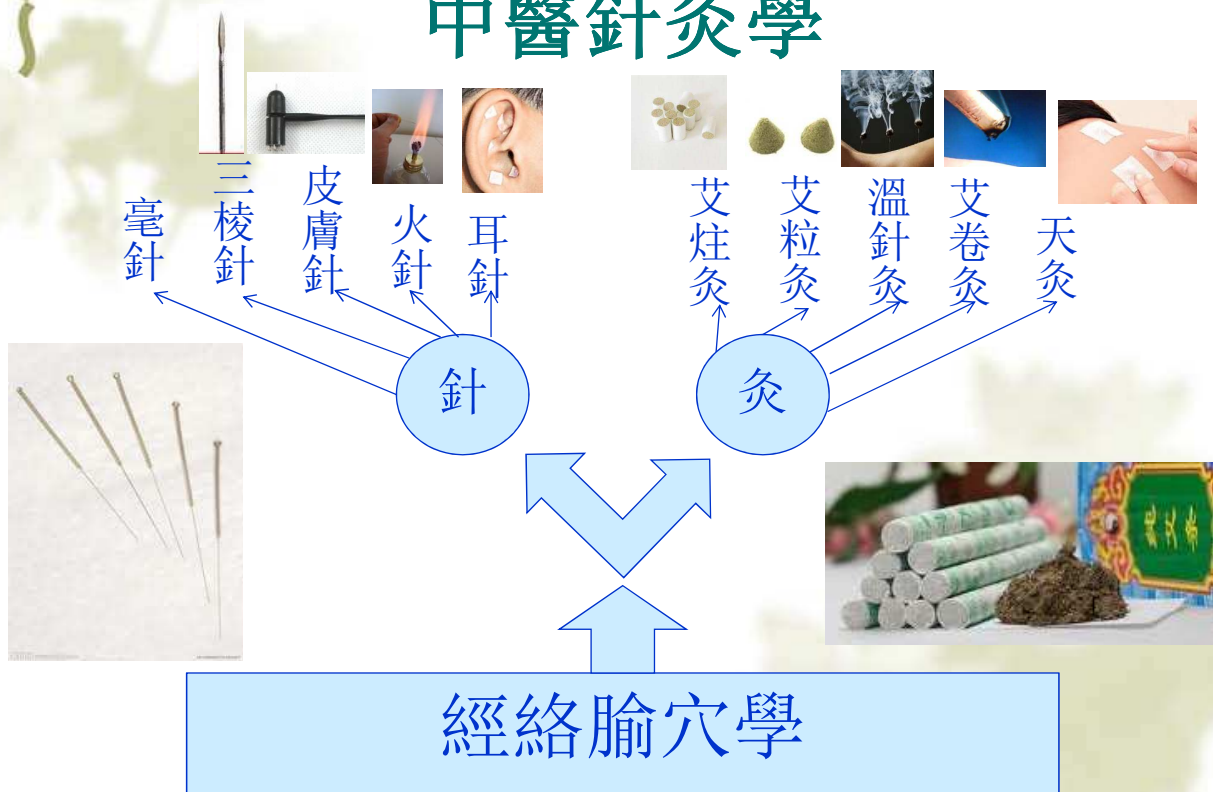


天灸有效嗎？



黃志凌
註冊中醫師

中醫針灸學

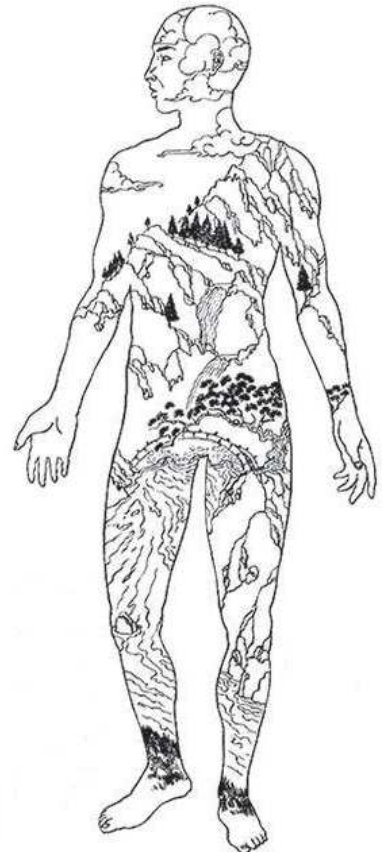


天灸療法的源起

- ❖ 天灸療法首見於清代醫家張璐《張氏醫通》
- ❖ 用溫經通絡中藥磨粉，再以薑汁調勻敷貼於特定穴位
- ❖ 於農曆三伏天進行

天灸的原理

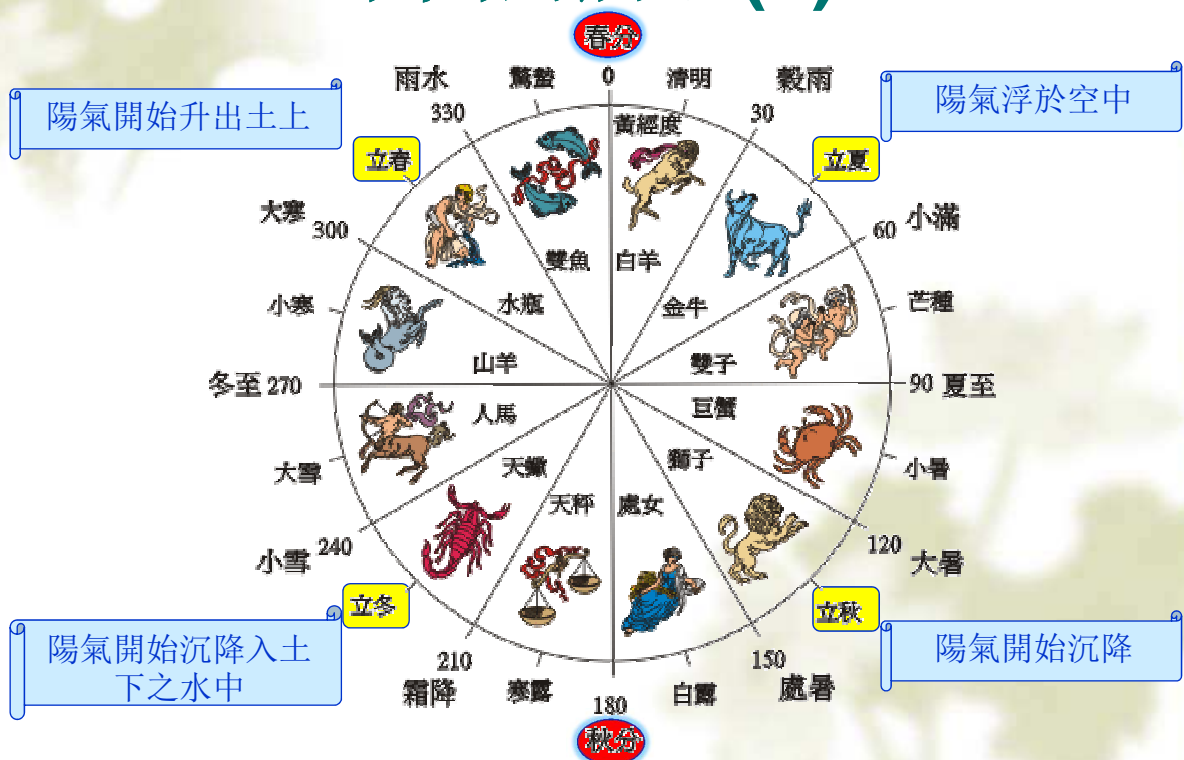
- ❖ 中醫的天人合一觀
- ❖ 《素問·生氣通天論》說：“夫自古通天者，生之本，本于陰陽。天地之間，六合之內，其氣九州、九竅、五臟十二節，皆通乎天氣。”
- ❖ 《靈樞·刺節真邪》提出：“與天地相應，與四時相副，人參天地”



中國的曆法(1)

- ❖ 天干：甲、乙、丙、丁、戊、己、庚、辛、壬、癸
- ❖ 地支：子、丑、寅、卯、辰、巳、午、未、申、酉、戌、亥
- ❖ “十天干” + “十二地支” = 六十單位一循環
- ❖ 2013年6月1日：
 - ☞ 癸巳年
 - ☞ 丁巳月
 - ☞ 戊戌日

中國的曆法(2)



三伏天

一年陽熱之氣最盛的時
候

- ❖ 初伏：夏至第三庚日起
- ❖ 中伏：夏至後第四庚日起
- ❖ 末伏：立秋後第一個庚日起

庚屬金

天灸

- ❖ 「伏」表示陰氣受陽氣所迫伏藏在地下的意思
- ❖ 肺又通金氣
