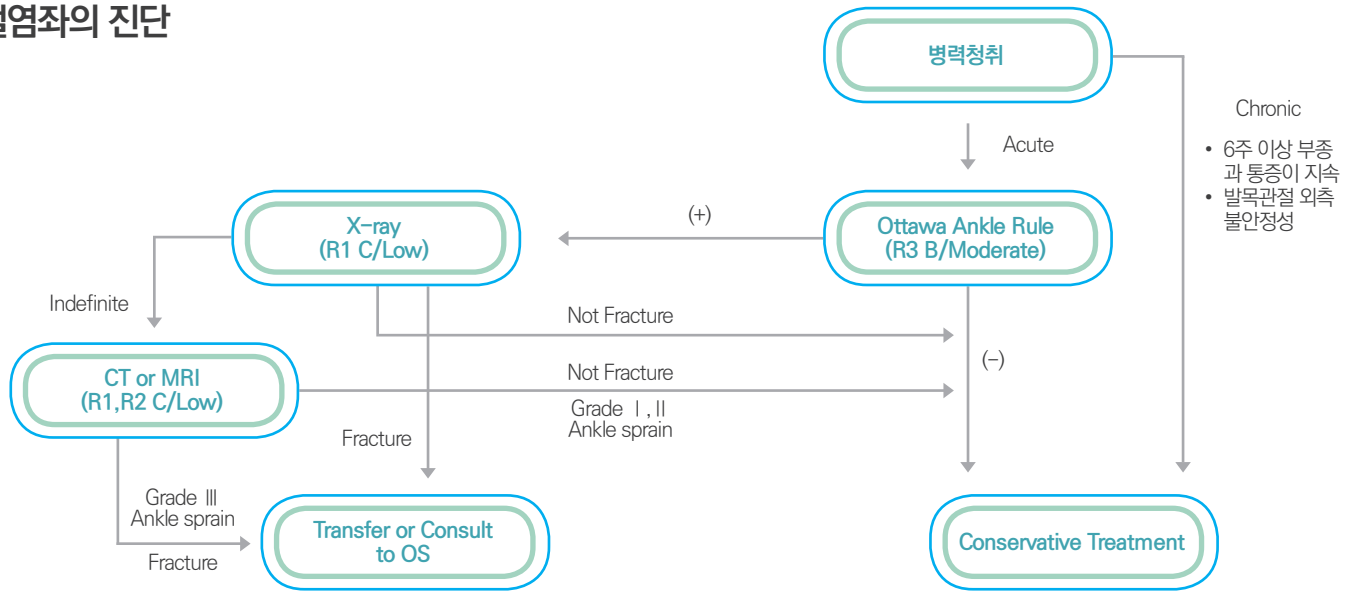
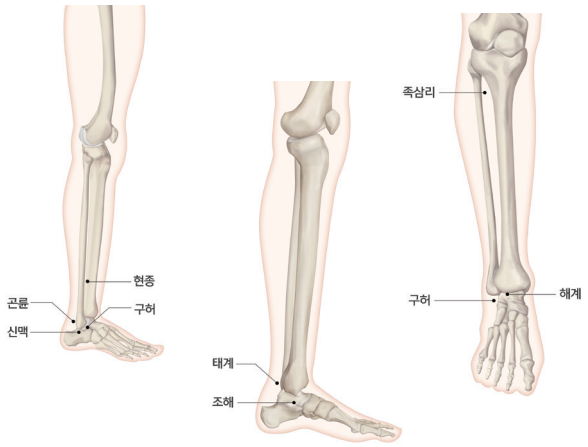
족관절염좌 한의표준임상진료지침

족관절염좌의 진단



족관절염좌의 한의학 치료



한랭요법 & RICE

- 환부 한랭요법 시행을 고려 (R22 C/Low)
- RICE : Rest, Ice, Compression and Elevation (R21 C/Low)

(※ 단, 급성기 이후에는 Rest보다는 상태에 따라 적절한 Exercise 시행을 권장함)

부항(자락관법)

- 침치료 병행 (R17 B/Moderate)

한방물리치료

- 경피전기자극치료 (R24 C/Very Low)

전침요법

- 환측 – 아시혈 (R10 C/Low)

화침요법

- 환측 – 아시혈 (R11 C/Low)

(※완고한 만성 족관절 염좌에 사용)

뜸요법

- 환측 – 아시혈 (R15 C/Low)
- 침치료 병행 (R16 C/Low)

(※ 화상이 발생하지 않도록 주의해야 함)

Acute or Chronic

Acute

Chronic

- 6주 이상 부종과 통증이 지속
- 발목관절 외측 불안정성

All

기타 치료

기타 침치료

- 동씨침 치료와 동기요법 (치료혈 : 소절, 오호, 토수 등) (R9 C/Low)

일반침 치료

- 일반침 치료 시행 (R5 A/Moderate)
- 일반적 비수술 치료 병행 (R7 B/Low)
- 환측 곤륜(BL60), 구허(GB40), 태계(KI3), 해계(ST41), 족삼리(ST36), 신맥(BL62), 조해(KI6), 현종(GB39) 및 아시혈 취혈 (R8 C/Low)

한약치료

- 당귀수산, 청열사습탕 방기황기탕, 작약감초탕 (R12 C/Low)

(※ 단, 환자 개개인의 상태와 특성에 따라 변증을 통해 투여 처방을 결정)

약침치료

- 침치료 병행
  - 급성: R13 C/Low
  - 만성: R14 C/Low

(※ R13, R14 임상적 고려사항 참조)

추나요법

- 족관절 견인 후 환측 굴곡 (R18 C/Low)

(※단, 통증이 감소하면 사용을 줄이는 것을 권장)

첩대요법

- 족관절 주위 경근을 따라 (R19 C/Low)
- 침치료 병행 (R20 C/Low)

Notice 한의표준임상진료지침은 한의사와 환자가 적절한 의료서비스를 결정할 수 있도록 돕기 위해 체계적으로 개발한 가이드라인으로, 임상현장에서 참고하여 활용할 수 있습니다. 본 지침은 한의표준임상진료지침 개발사업을 통해 인증 받았습니다.

NIKOM 한국한의약진흥원