



中國歷史文化系列

中醫藥體驗學習

日期：_____

姓名：_____

班別：_____

主辦

香港教育局課程支援分部
全方位學習組

籌辦

國史教育中心(香港)

文景

目錄

活動介紹.....	P. 1
考察前準備.....	P. 4
熱身活動.....	P. 6
考察活動一：東涌北公園中藥園——展覽館.....	P. 7
考察活動二：東涌北公園中藥園——藥圃.....	P. 11
考察活動三：東涌北公園中藥園——健康徑.....	P. 14
考察活動四：香港浸會大學中醫藥學院——雷生春堂.....	P. 15
專題講座：反思.....	P. 17
總結.....	P. 18

活動介紹

對象：中學生（中一至中六）

學習目標：

知識：透過考察，讓學生對中醫古今發展歷史有所認識；並了解各種中藥的特性和用途，與日常生活息息相關。

技能：透過考察，讓學生掌握搜集、分析及應用資料的技能，提升其研習能力，並確立個人的觀點。

價值觀和態度：探究中醫藥的歷史和發展，培養學生對中國傳統文化和醫學科技的認同，欣賞古人的智慧和中華文明的成就。

行程：

時間	行程安排	講者 / 負責人
13:45	於東涌港鐵站 B 出口集合	教育局代表
13:50	乘旅遊車往東涌北公園中藥園	國史教育中心 (香港) 代表
14:00-15:30	東涌北公園中藥園： ● 室內展覽館 ● 專題講座（題目：中醫藥文化及香港常見的中藥） ● 戶外中藥園（藥圃）	邱國光博士 醫師伍文偉博士 錢人攻老師 藍素琴老師
15:30-16:15	乘旅遊車往中華基督教會協和小學（長沙灣）	國史教育中心 (香港) 代表
16:15-17:30	虛擬實境學習活動：導賞及介紹三個與中醫藥相關的景點 ● 香港浸會大學中醫藥學院：雷生春堂 ● 香港浸會大學孔憲紹博士伉儷中醫藥博物館 ● 香港醫學博物館草藥園	丁新豹博士 邱國光博士 醫師陳嘉聰博士
17:30-17:45	答問和總結	
17:45	於中華基督教會協和小學（長沙灣）解散	

（行程可能會因應實際情況而有所調動。）

考察地點 (1)：東涌北公園中藥園 ○附工作紙



學習經歷：

- ✓ 智能發展
- ✓ 德育及公民教育
- ✓ 與工作有關的經驗

中藥園展示了 100 多種植物供遊客觀賞，如「忽地笑」、「金銀花」等。同時亦附有不少展示板介紹草藥，讓大家可以了解更多中醫藥知識。園內設有一個室內展覽館，展覽館共有七個展區，介紹各種都市疾病及療法，並展示容易混淆的中藥。

考察地點 (2)：香港浸會大學中醫藥學院——雷生春堂 ○附工作紙



學習經歷：

- ✓ 德育及公民教育

雷生春是少數香港現存 30 年代的舖居大宅，是一所別具風格的戰前騎樓式唐樓，屬於香港一級歷史建築。大宅於 1931 年落成，樓高四層，總面積約 600 平方米，上層為住所，地面為店舖。雷生春現活化為香港浸會大學中醫藥學院——雷生春堂，是一所中醫藥保健中心。

考察地點 (3)：香港浸會大學孔憲紹博士伉儷中醫藥博物館



學習經歷：

✓ 德育及公民教育

(圖片由孔憲紹博士伉儷中醫藥博物館提供)

孔憲紹博士伉儷中醫藥博物館是香港首間以中醫藥為主題的博物館，主要分為中醫展覽廳及中藥標本中心。展覽廳內共有六個區域，如「歷代中醫藥展區」、「中醫藥文化長廊展區」，展品超過 100 件，以介紹中醫藥由古至今的發展，並突顯中醫藥在香港的發展歷史。

