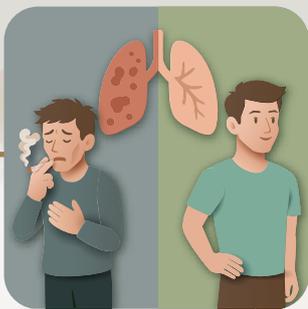


免費中醫講座

食煙不如食療

中醫清肺養生有辦法

名額
30位



2025年12月3日(星期三) | 下午3時-4時 (1小時)

賽馬會和樂社區健康中心
九龍觀塘協和街和樂邨居安樓26-33號地下

由註冊中醫師陳偉林講解

【揭示吸煙真相】

以中醫角度講解煙草對肺部的長遠損害及潛在後遺症

【替代撫癮方法】

介紹能取代吸煙快感的中醫建議與紓壓方式

【止咳養肺全攻略】

傳授飲食宜忌、清肺食譜、滋潤湯水及居家穴位按壓技巧

【從咳嗽看吸煙】

解析咳嗽與吸煙的關聯，並介紹針灸戒煙、中醫如何改善肺功能與緩解咳嗽

名額有限

敬請網上預約



出席可獲

精美紀念品 (乙份)

費用全免，先到先得 以網上登記為準

此計劃由衛生署控煙酒辦公室支持及資助

免費中醫針灸戒煙服務
熱線: ☎ 2152 0183

🔍 UCN中醫針灸戒煙