

復健科各項儀器簡介及注意事項

經復健科醫師檢視

◆ 腰部牽引治療

- 一. 作用：放鬆肌肉，拉開被壓迫的神經。
- 二. 治療時間：15分鐘。
- 三. 適應症：腰部椎間盤凸出、脊椎退化、脊椎狹窄、腰部神經根壓迫。
- 四. 禁忌：病人有局部或全身的疾病影響到關節、韌帶、骨頭及肌肉(如腫瘤)、類風濕性關節炎、感染、骨質疏鬆、急性扭傷、急性拉傷、急性發炎期、血管疾病(如主動脈剝離...)、懷孕。
- 五. 注意事項:
 1. 牽引重量由1/4體重—1/2體重,之後固定拉1/2體重.若有一陣子沒拉,以一星期降一公斤,若在其它家拉過可酌量增加,每家機器重量不同。
 2. 拉時身體盡量放輕鬆,不適宜看書或報紙,若有一點點酸,乃正常反應,若會痛,需馬上向治療師反應。
 3. 拉完後,若有一點點酸,可平躺一下,腳彎曲左右轉一轉,側躺再起床。
 4. 可向治療師索取腰部保健運動衛教單。
 5. 腰部牽引主要功能:放鬆肌肉,拉開被壓迫的神經
 6. 若已壓迫神經(下肢會麻)需持續耐心治療3個月,效果較佳



◆ 頸部牽引治療

- 一. 作用：放鬆肌肉，拉開被壓迫的神經。
- 二. 治療時間：15分鐘。
- 三. 適應症：頸部椎間盤凸出、頸部脊椎退化、頸部脊椎狹窄、頸部酸痛、頸部肌肉僵硬。
- 四. 禁忌：頭頸部腫瘤、類風濕性關節炎、急性發炎期-如頸部急性扭傷或拉傷、腦血管疾病-如頸動脈阻塞、感染、骨質疏鬆。
- 五. 注意事項：
 1. 頭兩邊要正,頭微向下,眼鏡拿下,不可看書及轉頭。
 2. 重量由1/7體重---1/4體重,之後固定拉1/4體重.若有一陣子沒拉,以一星期降一公斤,若在其它家拉過可酌量增加,每家機器重量不同。
 3. 拉時身體盡量放輕鬆,不適宜看書或報紙,若有一點點酸,乃正常反應,若會痛,需馬上向治療師反應。
 4. 4.可自行帶一條手帕或毛巾,墊在下巴,舒服又衛生。
 5. 可向治療師索取頸部保健運動衛教單。
 6. 頸部牽引主要功能:放鬆肌肉,拉開被壓迫的神經
 7. 若已壓迫神經(上肢會麻)需持續耐心治療3個月,效果較佳

◆ 超音波

- 一. 作用：超音波可達到消炎,促進血液循環的作用。
- 二. 治療時間：5分鐘，超音波治療強度依患者的感覺上下調整，應在施用超音波後2分鐘，即產生舒適的溫熱感覺。
- 三. 適應症：舒緩疼痛(如:疤痕組織疼痛和軟組織中鈣化點疼痛之處理及肌腱炎、韌帶扭傷...等)。
- 四. 禁忌：裝有心臟節律器病人的心臟周圍、懷孕、腫瘤、栓塞性靜脈炎感染、出血傾向區域、骨構生長區域、脊椎周圍、睪丸(以免不孕)、眼睛周圍、生長板、經期婦女的骨盆區域、皮下有大量神經分布的區域、有進行關節置換並用甲基丙烯酸酯聚合物骨泥的關節、接受椎板切除術後的脊椎、脊髓、神經節、合併使用deep x-ray、radium或放射性同位素、

◆ 其它儀器禁忌症

➤ 雷射禁忌症

直射眼球、腫瘤、感染的傷口、直射孕婦的子宮、出血部位及對光過敏者

➤ 熱敷禁忌症

1.有開放性傷口者,2.出血和水腫,3.深層靜脈栓塞,4.周邊血管疾病,5.皮膚癌和淋巴癌,6.太老或太年輕者,7.對感覺反應差者.如嚴重糖尿病患者.

➤ 短波禁忌症

1.金屬植入物,如金屬骨板、人工關節2.心律調節器, 3.避開眼球等富含水份的位置4.惡性腫瘤5.孩與青少年在生長的骨骼生長板部位5.孕婦 6.感染

➤ 循環器禁忌症

1.急性肺水腫 2.鬱血性心衰竭 3.骨折急性期 4.急性皮膚感染 5.創傷引水腫,急性期 6.血栓

➤ 干擾波禁忌症

1.裝有心律調節器者2.動靜脈血栓患者,血栓性靜脈炎患者3.出血部位,4.孕婦,5.發燒,嚴重發炎者6.嚴重高血壓或低血壓者 7.局部皮下有金屬離子者 或內置電極、鉛之患者8.惡性腫瘤 9.active osteomyelitis(骨髓炎) 10.不能用於上胸部及前頸部

➤ 經皮神經電刺激(TENS) 禁忌症

1.心律調整器的病人 2. 不要將電極片放在頸動脈竇(carotid sinus)附近,會造成心跳過快或太慢 3.孕婦4.不要將電極片放在咽喉附近,會影響呼吸