





應用位置:	手前臂
應用類別:	支持手腕肌肉活動
應用症狀:	手腕肌不適／手腕管道綜合症
貼布形狀及數量:	1塊 Y 形長貼布, 1塊 I 形貼布
施貼姿勢:	坐著, 把手腕平放

### 活力肌腱貼 - 手腕肌不適／手腕管道綜合症 - 應用步驟說明

1.	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 平放手前臂, 掌心向上, 把 Y 形貼布的開叉位置貼於手腕。</li> </ul>	
2.	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 手腕盡量向手背方向屈曲, 然後把 Y 形貼布拉展, 沿著手臂施貼, 貼至手肘位置。</li> </ul>	
3.	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 把 I 形貼布圍繞著手腕施貼。</li> </ul>	
4.	<ul style="list-style-type: none"> <li>● I 形貼布的兩端避免於手腕上重疊, 以確保手腕的血液循環流通。</li> </ul>	

5.

- 完成圖。