考察地點 (4)：香港醫學博物館草藥園



學習經歷：

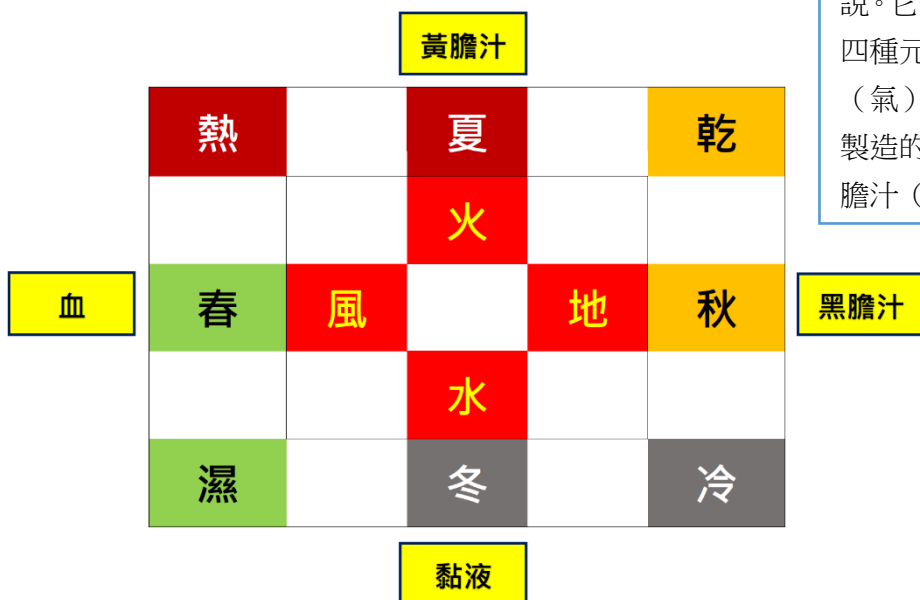
✓ 德育及公民教育

草藥園展出的藥用植物逾 200 種，除了種植多種中醫藥用植物外，亦選植了部份西醫曾經使用及西藥藥物來源的植物，以反映草藥的基本醫學特性和功能、突顯中國草藥的特點，並反映中西醫藥文化的同異。

考察前準備

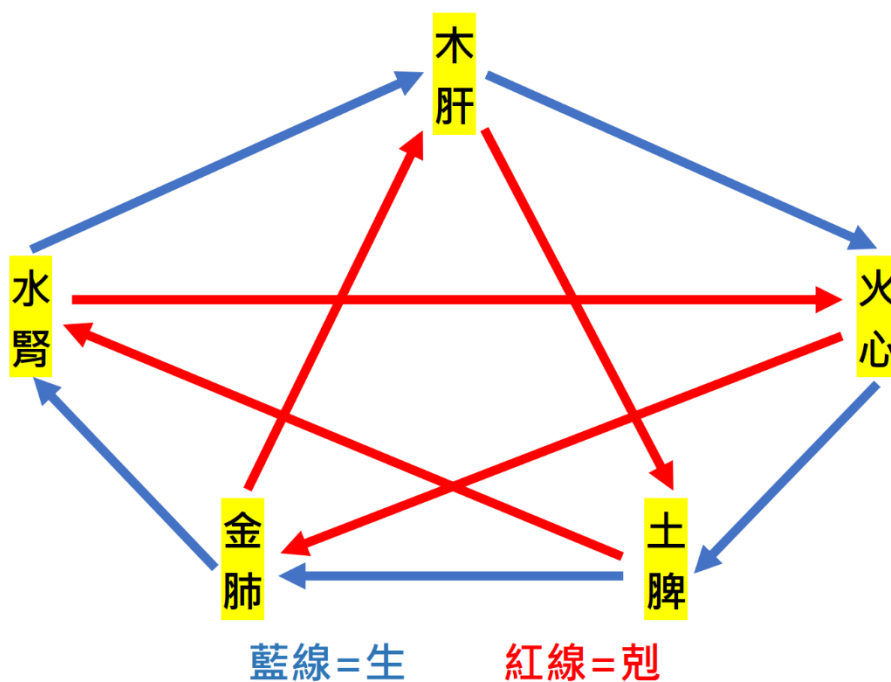
四元素學說（西方學說）

四元素學說滲透進了西方傳統學術的各個方面，影響最為深遠的是西方醫學之父希波克拉底（約公元前 460-370）據此提出的四體液學說。它認為人體有四種體液分別與四種元素相對應：由肝製造的血液（氣），肺製造的粘液（水），膽囊製造的黃膽汁（火）和脾製造的黑膽汁（土）。



