



# 中醫針灸注意事項



## 一、治療前

1. 針灸前應放鬆心情，採舒適、能持久之姿勢。
2. 常有自發性出血，損傷後出血不止的病人（如：血友病、服用抗凝血劑等），**治療前**需告知醫師與護理師。
3. **宜穿寬鬆衣服**接受針刺治療。
4. 糖尿病病人於執行針刺前請先進食，避免發生冒冷汗、顫抖等低血糖症狀現象。
5. 針刺治療前**請勿空腹、疲勞、高度緊張或過飽的狀態下**，以避免暈針。
6. 躁動或家屬支持度不足的病人，經醫護團隊評估接受針灸或針灸留針期間會有危險性者，得暫停治療。

## 二、治療中

1. 針灸時，應保持自己最舒適的姿勢，身心都要保持輕鬆、自然、心平氣和。
2. 針灸過程中放鬆心情、勿過度緊張、**不可隨意移動身體**，以免導致針灸部位移位、暈針、滯針、彎針。
3. 針灸過程中醫師可能依照病情需要使用**紅外線燈，由於燈具運作時會產生高溫請勿碰觸燈具，以避免燙傷。**
4. 針刺過程中，如有**暈針**症狀：頭暈、噁心、嘔吐、冒冷汗、心悸、呼吸困難等現象時，**請立即告知或按壓護師呼叫鈴通知醫師及護理師。**
5. 治療時若有灼熱感，或使用電針治療有電流減少或增強等不舒服感覺時，請隨時告知醫護人員。
6. 針灸時，會有酸、麻、脹、重等感覺，稱為「針感」，這是正常現象，不須過度擔心。如有不適，或因病人移動身體產生肌肉纖維纏緊、疼痛等，請告知醫護人員協助重新調整。



## 三、治療後

1. 起針後，可輕輕活動筋骨。
2. 若起針部位有出血，採直接**加壓止血法按壓 1~2 分鐘即可**，**針刺部位不可搓揉**，以免造成瘀血或更多出血現象，若針刺部位皮膚呈現青紫色或血腫，可局部按壓，**按壓後若仍有血腫，24 小時內冰敷，超過 24 小時後熱敷**，一般血腫會逐漸消失。
3. 起針後保持針刺部位清潔、乾燥，**當日避免泡澡或洗三溫暖**，以免感染。
4. 針灸部位有產生紅、腫、熱、痛等炎症反應，立即告知醫護人員。
5. 針灸後之部位若有酸、麻、腫、脹等感覺，不需驚慌，此為正常現象，可能會留存數分鐘至一到二天。