# 針灸注意事項

## 針灸治療前：

1.注意自身清潔，髒污須先洗淨，敷貼膏藥必須移除。
2.保持心情輕鬆，情緒穩定。
3.穿寬鬆的衣物，容易露出治療的部分。
4.不宜太餓或太飽。
5.家屬應全程陪伴患者。
6.調整最舒適的姿勢，將全身重力平均躺臥於床平面上。

## 針灸治療中：

請不要隨意改變姿勢或移動身體，如果有以下不舒服的症狀，要立刻跟醫師或是護理人員反應。

1.針刺時，必然產生針感(酸、麻、脹、痛)，若有持續疼痛或有其他不舒服症狀時。
2.針刺後，如果有感覺頭暈、胸悶、眼花、冒汗、呼吸不暢。
3.電針治療時，若有任何不適，不必忍耐。
4.灸療可能灼傷皮膚，若覺熱痛時。

## 針灸治療後：

1.不要按揉針扎處，以免產生瘀血或出血。
2.針後殘存的痠脹感，可能停留數小時，甚至1~2天，不必驚慌。
3.治療後約有2~3%的病人會有「針後疲勞」現象：治療隔日睡醒時，感覺局部僵硬不適，可能持續一整天，但會漸漸緩解。因個人體質差異，「針後疲勞」的時間、程度也不同，不必擔心。
4.扎針的地方如有瘀血或腫脹，不必害怕，它多半會自行吸收或消失。若出現發炎現象(紅腫熱痛)且無法消退時， 盡快來院請醫護人員處理。
5.針灸治療後，有出血的傷口1~2小時內暫不碰水。

埔基醫療財團法人 埔里基督教醫院 Puli Christian Hospital
諮詢電話：049-2912151　中醫門診：4150、4152
編碼：5000/T219 – 護理部編印 – 中醫醫師審查(2022.10)