中醫五行配五臟

根據五行學說，臟腑間相生相剋的關係：



《十問歌》（出自明代醫學家張景岳的《景岳全書》）

一問寒熱二問汗、三問頭身四問便，
五問飲食六問胸、七聲八渴俱當辨，
九問舊病十問因，再問服藥參機變，
女問經產先問痘疹。



內容言簡意賅，可作問診的參考。

五行與人體和自然界的對應關係

在中醫裏，用五行描述人體五臟系統（肝心脾肺腎）的功能和關係，這裏的五臟的功能概念（稱為藏象），並不限於具體的解剖上的五臟。

五行	五臟	六腑	季節	情緒	五官	五味	形體	五液	方位
木	肝	膽	春	怒	眼	酸	筋	淚	東
火	心	小腸	夏	喜	舌	苦	脈	汗	南
土	脾	胃	長夏	思	口	甘	肉	涎	中
金	肺	大腸	秋	悲	鼻	辛	皮毛	涕	西
水	腎	膀胱 三焦	冬	恐	耳	鹹	骨	唾	北

熱身活動



1. 大家有沒有看過中醫或服過中藥呢？與看西醫有甚麼分別呢？

中醫有用手打脈、西醫用聽筒；中醫用煮藥／沖藥粉、西醫服藥水／藥丸

2. 香港有哪些大學有中醫學位課程呢？

香港大學／香港中文大學／香港浸會大學

3. 除了學位課程外，在香港還可以修讀中醫甚麼課程呢？

專業文憑課程

考察活動一：東涌北公園中藥園——展覽館

請同學認真觀察周邊事物及參觀展覽館，然後回答以下問題。

資料一：



1. 上圖是中藥園入口，上面寫了甚麼字？

百草皆是藥

2. 試猜猜這些字代表了甚麼？（留意四周環境）

周圍都可能是藥，可以醫治我們的病。

3. 香港監管藥材的安全性十分嚴謹，有 HKC 及 HKP，兩者有甚麼分別：

HKC 是 2003 年註冊的中成藥；HKP 是 1993 年 3 月 1 日的中成藥。

資料二：



4. 試想想在《中醫藥條例》143 及 144 條中要列明中藥的成份的原因。

因為要讓服用者瞭解藥物成份，以免出現敏感／意外。

5. 在展覽館中，你可發現中醫也可以醫治不同病症，試舉例加以說明。

嚴重性	病症	你有沒有聽過此類病症呢？有的加✓
很嚴重	治癌	
較嚴重	高血壓、糖尿	
輕微	感冒、鼻敏感	

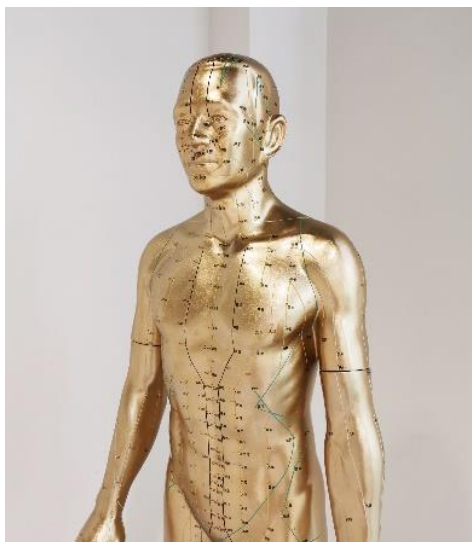
6. 在中醫治療癌症的資料，提及中醫有三大優勢。下面兩組文字，左邊是治療癌症優勢，右邊是中藥治療作用。試把有關項目的英文字母填在適當的括號內。

治療癌症優勢		中藥治療作用
減輕化療及放療作用	(B)	A 扶正祛瘤。
治療晚期腫瘤	(A)	B 中藥、針灸治療，減輕毒副作用。
治療腫瘤合併法	(C)	C 提供患者生存質量。

7. 根據上述資料，你認為現今中醫發展有甚麼特點？試舉出兩項特點。

1. 可以治療不同程度的病症；
2. 中西醫療並用；
3. 中醫治療有其獨特作用。

8. 以下是針灸資料：



a. 上述圖片是針灸的穴位，可以見到這個人像圖有甚麼特別地方？

身體有很多穴位。

b. 除了服藥外，在治療癌症方面，需要用針灸嗎？有甚麼作用？

需要，減輕毒副作用，和舒緩痛楚。

9. 在展覽館中，找一個保健操，依照圖示按穴位，看看你有甚麼感覺？

(自由作答)

