

媽媽手

高國峰

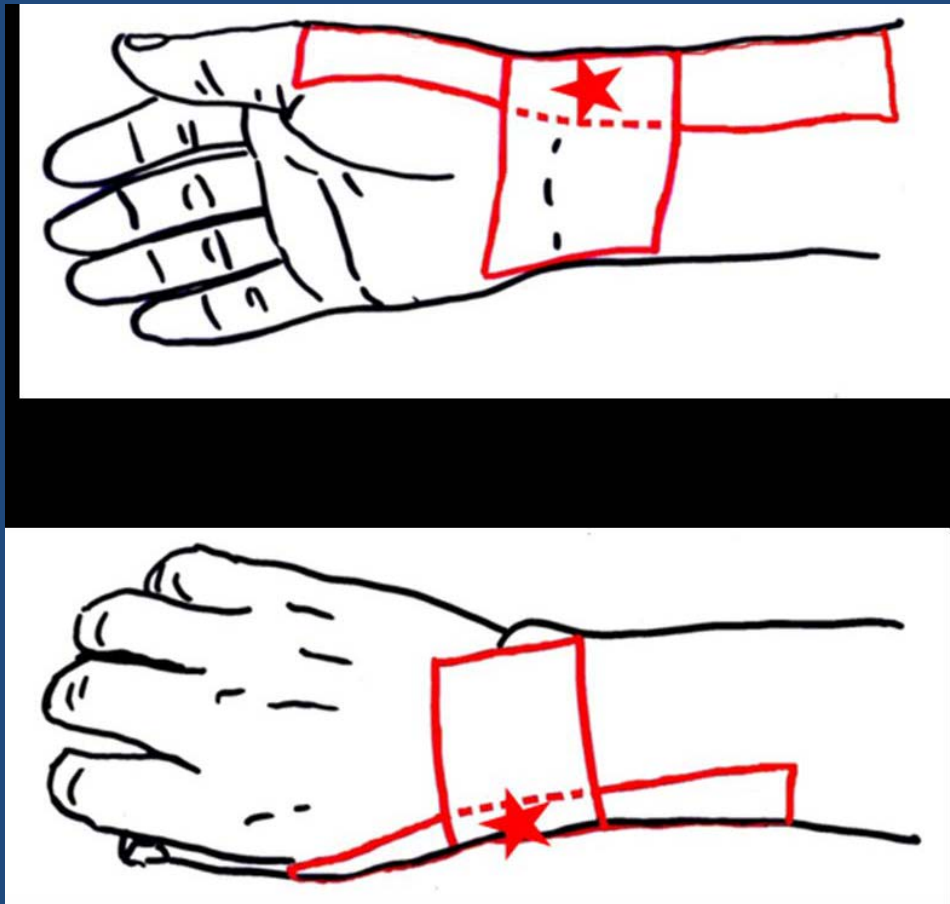
- 大拇指外側的肌腱因為過度使用造成發炎的情況；
- 當大拇指在內彎以及彎曲的時候，會造成大拇指以及大拇指延伸下來手腕的附近，感到相當程度的疼痛。



★ 星星紅點處為「媽媽手」疼痛點處

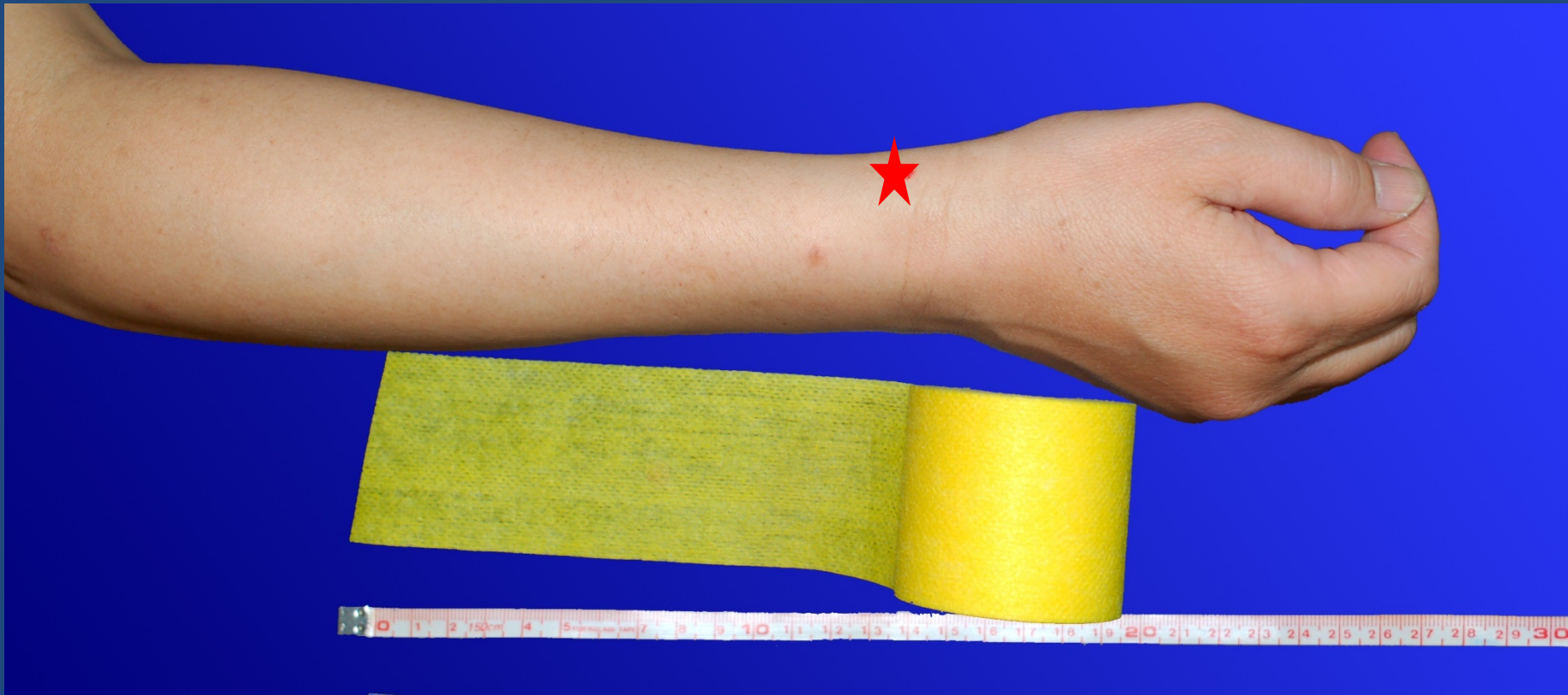
媽媽手 DeQuervain's Disease

- 星星紅點處為「媽媽手」疼痛點處



縱向貼

- 約18公分的貼布



- 由大拇指掌指關節處貼至前臂的中端



- 可於第一層縱向貼布上的痛點處，先行塗抹痠痛藥膏；貼紮完成後，則直接塗抹於痛點上，一天2-3次。



橫向 C 型貼

- 約12公分長的貼布，交叉於痛點處。



- 橫向貼不宜形成封閉的“O”型貼。

