日常痛症的
舒緩及治療

「『茶』話家常X 日常痛症的舒緩及治療」已於10月25日順利舉行。茶聚由中大校友事務處、校友會聯會及崇基學院校友會聯合主辦，邀請到中大中醫學院客座副教授兼中醫骨傷科專業顧問鍾僑霖教授擔任講者，向來賓講解頸肩腰腿痛的成因、舒緩及治療方法。鍾教授專研脊柱相關疾病及痛症，更即場向校友教授簡單的舒緩拉伸運動，藉此放鬆全身肌肉。

「茶」話家常活動深受校友歡迎，來年將繼續聯同崇基學院、新亞書院及聯合書院的校友會舉辦，凝聚更多不同屆別的資深校友，以「茶」會友。

1. 鍾僑霖教授（左二）從中文大學校友會聯會會長李劍雄（右二）、崇基學院校友會會長陳樹偉（左一），以及校友事務處助理處長許寶寶（右一）手中接過紀念品。
2. 鍾教授深入淺出地講解日常常見痛症的成因及舒緩方法。
3. 七十多位校友一同操練八段錦，場面熱鬧。