我找的是_____保健操。按的是_____穴。

作用是：_____

按完後的感覺是：_____

10. 假如你患了鼻敏感/感冒，試從展板資料中找出你看中醫不看西醫的原因。

1. 減少藥物副作用；2. 注重體質差異；3. 服用藥物盡快恢復健康。

11. 假如你想成為一個中醫師，需具備甚麼條件？

要懂得病理、藥性、人體穴位、針灸技巧。

考察活動二：東涌北公園中藥園——藥圃

探祕尋源

我們離開了展館，到了一個實踐場地。這裏分成不同草藥區。如下圖，大家 4 至 5 人一組，完成下表及其他問題。



1. 這裏有多少個草藥區？ _____

2. 你們需要**選擇 3 個區域**，然後用 15 分鐘完成下表：

選擇一區	
1. 我們選擇的區域是：	
2. 這個區域有的特色是： (請看區域上文字)	
3. 試寫出這個區域中種植的資料 (選取的植物是草類植物，不可以是花類。)	
A. 植物 1 名稱：	
B. 植物 1 其中一個用途：	

C. 在香港能否找到植物 1 ?	
D. 能找到植物 1 的其他地區 :	
選擇二區	
1. 我們選擇的區域是 :	
2. 這個區域有的特色是 : (請看區域上文字)	
3. 試寫出這個區域中種植的資料 (選取的植物是草類植物, 不可以是花類。)	
A. 植物 2 名稱 :	
B. 植物 2 其中一個用途 :	
C. 在香港能否找到植物 2 ?	
D. 能找到植物 2 的其他地區 :	

選擇三區	
1. 我們選擇的區域是：	
2. 這個區域有的特色是： (請看區域上文字)	
3. 試寫出這個區域中種植的資料 (選取的植物是草類植物，不可以是花類。)	
A. 植物 3 名稱：	
B. 植物 3 其中一個用途：	
C. 在香港能否找到植物 3？	
D. 能找到植物 3 的其他地區：	

3. 根據上表分析，你發現香港能找到的植物（很多／很少）。 請圈出正確答案
4. 挑戰題：為甚麼香港人都常服用祛除濕氣的藥材呢？（提示：與香港地理位置、氣候有關）
因為香港位於嶺南地區，也是一個濕氣重、漳氣多，並且近海地方。
5. 原來補血區及補肺區中，花也可以做藥，補血區的花是玫瑰，補肺區的花是麥門冬。

考察活動三：東涌北公園中藥園——健康徑

預防勝於治療

健康徑展出了中國古代眾多養生運動，請完成以下問題。

八段錦		
	<p>這個人的動作似</p> <p>(自由作答)</p>	<p>八段錦對健康作用是</p> <p>肢體活動可舒展筋骨，暢通經絡；與呼吸相結合，則可行氣活血，宜暢氣機。</p>
導引		
	<p>這個人的動作似</p> <p>(自由作答)</p>	<p>導引對健康作用是</p> <p>通過調心調息來發揮自身內在潛能，以增強體質，祛病延年。</p>
<p>_____ (請自選其中一個養生運動) (自由作答)</p>		
<p>(可貼上照片)</p>	<p>這個人的動作似</p>	<p>對健康作用是</p>

挑戰題：你覺得瞭解藥用或是以上「預防勝於治療」方法較為有用呢？

(自由作答)

考察活動四：香港浸會大學中醫藥學院——雷生春堂

1. 你們到了雷生春堂，看看周圍環境吧！完成下表：**（自由作答）**

環境	提供一個形容詞
交通	
人流	
房屋	
衛生	

資料一：雷生春堂概覽

樓層	功能	展示區主題
天台	中藥園圃	
三樓	會議室 診症室 治療室	唐樓與活化雷生春
二樓		中醫藥
一樓	接待處 藥房	涼茶
地下	涼茶售賣處 露天小花園	雷氏家族與雷生春

