



一、針灸適應症：

- (一)痛症：關節炎、風濕痛、頭痛、偏頭痛、三叉神經痛、肩頸痛、五十肩、網球肘、腕痛、手足麻木、腰背痛、坐骨神經痛、扭傷、退化性膝痛、神經肌肉痛、運動傷害等。
- (二)耳鼻喉疾患：耳鳴、過敏性鼻炎、神經性重聽、梅尼爾氏徵候群。
- (三)腸胃系統：胃痛、消化不良、食慾不振、打呃、消化性障礙。
- (四)呼吸系統：氣喘、咽喉炎、氣管炎等。
- (五)神經系統：失眠焦慮、精神官能症、神經衰弱、性機能障礙等。
- (六)神經系統：顏面神經麻痺、中風後遺症、肌肉萎縮、神經功能障礙等。
- (七)皮膚系統：青春痘、過敏性皮膚炎、帶狀皰疹後疼痛、全身癢等。
- (八)婦科系統：痛經、月經不調、更年期障礙等。
- (九)其他：減肥、假性近視、戒菸、戒酒等。

二、針灸注意事項：

(一)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)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，行動不便之病人需家屬陪同。
- 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)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。

參考資料

李彩鳳(2010)·史上最簡單，白話中醫入門·新北市:久久出版社。

林昭庚(2009)·新編彩圖針灸學·台北：知音。

高宗桂(2008)等·中醫護理學·台北：知音。

本院住址及諮詢電話

臺北市立聯合醫院林森中醫昆明院區

林森院區：臺北市中山區林森北路 530 號

電話：02-25916681-1112

中醫中心：臺北市萬華區昆明街 100 號

電話：02-23887088-3121