

# 大林

十一月五日

## 「中藥本草文化節」 體驗中醫藥魅力

大林慈濟醫院中醫部為立冬補冬的節氣，準備了中醫體質檢測、穴位按摩、養生茶飲、外用藥膏的手作體驗等活動，配合衛生福利部串聯全臺中醫社區健康照護網路同步進行，十一月五日在嘉義縣大林鎮最具文化特色之「大林萬國戲院」，舉辦「中藥本草文化節」，邀請民眾一同體會中醫藥的神奇魅力，

也準備了中草藥實用小禮物送給大家。

由大林慈濟醫院中醫部部主任葉明憲、家醫科鄭竹晏主任率同眾主治醫師，泰成中藥行許開興執行長、澳洲皇家高級芳療師暨中草藥協會理事蔣加海先生，藉由「中藥養生茶飲 DIY」、「芳香凝膠／乳液／乳霜 & 艾草條 DIY」、「中醫體質檢測」、「中醫穴位按摩」兼具嗅覺、味覺、觸覺等四大主題設計，讓民眾於活動中親身互動、體驗，增進民眾中醫藥識能，從中領略中醫藥之美好，一起「立冬補冬，中醫藥暖過冬」！

自古以來，中醫與中草藥一直被社會大眾廣泛使用，也成為民眾運用在

大林慈院中醫部葉明憲主任表示，透過「中藥本草文化節」將中藥的智慧和價值讓更多人了解。



日常生活中養生及保健調理。大林慈院中醫部部主任葉明憲表示，舉辦「中藥本草文化節」活動，將中藥的智慧和價值讓更多人了解，使民眾在立冬時，暖暖地過這個冬天。

中醫部家醫科鄭竹晏主任結合社區與眾主治醫師，到現場為民眾通過觀察脈搏、面色、舌苔等，「評估個人體質」特點，提供適合的飲食和生活方式建議，促進身體健康平衡。並分享「利用特定的穴位示範按摩技巧」，以緩解疼痛、減輕壓力、改善睡眠、調節身體內的能量流，促進身心靈的平衡，完成自癒。

民眾黃小姐平常對穴位按摩也有小小研究，當自己身體不舒服時，上網搜尋按摩穴位但都不精準。她說：「這次有專人指導很實用，學會後除了可以幫助別人，也可以調節身體內的能量流，促進身心靈的平衡，完成自癒。」體質檢測的部分，由工作人員協助民眾加入人工智慧的中醫門診輔助系統，讓民眾了解自己的體質，也透過系統記錄民眾的身體狀況，協助中醫師更精準的提供用藥參考，省下更多時間來為民眾做衛教服務。

迎來入冬時刻，很多幼童會有感冒的情形發生。泰成中藥行許開興執行長展示「養生茶飲的中藥材」，並解釋其組合方法，帶領參與者一起製作養生茶飲包。平安中醫診所黃柏銘院長從雲林遠道而來，親自體驗藥草的芳香及製作藥草包。他說，大林慈院中醫部是南區領



中醫部家醫科鄭竹晏主任（右一）示範穴位按摩技巧。



中草藥協會蔣加海理事帶領民眾手作芳香膏及艾草條。

頭羊，萬國戲院也是大林地區文化最富盛名的一個指標，很高興來體驗。「這幾年中醫走上居家醫療，長期為民眾服務，我們也都實際參與很多的活動，包括慈濟的安美計畫服務，希望能在生活領域上互相合作，幫助民眾健康。」

中草藥協會蔣加海理事現場示範「芳香膏（膠霜）、艾草條」之做法，讓民眾近距離接觸香草及草藥。

大林慈院中醫部在立冬、補冬前夕，邀請民眾認識生活中的中藥草，除了現場手作的藥草製品可以帶回家，更準備了按摩用的精油，讓民眾溫暖過冬。

（文、攝影／張菊芬）