資料來源：香港浸會大學中醫藥學院——雷生春堂概覽 <https://scm.hkbu.edu.hk/lsc/tc/layout.html>

2. 門口有一副對聯，其中一句是「生民仰望藥回春」，這是寓意雷氏家族產品能發揮甚麼效果？

妙手回春

3. 雷生春堂是由雷亮先生後人捐贈政府成為活化建築物，你覺得這座建築物有甚麼功能呢？試舉其中三個。（可參考資料一）

成為中醫看病、買藥及涼茶、市民休息、紀念雷氏家族地方。

4. 你認為有甚麼人會到這裏求診？哪些人求診時有甚麼優惠？

附近住在荔枝角的居民。綜援人士及 65 歲人士。

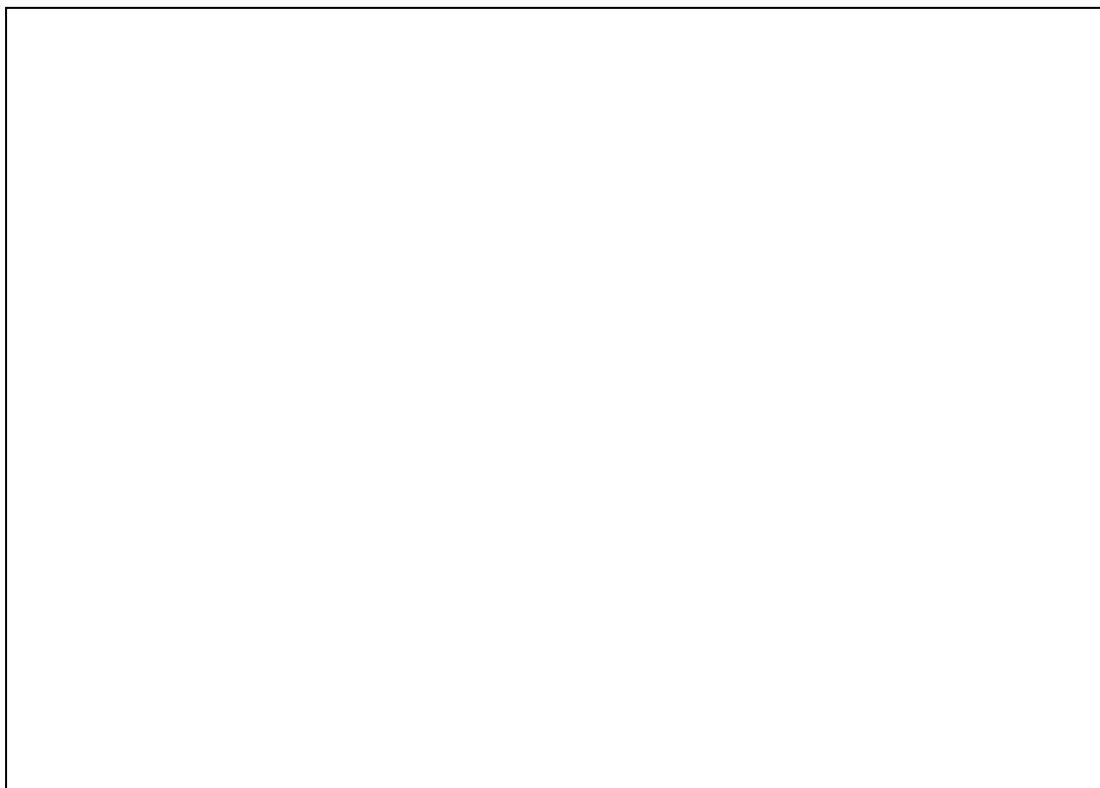
5. 挑戰題：你認為這個活化建築物概念對中醫發展有甚麼影響？（可參考資料一）

中藥園圃能使市民更能認識中藥；且中醫診所及涼茶鋪一併存在，令中醫形象更鮮明。

專題講座：反思

講題：中醫藥文化及香港常見的中藥

講座內容重點（可以點列或概念圖展示）：



感想：

總結

大家旅程即將完結，現我們嘗試做一個總結吧！

香港發展中藥情況：

特徵	例子	你認為對中醫發展的影響是
政府機構監管嚴緊	香港監管藥材的安全性十分嚴謹，有HKC及HKP	市民有信心服用。
提高中醫地位	以雷生春為集中中醫地方	作為中醫集中地集中標誌，培育人才。
中西合璧	醫治癌症方法，除了服藥，還有針灸，減輕西藥副作用	中醫學發揮其作用，彌補西醫帶來不良影響。
預防勝於治療	勸人養生	預防才是治本方法，減少人生病。
滿山都是寶	在不同區域內，都有香港植物作藥用	香港也能培植中藥，人們懂得分辨，也可以隔時隨地增加對中藥認識。

我們到過兩個景點，對中醫在香港的發展已有一定掌握。試想想以下問題：

你認為政府怎樣推動中醫在香港發展呢？（可從對市民推廣、政策方面，以及上述表列的細項想一想）（自由作答）

反思（提示：你最喜歡的參觀事物、原因、你畢業後會當中醫師嗎？）

- 完 -

中國歷史文化系列一

中醫藥體驗學習

中學考察小冊子