

應用位置： 手肘
 應用類別： 支持肘彎活動／紓緩疼痛
 應用症狀： 疼痛不適／腫脹 - 肘彎炎症
 貼布形狀及數量： 1塊燈籠形貼布
 施貼姿勢： 坐著／站著

Elbow

活力肌腱貼應用步驟說明: 支持肘彎活動／紓緩疼痛

1.	<ul style="list-style-type: none"> ● 把手臂橫放於胸前與肩膊成水平，手臂屈曲保持 90 度角，保持肌肉放鬆。 	
2.	<ul style="list-style-type: none"> ● 把燈籠形貼布貼於手肘，貼布無需拉展。 	
3.	<ul style="list-style-type: none"> ● 把燈籠形貼布中間部份逐一以平均距離貼上。 	
4.	<ul style="list-style-type: none"> ● 把貼布掃平，以緊貼皮膚並完成施貼。 	