



香港防癆會中醫診所暨  
香港大學中醫臨床教研中心

# 耳穴治療



## 【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



醫院管理局  
HOSPITAL  
AUTHORITY

耳穴治療是根據中醫理論，生物全息論及現代解剖生理學說發展而來的一種治療方法，透過刺激耳上穴位及反射區，診斷、治療和預防疾病。

## 中醫理論基礎：

中醫認為身體臟腑、皮膚孔竅、四肢百骸，通過經絡與耳廓有緊密聯繫，故有"耳者宗脈之所聚也"之說。因此當臟腑有病時，會在耳廓上反映出來。通過刺激耳穴，能調整臟腑陰陽，宣暢經絡，疏通氣血，利濕降脂。



## 耳穴治療優勢：

耳穴治療有以下好處：

**療效持續：** 病人能定時按壓穴位，讓治療效果能持續較長時間；

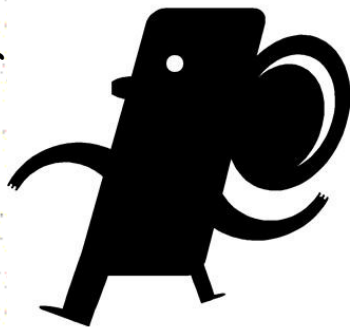
**安全性高：** 少痛，無創性的治療，無明顯副作用，具備保健及治療效用；

**取穴方便：** 患者能在舒適體位下進行治療；

**用途廣泛：** 能輔助診斷，治療適應症廣泛。

## 耳穴治療操作方法：

以體重管理為例，選定穴位，如口、胃、飢點、脾、內分泌、皮質下等。按壓王不留行子，用小塊膠布固定，每3天更換一次，兩耳交替進行，10次為一個療程。用者在每日三餐30分鐘前，按壓耳穴2分鐘，使耳廓有熱、脹、痛感為宜。一般需要2-4個療程。如接受耳穴治療者密切配合，療效顯著。通過刺激相關耳穴，可以減輕飢餓感，降低食慾。



## 耳穴治療適應症：

耳穴治療適用於以下病症：不寐（失眠）、肥胖（體重管理）、各種痛證如頭痛/偏頭痛、三叉神經痛、腰痛、痛經、頸椎病、肩週炎等；胃腸不適如腹痛、腹瀉、便秘等；其他病症如耳鳴、眩暈、多汗、高血壓、戒煙等。



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。

# 香港仔中醫中心

地址：

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：

2580 8158

服務時間：

星期一至五 上午 9 時至晚上 8 時

星期六 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://www.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)