

## 針灸治療之護理衛教

### 一、針灸治療前

1. 敷貼膏藥處必須移除並清潔乾淨。
2. 保持心情輕鬆，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。
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，請告知醫護人員。
6. 治療當日如有其他特殊不適，請告知醫護人員。
7. 過於疲倦時不宜接受治療。
8. 曾有暈針史者請事先告知醫護人員。

### 二、針灸治療中

1. 針灸時身體放輕鬆，並保持放鬆心情。
2. 針刺入後若有不適如：頭暈、胸悶、眼花、冒汗、呼吸不暢，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面上，行動不便之病患需家屬陪同。
4. 針灸治療中不要隨便移動身體或改變姿勢，以免造成疼痛並改變原針刺深度及出現彎針情形。
5. 電針治療時局部若有不適，應告知醫護人員處理。
6. 治療中若扎針的地方持續疼痛，請告知醫護人員處理。
7. 艾灸治療時若覺得局部灼熱不適，必須隨時告訴醫療人員。

### 三、針灸治療後

1. 不要去揉針孔，以免造成瘀血或出血及感染。
2. 針後殘存的酸脹感為針感滯留，可能會留幾個小時，甚至一～二天，此為正常現象，可自行以毛巾熱敷按摩來緩解。
3. 針灸後如有出血或血腫等現象，請立刻通知醫護人員。
4. 扎針的地方如有瘀血或痠痛，不必害怕，它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。
5. 針灸治療後，有出血的傷口 1-2 小時內暫不碰水。
6. 慢性病需長期治療者，請遵照醫師指示回診。