- ❖ 三伏天做天灸就是利用大自然陽熱最盛時的陽氣以祛散肺金的陰寒之氣

天灸適應症

- ❖ 哮喘—宿痰內伏於肺，復加外感、飲食、情志、勞倦等因素，以致痰阻氣道，肺氣上逆
- ❖ 鼻敏感—肺氣虛，風寒乘虛而入，肺氣不得通調，津液停聚，鼻竅雍塞

天灸對過敏性鼻炎的療效觀察

- ❖ 2008年南方醫科大學對過敏性鼻炎患者作三九天灸即時療效及隨訪分析
- ❖ 結果顯示即時總有效率86.7%，半年後隨訪總有效率80%

天灸對哮喘療效觀察

- ❖ 香港醫管局2009年開始在十四間中醫教研中心提供天灸服務並與香港大學合作進行一項天灸的臨床研究，以隨機雙盲研究方法引證傳統天灸的療效
- ❖ 研究邀請約七百位年齡十三歲或以上哮喘病患者參與該項目
- ❖ 研究顯示患者多屬肺虛、脾虛、腎虛三種證型
- ❖ 哮喘的好發季節一般為冬季
- ❖ 研究顯示天灸對哮喘患者復發時持續日數及每日使用西藥物的次數

11

天灸對不同系統慢性病的療效觀察

- ❖ 2010年中山大學附屬第一醫院隨機抽取天灸治療患者，隨訪作研究分析
- ❖ 病人按症狀分為(1)呼吸系統組；(2)消化系統組；(3)慢性疼痛組
- ❖ 結果顯示各治療組療效相若

12

結論

- ❖ 天灸對多種慢性疾病中醫辨證屬虛寒性的有療效
- ❖ 對呼吸系統疾病如過敏性鼻炎、哮喘尤為有效
- ❖ 天灸療法無需服藥、非侵入性、副作用少，適合大部份患者

13



多謝！

有疑問可電 2521 5770
查詢

14