

## 冰敷衛教

1. 外傷或發炎傷口，應聽從醫護人員指示使用。
2. 取適量冰塊於冰袋中，加水三分之一。
3. 倒置冰袋檢查是否有漏水，用乾毛巾包裹冰袋，冰敷患部。
4. 每天冰敷四次，每次 15~20 分鐘休息。

義大醫療財團法人 關心您