

冰敷

國泰綜合醫院 急診處 護理部編印 著作權人：國泰綜合醫院
本著作非經著作權人同意，不得轉載、翻印或轉售

此資料僅供參考，關於病情實際狀況，請與醫師討論

若有任何疑問，請洽

國泰綜合醫院 (02)27082121 急診處 轉 3767

汐止國泰綜合醫院 (02)26482121 急診處 轉 3910

新竹國泰綜合醫院 (03)5278999 急診處 轉 1190

我們將竭誠為您服務！

國泰綜合醫院關心您！

■ 冰敷的目的

直接降低患處的溫度，使皮下血管收縮，達到消除急性炎症、止痛、消腫、減少皮下出血，加速痊癒的效果。

■ 日常生活注意事項

- 冰敷是一種物理治療方式。
- 一般可利用冰袋或冰水包覆毛巾後直接敷治或浸治患處，每天二至三次，每次敷20分鐘休息10分鐘。
- 如使用冰水浸泡法，冰與水的比例應約為一比一。同時，可在水中輕輕擺動患處。
- 小心勿凍傷。

AX100.092.2013.12 六修