



尾底骨創傷

張諭坤 - 香氣發表



個案介紹

有一天早晨去買早餐，因為樓梯陡峭，不小心跌倒了，結果整著屁股著地，還可以走路，但是很不舒服，走路會疼痛，坐下也會很不舒服

因為疼痛影響睡眠，生理及心理都不是很舒服。

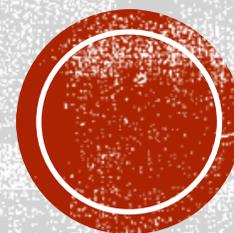
示意圖



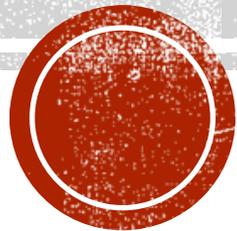


個案症狀處理

因為直接撞擊臀部，有可能傷害到肌肉、骨骼、神經，所以使用英式按摩做整體的放鬆，還有局部的精油按摩，並且使用甜甜圈坐墊，避免復發。

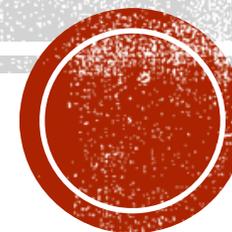


芳療配方				
名稱(Eo、Vo、Hy)	劑量	選用理由	濃度	
(Vo)聖約翰草+山金車+甜杏仁油 (Eo)白株樹+甜馬鬱蘭+古巴香脂+永久花	(Vo)7ml+7ml+16ml (Eo)3d+3d+6d+12d	非別對骨骼神經肌肉方面的止痛與修復很有效 白株樹與甜馬鬱蘭可鎮靜、止痛 古巴香脂可抗發炎、緩和刺激、平靜心靈 永久花可抗血腫、促進體液循環	4%	
(Vo)芝麻油+山金車油 (Eo)胡蘿蔔籽+古巴香脂+花梨木	(Vo)7ml+3ml (Eo)1+2d+5d	幫助排毒、放鬆肌肉並且提升骨骼修復 胡蘿蔔籽可促進細胞再生、強健肝臟與腎臟 古巴香脂可抗發炎、緩和刺激、平靜心靈 花梨木可有效助眠、強健胃部與神經	4%	
(Vo)芝麻油+聖約翰草 (Eo)三級依蘭+岩蘭草+真正薰衣草	(Vo)7ml+3ml (Eo)1+2d+5d	幫助排毒、放鬆肌肉並且提升骨骼修復 三級依蘭可助眠、鎮靜、止痛、降血壓 岩蘭草可促進體液循環、增強免疫力 真正薰衣草可鎮靜止痛、穩定心情、助眠	4%	
(Vo)芝麻油+山金車油 (Eo)胡蘿蔔籽+古巴香脂+花梨木	(Vo)7ml+3ml (Eo)1+2d+5d	幫助排毒、放鬆肌肉並且提升骨骼修復 胡蘿蔔籽可促進細胞再生、強健肝臟與腎臟 古巴香脂可抗發炎、緩和刺激、平靜心靈 花梨木可有效助眠、強健胃部與神經	4%	



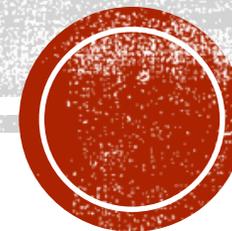
使用方式

1. 每隔7小時可使用一次按摩油
2. 避免久坐，多休息，少使用患部，搭配英式按摩幫助肌肉放鬆調理身體
3. 一週疼痛指數並未削減請去骨骼拍X光就醫治療



次數	評值日期	評值內容
1	11/14	睡眠時間：淺 疼痛：(最舒適) 1 2 3 4 5 6 ■ 8 9 10 (最痛) 個案從樓梯上滑倒，導致屁股著地，尾骨與臀部受衝擊導致骨骼肌肉疼痛，先調配了塗抹用油給個案，讓他能放鬆患部，個案自述無法正常坐在椅子上，要起身也會引發疼痛，走路會因為疼痛而不想使力。
2	11/17	睡眠時間：淺 疼痛：(最舒適) 1 2 3 4 ■ 6 7 8 9 10 (最痛) 個案自述疼痛程度有下降，但還是影響到日常生活，包括疼痛引起的失眠，不能用習慣的姿勢睡覺導致不好入睡，而入睡後可能一個動作就被痛醒，這次我請個案繼續使用止痛油，我為他做全身性的英式按摩，放鬆肌肉，以免引起康復後的併發症產生舊疾。
3	11/21	睡眠時間：深 疼痛：(最舒適) 1 2 3 ■ 5 6 7 8 9 10 (最痛) 上次按完個案直接睡著，個案自述睡眠品質大幅提升，整個超級舒服很好入睡，起床後口超級乾，這幾天也一直瘋狂喝水，止痛油有持續使用，有再更舒服一點了。
4	11/25	睡眠時間：深 疼痛：(最舒適) 1 ■ 3 4 5 6 7 8 9 10 (最痛) 個案自述最近睡得很安穩，很久沒有這樣的睡眠品質，作息也正常了，屁股也沒有那麼痛了，可以正常玩電腦跟走路，偶而會陣痛一下，很輕微，但是不影響生活品質。
5	11/29	睡眠時間：深 疼痛：(最舒適) ■ 2 3 4 5 6 7 8 9 10 (最痛) 請個案假如已經恢復正常作息就不用再使用止痛油了，身體需要調理的話可以再尋求英式按摩，個案自述已經沒有任何疼痛感，有上網查發現撞到尾骨很容易舊傷復發或肌肉跑位，可是目前沒有類似的情況與感受發生。

使用成果



個案影片

發

