

## 【身心靈健康】大學堂

### 打針後「注射處要揉嗎？」

打完針到底要不要揉？針劑的種類眾多，常見的針劑注射大致有以下幾類：

#### 1. 抽血、靜脈注射：輕壓注射處，不可揉推

若是抽血或採用靜脈注射時，因針頭戳入血管內所以會有局部些微出血的狀況，因此，建議打完針後在注射處加壓約5分鐘幫助止血即可。這類針劑打完後最好避免揉推，以免出血點擴大而出現瘀血的情況。



#### 2. 皮下注射：輕壓注射處，不可揉推

若需固定施打胰島素等皮下注射時，建議打完針後輕壓注射處即可，不要揉推以免拉扯到血管而出現皮下出血或瘀血狀況。

#### 3. 預防針：不可揉推

幼兒經常接種的預防注射，或是流感疫苗，這類大多是打在肌肉位置，但打完針只要用棉球、膠帶貼住止血即可，不需要、也不建議揉壓打針處。預防針注射入體內其藥效會緩緩被身體吸收，誘導身體產生抗體，若過度搓揉可能會加速藥品吸收，也可能會引發注射部位出現紅腫等不適反應。例如新冠疫苗、流感疫苗。

#### 4. 肌肉注射：可輕揉注射處

肌肉注射的藥物是藉由肌肉吸收而發揮藥效，常見的藥物如退燒針劑，這類的藥物在注射後應先加壓1分鐘止血後，再用手掌揉推注射處約3至5分鐘以幫助藥物吸收。



**打針後需要搓揉嗎？**  
問仔細最安心

**不要揉**  
皮下／靜脈注射  
搓揉會導致瘀青

**可以輕揉**  
肌肉注射  
輕揉可以加速藥品吸收

**預防針／疫苗接種**  
讓身體慢慢吸收  
才能有效製造抗體

若不確定後續要不要揉，可以詢問現場護理師或專業人員

臺北科大學務處讓您更健康～