



專

題

企

畫

強筋健骨有方法！

一個標準成年人的骨骼有二〇六塊，骨與骨之間由關節和韌帶連接起來，從頭到腳，每一處的骨骼問題都攸關生活品質與健康。

針對僧伽健診所發現師父常見的肩頸酸痛、下背痛、骨質疏鬆、退化性關節炎、頸椎壓迫症候群等問題，讓僧伽醫療網醫師，告訴你預防及治療之道。