

居家緩解瘻管疼痛薑片穴位貼衛教單

1. 尋找穴位:

- A. 尺澤穴: 手肘處三橫指外側。
- B. 外關穴: 手腕關節外側三橫指處。
- C. 陽池穴: 手腕部位，往前對著中指、無名指的指縫，腕背正中間處。



2. 準備:

家用嫩薑切 1 公分厚度,平貼於三個穴位處,使用貼布黏貼妥,每次敷貼約 15-20 分鐘即可移除。

