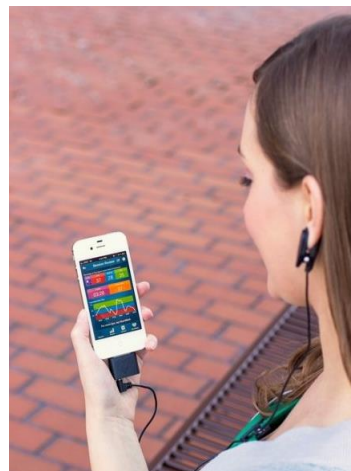
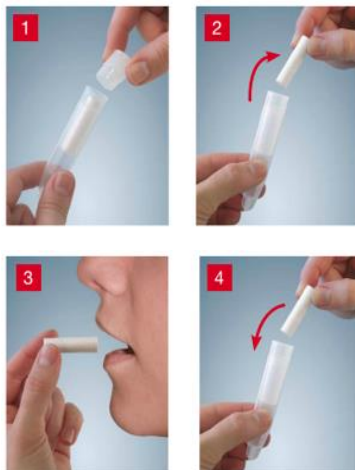


招募研究參加者

呼吸訓練對自主神經系統、免疫系統及情緒的影響

參加者條件

- ✓ 18歲至50歲；
- ✓ 基本視力及聽力；
- ✓ 非吸煙者；
- ✓ 沒有呼吸道疾病；
- ✓ 沒有患過精神疾病；
- ✓ 沒有濫用藥物/酗酒；及
- ✓ 非懷孕



研究內容

符合條件者，將獲邀到香港大學心理學系參加為期兩星期的呼吸訓練（共三次），當中包括：

1. 呼吸練習或對照練習（及每天自己練習），時間為 20 分鐘；
2. 填寫問卷，時間約為 20 分鐘；
3. 口水樣本收集，時間約為 5 分鐘；及
4. 量度心率（在耳垂位置量度），時間為 10 分鐘。

研究福利

本計劃之研究津貼為**現金港幣300元**。完成整個訓練後，參加者將可額外獲得**總值港幣200元的超級市場現金券**。

報名及查詢

如欲參與此項研究，請於 <https://goo.gl/C3t1eX> 或掃描 QR 登記。如有任何查詢，請與香港大學腦神經心理學實驗室研究人員聯絡

電郵：neuropsych.stress.hku@gmail.com



掃描 QR 參與研究



Department of Psychology
The University of Hong Kong
香港大學心理學系

THE UNIVERSITY OF HONG KONG
LABORATORY OF
NEUROPSYCHOLOGY

