




應用位置： 上背  
 應用類別： 舒緩花粉症不適  
 應用症狀： 花粉症  
 貼布形狀及數量： 2塊 I 形貼布  
 施貼姿勢： 坐著／站著

Others

### 活力肌腱貼應用步驟說明: 舒緩花粉症不適

1.	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 保持坐著或站著姿勢，把一塊 I 形貼布稍微拉展貼於脊柱右側，與肩胛骨平行。</li> </ul>	
2.	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 肩膊向前彎，把 I 形貼布稍微拉展，一端沿肩胛骨向下方貼上，另一端則向上往肩膊方向施貼成 C 字形如圖示。</li> </ul>	
3.	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 把另一塊 I 形貼布於脊柱左側以相同步驟施貼。</li> </ul>	
4.	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 把貼布掃平，以緊貼皮膚並完成施貼。</li> </ul>	