



媒體報導

日期： 2012年9月11日(星期二)
資料來源： 經濟日報 - 副刊
標題： 中醫防治頸背疼痛與失眠講座

2012年9月11日 星期二 **經濟日報** 

Event 中醫防治頸背疼痛與失眠講座

頸背疼痛及失眠是上班一族最常見的徵狀，長期的疼痛、睡眠不寧、易醒、甚至徹夜不眠使人的生活素質下降，影響健康。此講座將介紹頸背疼痛及失眠的發生原因、預防方法、治療及調護要點，如運動、中藥湯水、飲食調養和穴位保健等。

日期：9月23日(星期日) 時間：2:30pm-4pm
地點：觀塘翠屏道3號基督教家庭服務中心大樓1樓禮堂
講者：註冊中醫師鄭紫霞和黃曉晴 費用：全免
報名電話：3107 4113
主辦單位：基督教家庭服務中心——香港中文大學中醫教研中心(牛頭角)



- 完 -

