編印單位：DON-4-檢查 037
制定日期：109 年 11 月 06 日
修訂日期：113 年 03 月 1 日第 3 版

軟組織體外震波衛教指導單

1. 治療後 48 小時內，避免治療部位上進行熱治療，如:泡溫泉、深層熱敷等。(但經醫師指示者不在此限)。
2. 治療後 1-2 天，依個人體質不同，所出現的反應也會不同。治療部位有紅腫、痠痛、悶脹或其他不適時，可以適時冰敷治療位置，每次冰敷 5-10 分鐘，一天 4 次，間隔 4-6 小時，注意冰敷時間勿過長，以免因體溫調節誘發血管擴張，加劇疼痛。
3. 軟組織體外震波治療之患處好轉反應為逐漸改善，並非立即消失，修復與再生通常需要 1-2 週的時間，約 4 週後到高峰，請調整錯誤的習慣動作並多休息。
4. 4-6 週避免劇烈運動，請耐心的配合醫師建議療程進行治療，並遵循醫師囑咐搭配服用藥物已達到症狀的改善。
5. 女性進行治療震波，若治療處靠近骨盆區，可能會有經血增多、經期提前或是有咖啡色分泌物排出的正常現象。
6. 飲食請避免吸菸、酗酒、並多攝取維他命 C 蔬果、維持水份攝取(2000c.c/天)，促進代謝、減緩發炎反應。
7. 治療後約一週內避免於治療部位上進行推拿、拔罐、刮痧等療法，避免影響軟組織之修復。
8. 如有軟組織體外震波治療後相關疑問，請電話聯絡體外震波治療室人員：(08)7665995 分機 3025(體外震波治療室)。