

目前國人患有「氣喘」與「過敏性鼻炎」等呼吸道疾病的人口比例越來越高，中醫理論認為這些病症：哮喘、鼻鼾，存有宿根，最容易反覆發作，尤其是在秋冬季節或氣候交替之時，趁著夏天這類過敏疾病的緩解期間，進行中醫古代書籍所記載的「冬病夏治」的「三伏天穴位貼敷治療」，往往有70%以上的預防效果。

「三伏天」的醫學理論

根據中醫「天人相應」的理論，夏至以後七、八月間的三伏天（即「初伏」、「中伏」與「末伏」）這段期間，自然界天氣炎熱，也是人體陽氣旺盛、氣血旺盛最具抵抗力的時候，在沒有寒冷氣候刺激之下，利用具有辛溫、溫陽、逐痰、祛寒等作用之中藥（如：白芥子、延胡索、細辛、甘遂 等）製作成藥膏，對患有過敏疾病病患身上的特定穴位進行貼敷治療，能激發人體陽氣，調整臟腑功能，改善體質，以增強人體的抗病能力。

三伏天灸療法之適應症

- 1.過敏性鼻炎。
- 2.慢性支氣管炎。
- 3.氣喘。
- 4.體質虛弱，容易反覆感冒者。
- 5.寒性體質，手腳易冰冷者。

三伏天灸療法之禁忌

- 1.咽喉腫痛者。
- 2.感染性疾病，如肺炎。
- 3.不明原因發燒者。
- 4.皮膚容易過敏者，和敷貼處皮膚有傷口者
- 5.懷孕婦女。

三伏天灸療法之常用穴道

肺俞
風門
膏肓
大腸俞
腎俞

中醫衛教

三伏天穴位貼敷治療



