

腳踝扭傷了，好痛！

食藥署帶您認識彈性繃帶

「扭傷了，腳好痛！」在打球或跑步的時候，熱身不足或一時未注意，可能導致腳踝扭傷。扭傷的部位常有腫脹、瘀傷、疼痛與關節不穩等情況，甚至還會影響日常的行動能力。大部分的扭傷多是輕微，可以透過休息、冰敷、加壓及抬高傷部的方式，減緩腫脹與疼痛程度，慢慢恢復。

彈性繃帶，固定、加壓、防腫脹一次到位

受傷部位加壓，可採用彈性繃帶纏繞固定。食藥署說明，醫用彈性繃帶屬於醫療器材，通常是由長條狀或管狀彈性材料組成，利用繃帶本身材質的彈力，纏繞時拉緊繃帶，即可因繃帶縮回而產生物理加壓的效果，對扭傷部位產生的壓力，除了達到防止進一步腫脹的功用，也可以將受傷部位固定，並提供支持保護防止二度傷害。值得注意的是，使用彈性繃帶不可過度加壓，以避免妨礙肢體血液循環。如果腳踝扭傷部位經處理後仍未改善，且疼痛、腫脹、瘀血越來越嚴重時，則應立即就醫檢查。

購買醫用彈性繃帶，遵守醫材安心三步驟

食藥署提醒，選購此類產品時，應依照「醫材安心三步驟」：「一認」認識醫用彈性繃帶是醫療器材；「二看」購買時要看外盒有無標示許可證字號；「三會用」使用前要詳閱說明書，才能正確使用。如需查詢醫療器材許可證產品相關資料，可至食藥署網站之許可證資料庫查詢 (<http://www.fda.gov.tw>>醫療器材>資訊查詢>醫療器材許可證資料庫>西藥、醫療器材、含藥化粧品許可證查詢作業)。若醫療器材引起之不良反應，請至藥品醫療器材食品化粧品上市後品質管理系統(<http://qms.fda.gov.tw/>)，或撥打不良反應通報專線：02-2396-0100通報。

