

服務預約



市民可致電地區康健中心進行預約，或直接前往地區康健中心辦理預約服務。

費用

中醫診所暨教研中心職員將向求診人每次收取天灸服務費用，每次港幣230元正。

符合以下資格人士可享折扣優惠

65歲或以上長者/領取綜援人士
(登記掛號時須出示有效證明文件) 每次港幣180元正



服務流程

於地區康健中心

預約及填寫診前問卷

服務當日, 到達中醫診所

攜同有效的身份證明文件
登記及繳費

中醫師評估及診療

天灸貼藥

觀察及預約下次服務

查詢及預約

詳情請向地區康健中心
職員查詢

元朗地區康健中心

電話: (852) 2602 2020

地址: 新界元朗區天水圍北天秀路8號天一商城
2樓2116-2117號舖

服務提供者

博愛醫院-香港中文大學中醫診所暨教研中心
(元朗區)

電話: (852) 2478 5769

地址: 新界元朗西菁街26號容鳳書健康中心
3樓



元朗地區康健中心
Yuen Long District Health Centre



博愛醫院
Pok Fu Lam Hospital



中醫診所

元朗區中醫診所

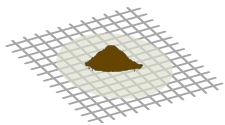
元朗地區康健中心 元朗區中醫診所

攜手合作

2025-2026年度
三九天灸服務



天灸治療簡介



天灸屬於「非火熱灸法」，採用對皮膚有較強刺激作用的中藥敷貼或塗抹於穴位，利用藥物的刺激作用，使局部皮膚充血、起疱，從而達到預防或治療疾病之效。

天灸一般分為夏天的「三伏天灸」及冬天的「三九天灸」。中醫理論認為人體生理功能會伴隨季節氣候變化而相應改變，天灸療法以此為基礎，因應自然界規律以達成治病或保健的作用。

冬季三灸天灸日期

一九

2025年
12月20日
(星期六)

二九

2025年
12月30日
(星期二)

三九

2026年
1月7日
(星期三)

加強灸

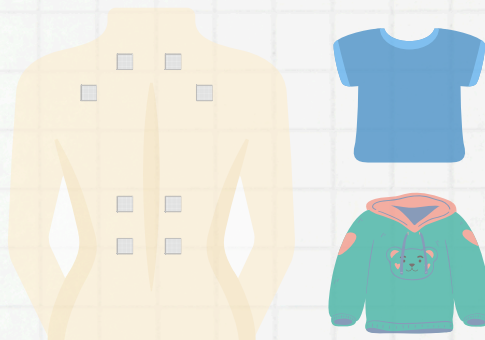
2026年
1月16日
(星期五)



天灸小貼士

註冊中醫師會為求診人進行評估，評估後按求診人的身體狀況，根據中醫治療原則選定適當的穴位。

天灸一般選取背部、腹部、及小腿相關穴位進行貼藥。在前往天灸治療前，應注意穿著較寬鬆的衣物。



貼藥後一般觀察時間為：

- (一) 16歲以下兒童：20分鐘
- (二) 成人：60分鐘

如求診人無任何不適，可按中醫師指示除去藥貼，並以乾淨布料或紙巾清潔殘留藥物。如對貼藥時間有疑問，應即時向中醫師查詢。

以下情況屬天灸治療後正常現象：

貼藥處出現：皮膚發紅、灼熱感、痕癢。少數人士會感到刺痛或冒小水泡。

如治療過程中出現過敏反應，如皮膚紅腫，或起水泡，應立即移除藥貼，保持皮膚清潔乾爽，避免搔抓患處或擦破水泡。痊癒後有機會留下疤痕。

適合對象、 主要治療/預防疾病

- (一) 體質虛寒患者
如易患感冒人士
- (二) 呼吸道相關疾病
如咳嗽、哮喘、過敏性鼻炎等
- (三) 消化系統相關疾病
如腹瀉、慢性胃痛、消化不良等
- (四) 脊椎關節性疾病和慢性痛症
如頸椎病、肩周炎、腰痛、膝關節炎
- (五) 婦科疾病
如痛經等



不適合人士

因天灸治療時使用的辛溫刺激性中藥有機會令皮膚出現水泡，故以下人士並不適合接受天灸治療：

孕婦、2歲以下嬰兒、敷貼日出現發燒、咽炎的病人、哮喘急性發作期、嚴重心肺功能不足、肺結核、糖尿病患者、有皮膚過敏、潰瘍、或增生性疤痕患者，以及於中醫師進行診斷辨證後屬熱證人士