

**Carlos**

香港註冊中醫師



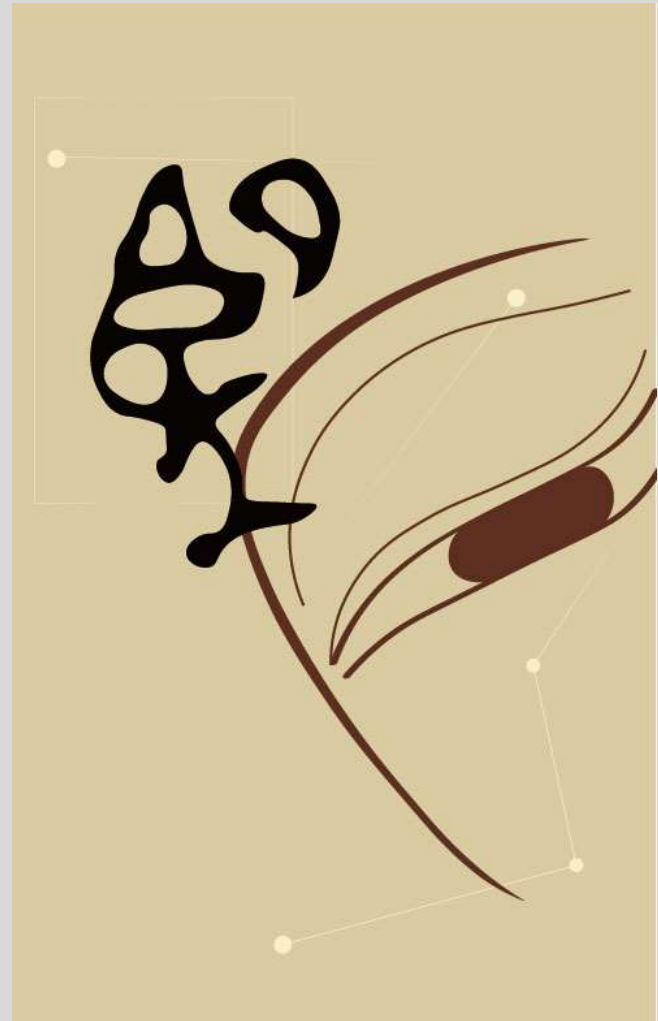
## 望聞問切



「望、聞、問、切」是中醫診斷疾病的四種基本方法，合稱為「四診」。望是觀察病人的精神、面色、舌苔等外在表現；聞是通過聽覺、嗅覺聽取和聞取病人的聲音、氣息；問是詢問病人的症狀、病史等；切是透過按脈來診斷病情。

