

穴位敷貼

一、何謂穴位敷貼

穴位敷貼是將中藥製成藥餅後，貼敷於穴位上的一種治療方式，目前最常在夏季的「三伏天」及冬季的「三九天」使用。

根據中醫『春夏養陽』、『寒者溫之』的原則，在夏季的「三伏天」及冬季的「三九天」，於背部特定的穴位貼上溫補、定喘、止咳功效的藥餅，以達到疏通經絡、調節臟腑機能的目的。

二、何謂三伏(貼)天

三伏天，是依據節氣曆法計算而來，從夏至開始算起第三個庚日(初伏)、第四個庚日(中伏)及立秋後第一個庚日(末伏)，稱為「三伏天」。

三、何謂三九(貼)天

三九天，是依據節氣曆法計算而來，在冬至到春分共有九個九天，從冬至隔日算起第一個九日(一九)、第二個九日(二九)、第三個九日(三九)，此時是地球溫度散失最多的時候，稱為「三九天」。

四、建議敷貼時間

在陽氣旺盛的夏季「三伏天」進行預防和治療，也宜在陽氣最為虛弱的冬季「三九天」加強治療，以減輕過敏發作的症狀和頻率。

根據現代研究，三伏貼後合併三九貼連續治療三年，能有效治療過敏性疾病。

五、適應症

1. 兒童：氣喘、過敏性鼻炎、異位性皮膚炎及反覆呼吸道感染。
2. 成人：支氣管哮喘、慢性支氣管炎、肺氣腫、風濕性關節炎等關節疾病，可用此治療來輔助改善症狀。

六、禁忌症

1. 敷貼當天有感冒、發燒及咽喉發炎者，須由醫師評估。
2. 有中西藥物過敏史、皮膚容易過敏、皮膚易起水泡、蟹足腫體質、孕婦及一歲內的嬰兒、心肺功能不佳者，不適合敷貼。

七、注意事項

1. 敷貼前：

- (1) 當天宜穿著深色的兩截式運動服或寬鬆衣物，避免藥餅滲出染色。
- (2) 敷貼部位勿塗抹乳液，以利穴位敷貼治療。



同意授權使用

2. 敷貼時：

- (1) 每次貼敷約 1 小時，因個人體質不同，實際敷貼時間由醫師決定，請於預定時間取下。
- (2) 一個療程為三次，每七至十天貼一次。
- (3) 敷貼時皮膚輕微灼熱、刺痛感，如被太陽曬傷的感覺，這是正常現象。
- (4) 若有嚴重發紅、燒灼感、起水泡等情形，即應立刻取下藥餅，以濕毛巾擦淨，讓皮膚休息，並立即回診就醫。
- (5) 請避免在太陽下曝曬或進行激烈的戶外活動。

3. 敷貼後：

- (1) 請避免將敷貼部位對著冷氣或電風扇直吹，也先不要泡冷水、游泳，以免降低療效。
- (2) 敷貼後禁食生冷、寒涼、辛辣、酸腥、煙、酒、咖啡等刺激物，以免降低療效。

參考資料：

1. 陳俊維、張佑維、張子瑜、黃澤宏(2021)．三九貼合併雷射針灸治療過敏性鼻炎之療效初探．*中醫藥雜誌*，32(2)，84-103。
2. 張順昌(2020)．三九補一冬，來年少病痛．*彰基院訊*，37(11)，12-13。
3. 張永賢、張曼玲、羅琦、蘇靖媛、陳光慧、陳慧姍、唐娜櫻、邱靜瑜、施欣欣、杜惠娟、王小喬、楊瓊芳、高宗桂(2019)．*中醫護理學概論*（四版）．新北市：新文京。

諮詢電話02-26723456轉3212

行天宮醫療志業醫療財團法人恩主公醫院