

冬季三九貼穴位敷貼之護理衛教

- 1.禁忌：【孕婦、3歲以下的孩童、嚴重心肺功能不足、短時間敷貼即會大起泡者、還有發燒和咽喉發炎者】，並不適合敷貼三伏貼。
- 2.每次敷貼時間為1-2小時，可視情況延長敷貼時間，最多不超過4小時，敷貼後需留置在傳統醫學科內觀察3-5分鐘，無不適，即可離開待時間到達自行拆除清洗乾淨。
- 3.配合口服科學中藥7-14天，請中西藥間隔30分鐘-1小時服用，連續敷貼3-4次三伏貼療程。
- 4.因藥材屬溫熱性質，於敷貼期間皮膚會有輕微搔癢及燒灼感，且因其中藥材含有利尿劑之成份，故可能會出現頻尿現象此為正常反應。但若上述症狀加劇且無法忍受時，請立即拆下及擦拭紫雲膏、凡士林、面速力達母等。
- 5.因固定貼布較粘，建議沾水浸濕貼布後再行撕開。
- 6.因藥材直接與皮膚接觸，於拆下藥布後可能會產生皮膚發紅、著色、敷貼處出現藥材印記之情形，此情況會慢慢自行消退。
- 7.於敷貼期間鼓勵增加水份攝取。
- 8.敷貼治療期間冰冷食物減少攝取，其餘日常生活、運動一切正常無特殊禁忌。

臺北醫學大學附設醫院 傳統醫學科製