望診

- 觀察病人的精神、神色、形態、五官、皮膚、舌苔和排泄物等。
- 特別是觀察舌頭的顏色和舌苔的狀態，能反映出臟腑的病變。



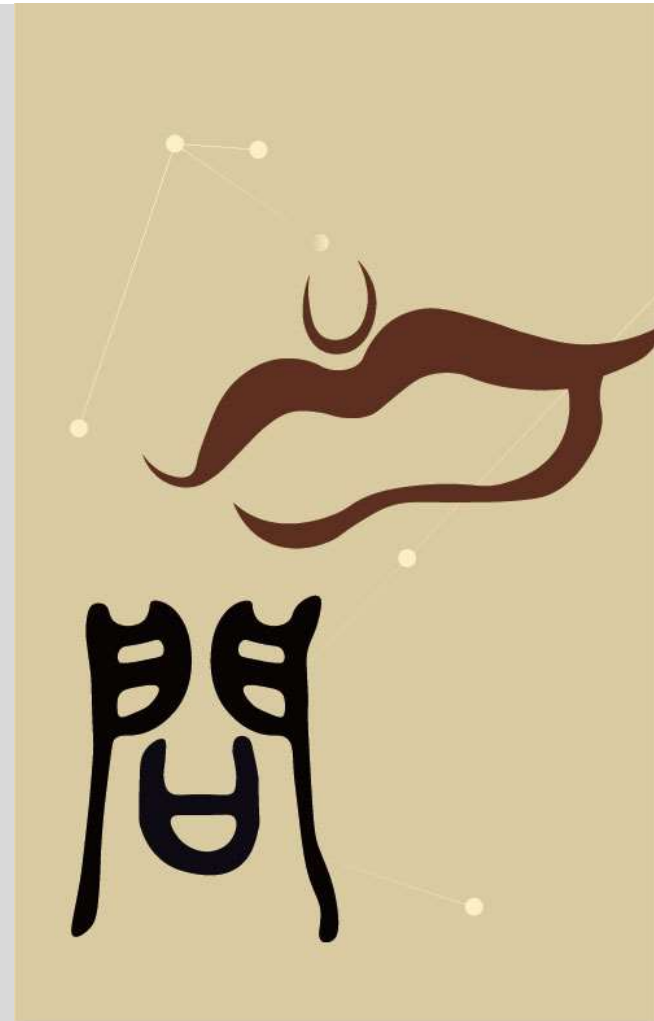
## 聞診

- 使用聽覺和嗅覺來判斷。
- 聽病人的說話、咳嗽、呼吸等聲音，以及聞病人的口氣、體臭等氣味。



問診

- 詢問病人關於症狀、發病過程、治療經過等主觀感受。
- 需要詳細詢問過往病史、現在的症狀以及生活習慣等。



## 切診

- 透過觸摸病人身體相關部位，尤其是按壓脈搏，來了解病情。
- 透過診脈可以綜合了解脈象和身體的變化。



舌診是中醫「望、聞、問、切」四種診斷方法中「望診」的重要一環。中醫師透過觀察舌頭的舌質（舌的肌肉本體）和舌苔（舌面上的苔狀物）的顏色、形態、厚薄、潤燥等變化，來判斷身體的健康狀況、病邪性質（如寒熱、虛實）以及病情變化。

