

應用位置：手腕  
 應用類別：支持手腕活動／舒緩疼痛  
 應用症狀：疼痛不適 - 手腕  
 貼布形狀及數量：1塊 I 形貼布  
 施貼姿勢：坐著

Wrist

### 活力肌腱貼應用步驟說明: 支持手腕活動／舒緩疼痛

1.	● 將手臂平放於平面上，掌心向上。	
2.	● 把一塊 I 形貼布的一端斜貼於手腕中間姆指下方位置。	
3.	● 把貼布稍微拉展，圍繞著手臂以旋轉方式向手肘方向施貼。	
4.	● 把貼布掃平，以緊貼皮膚並完成施貼。	