

# 中醫針灸 注意事項



## 衛生福利部屏東醫院

地址：屏東市自由路 270 號

電話：(08) 7363011 轉 2119

<http://www.pntn.mohw.gov.tw>

### 一、針灸注意事項：

#### 1、針灸治療前：

- (1)貼膏藥處必須移除。
- (2)保持心情放輕鬆，情緒穩定。
- (3)請穿著寬鬆的衣物，使患部易於露出。
- (4)飲食不宜過飢或過飽、酒後意識不清、孕婦、有開放性傷口流血不止者，不宜針灸。
- (5)有特殊疾病，如病毒性肝炎及其他可能經血液傳染的疾病、心臟病、裝置心臟節律器、癩瘡，請告知醫護人員。
- (6)治療當日如有其他特殊不適，請告知。

#### 2、針灸治療中：

- (1)放鬆心情。
- (2)針刺入後如有不適，如：頭暈、胸悶、眼花、冒汗、呼吸不順

暢，應立即告知醫護人員。

- (3)治療時保持自己最舒適的姿勢，臥床時將全身重力平均躺臥於床平面上，行動不便之病人需家屬陪同。
- (4)治療中不要隨便移動身體或改變姿勢，以免改變原針刺深度及彎針情形。
- (5)電針治療時局部若有不適，應告知醫護人員處理。
- (6)治療中若扎針地方持續疼痛，請告知醫護人員處理。

#### 3、針灸治療後：

- (1)不去揉針孔，以免造成瘀血或出血及感染。
- (2)針後殘存的針感，可能會留幾個小時，甚至一至二天，此為正常現象。
- (3)扎針的地方如有瘀血或痠痛時

衛生福利部屏東醫院—「屏醫衛編碼 NO. 220: 中醫針灸注意事項」衛教指導

衛教人員已說明上述指導內容，並已瞭解。

衛教指導人員：                      說明日期：      年      月      日      病人或家屬：                      關係：

，不必害怕，多半會自行吸收或消失，如有發炎現象（紅、腫、熱、痛），請勿熱敷，並儘速回診，由醫師診治。

(4)針灸治療後，有出血的傷口1~2小時內暫不碰水，當日仍可正常洗澡。

#### 4、貼藥布時機：

(1)針灸後患部貼藥布可加強針灸消炎止痛作用。

(2)病人患處有傷口，不可貼藥布，可做簡單消毒包紮後轉診外科處置。

(3)咖啡色藥布(乾性)用於新近期(1~2週內)扭挫傷。

(4)黑色萬靈膏(濕性)用於舊風寒溼酸痛症受傷期超過1~2週以上。

(5)貼藥布過敏者，需等皮膚恢復

後再貼，嚴重者轉診皮膚科。

#### 二、飲食宜忌：

1、忌寒涼、生冷飲食：冰品、茶類、西瓜、水梨、葡萄柚、柚子、椰子、橘子、硬柿子、山竹、蓮藕、綠豆、白蘿蔔、大白菜、苦瓜、絲瓜、冬瓜、蕃茄、竹筍等。

2、忌辛辣、燥熱、燒烤、油炸食物：辣椒、大蒜、老薑、蔥、沙茶醬、茴香、韭菜、肉桂、羊肉、龍眼、荔枝、芒果、榴槤、醃漬品、咖啡、咖哩等。

3、多食清淡且容易吸收食物：蘋果、葡萄、芭樂、柳橙、木瓜、草莓、櫻桃、桑椹、空心菜、菠菜、紅蘿蔔、茼蒿、花椰菜、雞肉、魚肉、豬肉、排骨、豬小腸、雞蛋、牛奶、豆漿、米飯等。

制定日期：102年04月

修訂日期：102年07月(1)

審閱日期：108年04月