### 正常的舌象

- 健康的舌頭通常呈現淡紅色，有薄薄的白色舌苔，光澤潤澤，胖瘦適中，運動靈活。這反映了身體氣血充足，消化功能良好。



## 常見舌診情況- 如何分辨



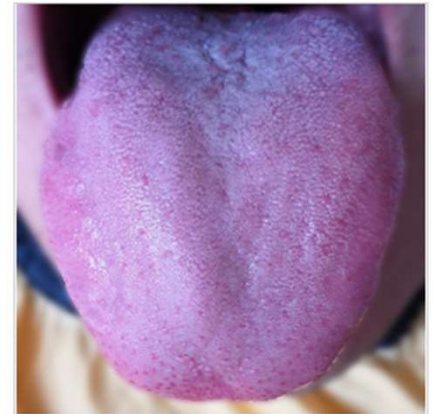
剥苔



齿痕舌



胖大舌



紫舌



黄苔



点刺舌

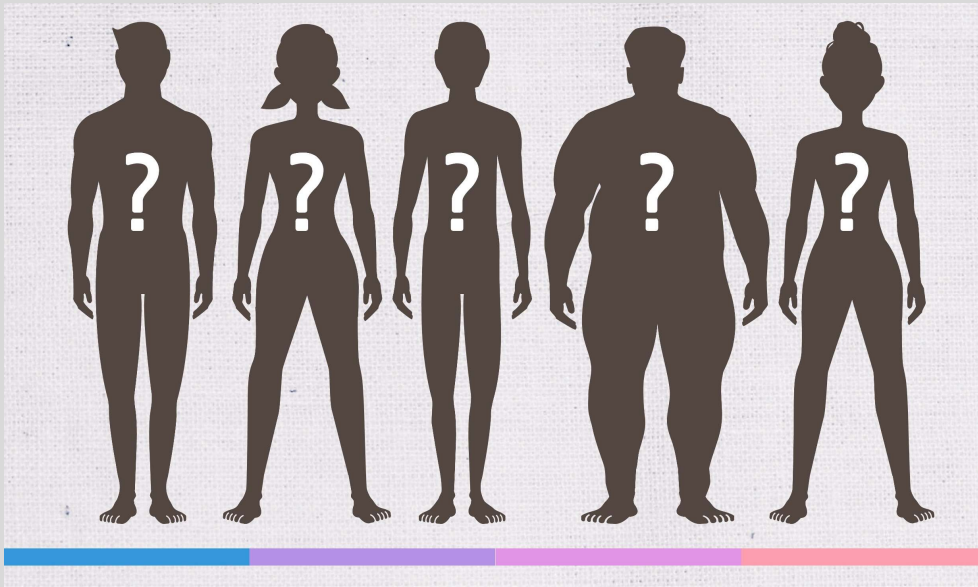


厚苔



裂纹舌

## 9 大常見體質



## 9 大常見體質



**#氣虛體質：**氣虛者外觀不見得比較瘦弱，但肌肉鬆軟不實，舌邊有齒痕，脈弱。常處於體能不足、語音偏弱、容易疲乏、精神不振的狀態，易患感冒或內臟下垂等，病後康復緩慢，不易適應風寒、暑濕環境。性格內向，不喜冒險。



**#陽虛體質：**其體質較氣虛者更加缺乏能量，精神不振，舌淡胖嫩，脈沉遲。畏寒怕冷，四肢冰冷，喜歡溫熱飲食，寒冷天氣或溫差大時易感風、寒或濕邪。易有痰多、浮腫、腹瀉、白帶過多等問題。性格多安靜、內向，情緒也易消沉。

## 9 大常見體質



**#陰虛體質：**體型多伴偏瘦，手足心熱，口乾舌燥，喜冷飲，大便乾燥，舌紅少津，脈細數。性情急躁，外向好動，不易適應暑熱或乾燥天氣。易有虛勞、失眠、乾咳、內分泌及生殖機能失調等毛病。



**#痰濕體質：**痰濕為沒有用的津液累積在身體，使代謝變得緩慢。其體型常較肥胖，腹部肥滿鬆軟，面部油脂較多，舌苔膩，脈滑。汗多且黏，胸悶，痰多，口腔黏膩或甜，喜食肥膩甜點，易有高血糖、心血管等問題。在梅雨季節及濕重環境適應不良。

## 9 大常見體質



**#濕熱體質：**外觀上面多油垢，易有暗瘡，口苦口乾，身重困倦，舌質偏紅，苔黃膩，脈滑數。排便不暢或便秘，小便黃，易有皮膚或小便問題。男性陰囊潮濕，女性白帶增多。濕熱體質較痰濕體質多了「熱」的特性，容易心煩急躁，且不易適應夏末秋初的濕熱氣候，或濕重或高溫環境。



**#氣鬱體質：**氣鬱體質個性內向、情感脆弱、敏感多慮。外觀上情抑鬱，煩悶不樂，舌淡紅，苔薄白，脈弦。易有情緒問題、容易心慌、神經衰弱、失眠或乳腺增生。難適應連綿陰雨的天氣。

## 9 大常見體質



**#血瘀體質：**體內血液循環不夠暢通久了易形成血瘀體質，其外觀上面色晦黯，易有色斑，口唇黯淡，身上或舌頭易見瘀斑、青筋，脈澀。多有痛經、出血症狀或子宮組織異常增生。容易煩躁，健忘。對寒冷環境較不適應。



**#特稟體質：**指體質特殊，多有過敏症狀，例如氣喘、癩疹、咽喉發癢、鼻塞、噴嚏等現象。容易患哮喘、蕁麻疹、濕疹、花粉症、藥物過敏，或有遺傳病或發育問題等。對外界環境及氣候變化適應能力差。

## 9 大常見體質



**#平和體質：**中醫望診來看，體形勻稱健壯，皮膚潤澤，頭髮稠密，目光有神，嗅覺通利，唇色紅潤。且精力充沛，不易疲勞，平素少生病，對冷熱變化有較高的適應性，睡眠良好，胃口好，二便正常，舌色淡紅，舌苔薄白，脈和緩有力。性格隨和開朗，對外界環境也有良好的應變能力。

# 九大體質

人們往往是多種形態而有所偏重的綜合體質，比如陰虛夾氣鬱體質、氣虛夾痰濕體質、虛寒夾血瘀體質等。  
體質不是固定不變的，透過後天飲食、情緒壓力及生活方式均會令體質改變，所以體質的失衡也可以透過中草本補健品及漢方飲食習慣調理、飲食結構調整、運動及情緒管理等方面來改善體質。



