

應用位置： 肩膊

應用類別： 支持胸肌活動／ 紓緩疼痛

應用症狀： 疼痛不適 - 胸肌肌肉

貼布形狀及數量： 1塊Y形貼布

施貼姿勢： 坐著／站著

Shoulder

活力肌腱貼應用步驟說明: 支持胸肌活動／ 紓緩疼痛

1.	<ul style="list-style-type: none"> ● 保持坐著或站著姿勢，挺直背部。把Y形貼布的開端貼於肩膊上。 	
2.	<ul style="list-style-type: none"> ● 把手臂提起並移向後方，轉動手腕，使掌心向上。把Y形貼布的外端分叉沿著胸肌貼上。 	
3.	<ul style="list-style-type: none"> ● 手臂放鬆並垂放。把Y形貼布的内端分叉沿著胸肌貼上。 	
4.	<ul style="list-style-type: none"> ● 把貼布掃平，以緊貼皮膚並完成施貼。 	