

星期一 星期二 星期三 星期四 星期五 星期六

天水圍 6200 1192	天逸邨 ▶ 天水圍	天悅邨 ▶ 天水圍	天恆邨 ▶ 天水圍	天瑞邨 ▶ 天水圍	俊宏軒 ▶ 天水圍	天澤邨 ▶ 天水圍
將軍澳 6102 4538	坑口站 ▶ 頌明苑	調景嶺 ▶ 彩明苑	坑口站 ▶ 和明苑	翠林區 ▶ 翠林邨	將軍澳 ▶ 寶盈花園	寶琳站 ▶ 英明苑
黃大仙 6792 6629	慈雲山 ▶ 慈民邨	土瓜灣 ▶ 欣榮花園	黃大仙 ▶ 竹園南邨	九龍灣 ▶ 啟泰苑	彩虹 ▶ 彩雲邨	九龍灣 ▶ 麗晶花園
港島 6792 6630	鴨脷洲 ▶ 漁安苑	筲箕灣 ▶ 明華大廈	西灣河 ▶ 鯉景灣	小西灣 ▶ 富欣花園	筲箕灣街市 ▶ 筲箕灣	鴨脷洲 ▶ 利東邨
荃葵青 6792 9187	馬灣 ▶ 珀麗灣	荃灣 ▶ 祈德尊新邨	青衣 ▶ 青華苑	大埔 ▶ 寶雅苑	又一村 ▶ 女青會所	荔枝角 ▶ 美孚新邨
元朗屯門 6102 6405	青衣 ▶ 宏福花園	屯門 ▶ 富健花園	(上)南邊圍 ▶ 富健花園	屯門 ▶ 悅湖山莊	天水圍 ▶ 天盛苑	天水圍 ▶ 景湖居
北區沙田 6792 9173	粉嶺 ▶ 祥華邨	沙田 ▶ 廣源邨	(上)沙田 ▶ 富源邨	馬鞍山 ▶ 富安花園	沙田 ▶ 康林苑	粉嶺 ▶ 華明邨
觀塘 6200 1577	觀塘 ▶ 健康院	觀塘 ▶ 健康院	(上)觀塘 ▶ 健康院	觀塘 ▶ 健康院	觀塘 ▶ 健康院	藍田 ▶ 興田邨
馬鞍山 6200 1910	馬鞍山 ▶ 健康中心	馬鞍山 ▶ 健康中心	(上)馬鞍山 ▶ 健康中心	馬鞍山 ▶ 健康中心	馬鞍山 ▶ 健康中心	大圍 ▶ 金獅花園
新蒲崗 6200 7917	柏立基 ▶ 健康院	柏立基 ▶ 健康院	(上)柏立基 ▶ 健康院	柏立基 ▶ 健康院	柏立基 ▶ 健康院	觀塘 ▶ 曉麗苑

* 個別地區的服務時間或會有更改，請向職員查詢。

免費

助你成功戒煙
專業團隊，安全可靠



服務時間

星期一, 二, 四, 五 9am - 1pm, 2pm - 6pm
星期三, 六 9am - 1pm, 2pm - 9pm
(5pm - 5:30pm 小休)

星期日及公眾假期休息

* 個別地區的服務時間或會有更改，請向職員查詢。



衛生署
Department of Health



免費中醫戒煙服務



針灸戒煙 輕鬆自然

博愛中醫戒煙熱線 2607 1222
衛生署戒煙熱線 1833 183

電郵: cmscp@pokoi.org.hk 網址: http://www.pokoi.org.hk
博愛醫院社區健康中心 · 觀塘巧明街富利廣場1505室

何謂中醫戒煙?

針灸治療

- ▶ 改善煙癮帶來的不適
- ▶ 宣通肺氣
- ▶ 鎮靜安神



中醫師輔導治療

- ▶ 防範煙癮復發
- ▶ 給予鼓勵
- ▶ 鞏固療效



戒煙服務流程

1 預約方法

- ▶ 致電博愛中醫戒煙熱線
☎ 2607 1222
- ▶ 致電衛生署戒煙熱線
☎ 1833 183
- ▶ 致電各流動醫療車
- ▶ 直接前往流動醫療車

2 初步評估

- ▶ 基礎身體評估，如量血壓
- ▶ 了解戒煙及吸煙狀況

3 中醫戒煙治療

- ▶ 針灸治療
首診月最少提供6次針灸治療
- ▶ 輔導治療
中醫師提供4次面談輔導
- ▶ 跟進服務
開始戒煙後2個月內4次跟進

4 電話跟進

- ▶ 由開始戒煙後的第26及52週跟進戒煙狀況

認識煙害

煙草燃燒時會釋放4,000多種有害的化學物質及超過50種致癌物質。包括：

尼古丁	令人上癮、使血管收窄、增加血液黏性
焦油	致癌、令指甲和牙齒變黃
一氧化碳	降低血液帶氧能力、令人缺氧、加速衰老

吸煙引致多種疾病，如癌症、心臟病、肺功能減退、中風、男性陽痿、孕婦影響胎兒發育或流產、骨質疏鬆及牙周病等。

二手煙一樣可引致很多致命疾病，令您的家人、子女、朋友的健康同樣受損。

為健康、為儀容、為家人，及早行動，立即戒煙！

