

大康自然健康中心

OPTIMUM HEALTH CENTRE

何謂健康？ (本文曾刊載於二零零六年三月八日大公報 A31 版)

科技突飛猛進、現代文明為社會生活帶來方便及大量物質享受、舒適生活,幼兒疾病死亡率降低、過去殺人無數的傳染病受控、無菌外科手術的進步、新的特效藥及疫苗不斷出現,加上近年平均人壽的增長,容易令我們有一種錯覺,誤以為文明地方的人,健康是愈來愈好。而事實卻是文明人愈來愈多病,而且是一些無法根治的慢性病,患者並非老化,甚至病者年齡日趨年輕化。

早在七十年代,美國健康教育福利局的一項調查指出,49%文明地方的人患上一種或以上的慢性病,五分之一患病人是17歲或以下的年輕人。近年調查慢性病患者升至79%。

近年藥物被濫用更不斷引發前所未見的新疾病及抗藥病菌,令現代醫療體系束手無策,面臨破產的危機。

問題的根源是我們對醫療服務缺乏了清晰的目標,甚或不明瞭醫療目標-健康的真正意義。

病人追求的最終目的深信不祇是病癥的消除或暫時的受控。

但是何謂健康?根據聯合國世界衛生組織的定義:「健康是一種愉快的狀態:包括身體、情緒、社交方面,並非無病就是健康。」

換言之,健康是積極地感覺暢快,恆常感覺,精神飽滿,食得,睡得,玩得地享受人生。

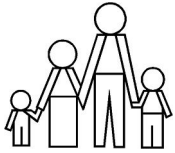
同類療法的角度:「健康是精神,情緒,身體沒有限制。」精神的限制是感覺處處受人迫害,充滿恐懼,經常憂慮不安;情緒上的限制是指情緒上不穩定,經常感到不開心;身體上的限制是指行動不便,身體各部位經常不適。

醫學之父希波格拉底則認為:「健康就是心靈、肉身與外界之間的平衡,而疾病就是破壞了這個自然的和諧。」「醫療就是要製造一個讓身體能發揮其自我維持和自我治療本能的環境。當疾病浮現,當然可採用針對性的干預;不過採用如食療等自然治療方法遠比使用藥物更加可取。」

對於一些有先天性缺憾的人士,亨特帕奇亞當斯(Patch Adams)醫生(《妙手情真》戲中的真人物)認為:健康=愉快,充滿活力的生活,開心地做足你能力做得到的。

採用: 自然療法、脊骨神經科、同類療法、針灸、營養療法、按摩、芳香療法、水療、洗腸療法、草藥療法、電腦測試及各類健康用品食物、書籍等。

Practice of: Naturopathy, Chiropractic, Homeopathy, Acupuncture, Nutrition, Massage, Aromatherapy, Hydrotherapy, colonics, Herbalogy, Computerized Therapeutic Testing, Various Health Products, Food, Books, etc.



大康自然健康中心

OPTIMUM HEALTH CENTRE

P. 2 of 2

作為一位精明的醫療消費者,首先我們要認定目標,了解自己追求的目標,是要恢復真正的健康,不只是病癥的受控,如果當藥物停用病癥很快就反彈,或需要不斷加強藥物劑量才能繼續控制病情,或藥物的副作用引發新的病癥,以至需要用另一種藥去處理,結果是濕疹加上哮喘,高血壓加上糖尿心臟病,關節炎加上胃出血。這是現代西方對抗性醫療常見的現象,既已被視為慣常甚至視為理所當然是無可避免的治療代價。這是對健康意義的錯誤了解,促成當今香港及很多其他國家面臨醫療危機的主因之一。

世界上有很多不同的醫療系統,作為一位精明的醫療消費者,首先我們要認定真正健康作為醫療目標,當你接受任何一種的醫療後,你是否能夠愉快地無拘無束地生活? 否則,你是走錯了方向,需要從新定位,重尋健康之道!

袁大明自然療法醫生
大康自然健康中心

採用: 自然療法、脊骨神經科、同類療法、針灸、營養療法、按摩、芳香療法、水療、洗腸療法、草藥療法、電腦測試及各類健康用品食物、書籍等。

Practice of: Naturopathy, Chiropractic, Homeopathy, Acupuncture, Nutrition, Massage, Aromatherapy, Hydrotherapy, colonics, Herbalogy, Computerized Therapeutic Testing, Various Health Products, Food, Books, etc.

54-58 Jardine's Bazaar, Prosperous Commercial Building, 2nd Floor, Causeway Bay, Hong Kong. Tel: (852) 2577 3798 Fax: (852) 2890 8469
Email: optimum@netvigator.com Web Site: www.naturalhealing.com.hk