



## 補充療法

## COMPLEMENTARY THERAPIES

病人/家屬  
教育指南

### 什麼是補充療法?

What are Complementary Therapies?

- 補充療法是以非藥物的方式做症狀處理。這些療法可以減輕一般的不適症狀，改善病人的生活品質，減少痛苦。
- 補充療法應與正統的醫療並用。
- 補充療法不是用以取代正統醫療。

### 補充療法的益處是什麼?

What are possible benefits of Complementary Therapies?

- 補充療法可促進健康及康復，幫助消除緊張和壓力；使人放鬆，並建立身、心、靈之間的平衡。
- 不是所有的補充療法對每個人都適用。

### 補充療法的範例

What are some examples of Complementary Therapies?

- 芳香療法：使用從植物中萃取的精油
- 藝術療法：使用繪畫、藝術及手工創作等活動
- 按摩療法：對皮膚和肌肉觸摸和按摩
- 音樂療法：病人選自己喜歡的音樂，隨著節奏打拍子、歌唱或凝神靜聽
- 寵物療法：和寵物及牠們的訓練員或與自己的寵物互動
- 反射療法：對病人的手或足部輕輕施壓，使病人回復平衡及放鬆的狀態。
- 氣功療法：使用手掌互疊，幫助能量的運行。
- 針灸療法：使用尖細的針扎入人體特定穴位，以調整身體的能量運行。
- 指壓療法：於人體特定穴位指壓。

## 去何處尋找提供補充療法的治療師？

Where do you find someone to provide Complementary Therapies?

- 你的安寧緩和療護團隊能幫助你找到適於你的補充療法
- 如果你有關於補充療法的問題，請向你的團隊諮詢。

如果你已在接受補充療法，請告訴你的安寧緩和療護團隊。

其他安寧緩和療護護理協會之【病人/家屬教育指南】，請上網 [www.hpna.org](http://www.hpna.org) 查看。

參考資料：

Dubuque, IA : Kendall/Hunt Publishing Company; 2005.

Approved by the HPNA Education Committee November 2006. Reviewed August 2009.

2011年1月，由美華慈心關懷聯盟提供中文翻譯。

相關中文資訊及服務查詢，請聯絡：

美華慈心關懷聯盟 | [www.caccc-usa.org](http://www.caccc-usa.org) | [admin@caccc-usa.org](mailto:admin@caccc-usa.org) | 電話：(408) 332-5579

【病人/家屬教育指南】及【簡易資訊表】中文翻譯，由加州奧克蘭 - 加州醫療基金會 贊助  
*Supported by a grant from the California HealthCare Foundation, located in Oakland, California.*