



青年會專業書院
YMCA College of Careers

延年益壽有辦法

把握中醫養生保健知識
提升人體免疫力
為防病治病目的



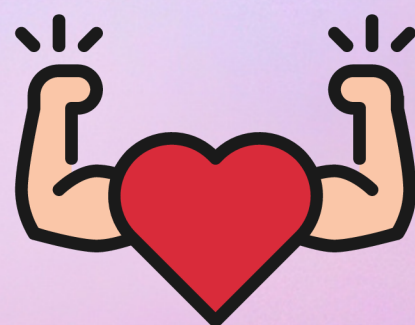
伍寶珠中醫藥膳養生達人
香港大學中醫針灸碩士
廈門大學中醫學士學位
2012~2013年三週刊
中醫保健專欄作者

單元一：抗流感中醫解碼

1. 預防流感併發肺炎中醫食療及偏方
2. 中醫分析外因與內因致病的感冒與流感

單元二：抗中風中醫解碼

1. 分析中經絡與中臟腑之別
2. 病因病機正氣虛弱與情志過極
3. 後遺症半身不遂與言語不利
4. 中醫保健、保養及食療、穴位



單元三：抗痿病中醫解碼

1. 探討臟腑內傷、肢體筋脈失養、下肢軟弱

逢星期四晚上七時至九時

日期：2026年7月23日、
8月6日、8月13日、8月20日、
8月27日、9月3日、9月10日、
9月17日、9月24日、10月8日
共10堂

收費\$1000

年滿70歲之長者可獲七折優惠

地址：九龍油麻地窩打老道23號
港鐵油麻地A2出口

電話：2783 3500 / 2783 3509

Whatsapp: 6441 5717

課程編號HP1A/2627