# 創新工具

## A.I. 中醫四診儀



## 創新工具 - A.I. 中醫四診儀



第一步  
面象数据采集

正视摄像头



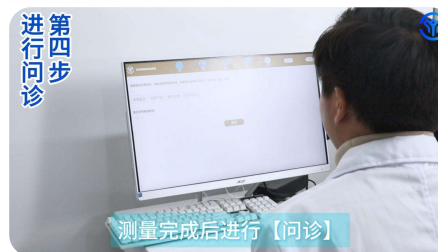
第二步  
舌象数据采集-舌面

将舌面对摄像头



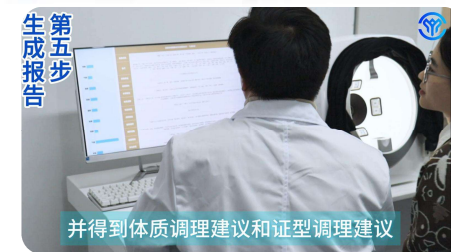
第三步  
脉象数据采集

按照指示将脉诊仪佩戴至左手腕



第四步  
进行问诊

测量完成后进行【问诊】



第五步  
生成报告

并得到体质调理建议和证型调理建议

A.I. 技術將客人健康狀態用**量化/ 數據化**分式作出**專業及詳盡的**  
**化析**及建議

# 先固本再強身

## 中醫理論下的草本智慧

中醫基礎理論：「精、氣、神」好比組成身體的基本成分。

「先修補細胞以鞏固『精、氣、神』，再提升五臟六腑機能」，是養生中非常重要的概念。

當細胞獲得「保護」及「加固」，細胞自我穩定與復原能力便能充分提升，繼而進一步針對五臟六腑等身體機能進行調理。



# 智慧草本系統

## 成就基源欣活\*漢本草

中醫以「扶正祛邪」為核心，重視人體整體機能調節，旨在增強人體自癒力與免疫力，從而達到預防與治療疾病的效果；而西醫則以「對症治療」為基礎，側重解決局部問題。紐崔萊致力於植物營養素的研究，科研團隊揉合中西醫學優點，研發「智慧草本系統」。

安利研發的「智慧草本系統」匯聚龐大科學數據為基礎：

傳統中藥方劑數據

70,000 條

植物營養素的成分數據

60,000 條

植物中草藥原料的功能數據

20,000 條

疾病靶點的關聯數據

超過 1,000,000 條

通過人工智能算法，精準分析並挖掘傳統草本資源的潛力，為產品研發提供科學支撐。

Amway

©2025版權所有 美國安利（香港）日用品有限公司。  
安利諮詢熱線：2969 6300  
網址：www.amway.com.hk

紐崔萊 Nutrilite Hong Kong



詳細產品資訊

# 細胞級養護概念，層層注入活力



三大維度層層煥活，科學更可靠



「黃金煥活矩陣」，獨家科學創新



五大植萃成分，天然更安心



bATmm-5  
植物小分子聯盟



# 漢本萃衡怡飲品

## 燥、虛 → 潤、補、降



千年智慧, 調控糖代謝

生物鹼1-DNJ  
**桑葉**

熊果酸  
**烏梅**

消渴 潤燥

傳統漢方  
平「衡」調養消渴

溫腎 助陽

荷蘆巴籽  
4-羥基異亮氨酸

肉桂  
黃烷醇多酚

現代研究  
富含植物營養素

# 千年智慧，調節糖利用

“消渴潤燥”

**桑葉**

生物鹼1-DNJ  
(1-去氧野尻黴素)



**烏梅**

熊果酸



“溫腎助陽”



**葫蘆巴籽**

4-羥基異亮氨酸



**肉桂**

黃烷醇多酚

傳統漢方

平“衡”調養消渴

現代研究

富含植物營養素

# 瘀、積 → 活血



傳統草本漢方智慧，科學精萃營養成分。

阿魏酸

**當歸**  
補血活血\*

甘肅岷縣當歸  
零硫磺

橙皮苷 陳皮  
理氣健脾\*

廣東新會陳皮  
傳統翻曬工藝

黃酮類

**沙棘**  
益氣生津\*

新疆沙棘  
多重嚴選

# 傳統醫學：“百病生於瘀”

“血液運行不暢，阻滯於臟腑經絡中。”

“氣滯不暢、痰濕蘊結都可致瘀。”

\*參考資料：《中醫基礎理論（第2版）》

# 心、肝



# 清、潤 → 燥熱



漢



漢方傳承  
源自傳統養生智慧

本



草本溯源

萃



科學精萃  
質量保證

免煎煮沖泡，撕開即飲  
獨立包裝，方便攜帶，隨時分享



# 欣活固本 漢養五臟11月推廣

現已推出

## 欣活固本 漢養五臟

### 「先固本，再強身」

是中醫理論下的營養補充智慧。先透過紐崔萊™基源欣活飲品為細胞補充營養，穩固健康根基，再搭配漢本萃產品針對性地調理臟腑機能，協同成就全方位健康



凡購買以下指定紐崔萊產品滿直銷價目港幣\$1,680/澳門幣1,734，



當中須包括至少一盒紐崔萊™基源欣活飲品

### 基源欣活X漢本萃營養體驗組合

基源欣活飲品

3條

漢本萃衛怡飲品

2條

漢本萃活妍飲品

2條

漢本萃葆芯飲品

2條

漢本萃清潤飲品

2條

### 基源欣活漢本萃健康飲沖調食譜



紐崔萊茶具套裝

精美紐崔萊磁石貼

\*數量有限，送完即止。