

中醫讓您的寶貝 補充滿滿的元氣，擁有好腦力!

每年考季正逢炎炎夏日，許多人或感倦怠或感心煩，夏日的暑氣亦容易傷元氣，加上考生們面對考試的壓力，難免情緒不穩、體力不濟、精神無法集中、元氣不足，或長期處於高度緊張和焦慮狀態，或晚上睡不好，白天疲憊倦怠，記憶力減弱，無法專心，影響學習成效，甚至臨場表現失常。

為了讓考生保有充沛的體力與精神，保持頭腦清晰，本院中醫藥養生研發團隊，針對「考生症候群」研發三種茶飲，有「活力元氣茶沖泡包」、「涼茶沖泡包」與「滿點茶即飲包」，來幫助考生補充滿滿的元氣，擁有好腦力！提高讀書效率，而能順利應考！

「活力元氣茶沖泡包」由東洋參、西洋參、刺五加、麥門冬、黃耆…等數種藥材組成，可讓考生增強體力、腦力、減輕疲勞；「涼茶沖泡包」由薄荷、荊芥、茵陳、蒲公英、鳳尾草、甘草…等數種藥材組成，有清熱消暑、清涼降火的功效；「滿點茶即飲包」由吉林參片、麥門冬、五味子、枸杞子…等數種藥材組成。三種中藥茶飲除可讓考生消除疲勞、增強體力、補充腦力外，飲用亦十分方便，可幫助考生因應考季來臨的挑戰喔！

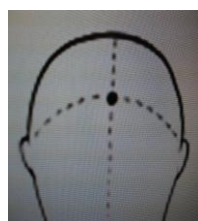
除了中藥茶飲外，考生亦可搭配簡單的穴位按壓，如手部的「內關穴」、「神門穴」可用來改善睡眠；兩耳至頭頂正中央的「百會穴」可舒緩頭痛、神經衰弱；拇指、食指中央的「合谷穴」可舒壓；頸部耳後到髮際的「風池穴」可醒腦、舒壓解悶。按壓方式：以指尖輕按揉，每次每穴按壓 15-30 秒至有溫熱感為度。本院助你(妳) 健康 活力 考試順利！



內關穴



神門穴



百會穴



合谷穴



風池穴