擔任個案經理，統籌全程醫護，確保各環節銜接順暢。



04 提供促進機能 恢復的環境

- 結合寧靜舒適的診治空間與親近自然的環境設計，應用資訊科技優化工作流程，保障患者隱私並提供無障礙設施，全方位支援身體機能復原。



改善亞健康 重拾活力每一天

交通安排

為方便市民往來香港中醫醫院，醫院設有免費接駁服務、專營巴士及專線小巴服務。

輪椅使用者更可乘坐復康巴士直達醫院。

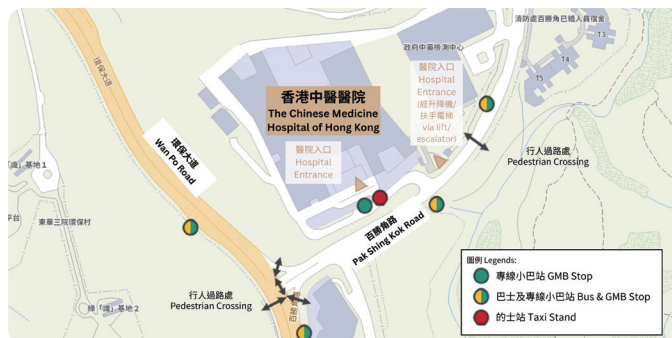
詳情請參閱醫院網站。

預約

專病項目電話: (852) 5799 3233
(WhatsApp 只支援文字訊息)

醫院地址

香港新界將軍澳百勝角路1號



香港中醫醫院
THE CHINESE MEDICINE HOSPITAL OF HONG KONG



亞健康調理 專病項目

透過中醫為主治療手段，改善亞健康狀態，重拾活力生活



電話: (852) 3121 3121
電郵: enquiry@cmhkh.org.hk
網站: www.cmhkh.org.hk



掃描二維碼
WhatsApp預約專病項目



掃描二維碼
瀏覽中醫醫院網站

項目背景

為應對香港醫療需求，並發揮中醫藥及中西醫協作臨床優勢，香港中醫醫院推出「亞健康調理專病項目」，項目採用以中醫為主的服務模式，服務涵蓋政府資助及市場導向服務。

亞健康是介乎健康與疾病之間的狀態，雖未達疾病診斷標準，但常出現疲倦、失眠、專注力下降及免疫力減弱等情況，在生活節奏急促或工作壓力沉重的人群中尤其常見。

本項目的目標症狀包括軀體或心理不適，例如慢性疲勞、睡眠障礙、頸肩腰酸痛、反覆感冒等，以上症狀反映身體傾向於某體質，並導致日常生活的不便。此項目將由中醫師進行四診評估及體質辨識，以「治未病、調體質、阻病發、固本元」為治療原則，提供內服中藥及其他中醫治療手段。

項目內容

亞健康調理專病項目	
目標對象	18歲或以上 - 軀體或心理不適，例如：慢性疲勞、睡眠障礙、頸肩腰酸痛、胃腸失調、情緒抑鬱煩躁、記憶力減退、反覆感冒、手足畏寒或燥熱、月經紊亂等，且症狀持續3個月或以上
排除標準	- 懷疑或患有嚴重器質性疾病、惡性腫瘤或其他危重症 - 其他因素不能配合治療
療程周期	連續4周，每周1節的門診服務

備註：

- 病人最終參與本項目的資格以中醫師臨床判斷為依歸。
- 本項目不提供疾病診斷及疾病治療，旨在提供中醫體質調理及健康風險管理服务，以提升病人健康狀態，所有評估及治療均基於中醫理論及促進健康的理念。如病人出現明顯疾病情況，本院將作出適當轉介。參與本項目前，病人應理解並同意，本項目不能替代必要的西醫專科診療。

治療概覽

亞健康調理專病項目 連續4周，每周1節的門診服務		
節數	核心目標	服務內容
 第1節	- 建立中西醫健康基線 - 明確中醫體質分型 - 啟動內服及外治治療	- 主診中醫師了解病史*；進行體質判定；及制定個體化方案 - 健康專員擔任個案經理；指導病人使用《亞健康調理手冊》；及提供飲食、作息、運動及情志基礎指導 - 護士完成護理評估，及安排療程 - 物理治療師*評估病人體能狀況，為其設計體能加強計劃 - 營養師*提供營養評估及膳食指導，協助制定食療方案 附加選項：健康風險評估 - 病人可另外自選接受屬市場導向服務的西醫健康風險評估*，主要就病人的年齡、性別、生活習慣、家庭健康史、職業史等作出評估，安排相關影像和病理檢查*，並為病人提供評估報告，指出健康風險的狀況
 第2節	- 快速緩解核心不適症狀 - 擬定長遠健康方案	- 主診中醫師跟進病情，按症狀變化調整治療方案 - 健康專員進行中醫外治手法 - 護士監察血壓及體重；及提供健康教育
 第3節	- 持續糾正偏頗體質 - 減輕反覆不適	- 主診中醫師跟進病情，按症狀變化調整治療方案 - 健康專員進行中醫外治手法；及指導食療方案、居家簡易養生手法 - 護士監察血壓及體重；提供健康教育
 第4節	- 平衡陰陽氣血 - 調理體質 - 建立自主健康管理能力	- 主診中醫師調整內服中藥，逐步轉為平和調補膏方或代茶飲，而外治方案以溫和調理為主；安排基本血液檢查*；及提供總結報告，以便與後續跟進醫療人員溝通 - 健康專員指導居家養生方案 - 護士復測血壓及體重；及提供健康教育

*按臨床需要安排
主診中醫師可因應臨床需要，為病人安排日間住院服務。

可提供的治療項目包括：

內服中藥	針刺	艾灸	推拿
拔罐	刮痧	中藥薰蒸（僅限日間病房）	
中藥浸泡薰洗（僅限日間病房）		耳穴壓豆	居家養生指導

備註：以上治療項目將按臨床需要安排。