



寶血女子中學

學生品格及價值陶成組

身心靈健康-- 中醫藥保健講座

2025年1月22日，本校邀請到念妍方的中醫師到校為同學分享有關生理期的資訊。講者從中醫學的角度切入，講解導致生理期期間感到劇痛的不同因素。在講座上，醫師更與同學進行互動，教授了舒緩生理期疼痛的按摩方法。最後，主辦單位為每一位同學準備了一份草本沖劑，用以調理身體。

