

國立台灣大學醫學院物理治療學系一百學年度第二學期教學計畫
肌內效貼紮與肌內效貼紮實習 (ELASTIC TAPING SKILLS)

課程代號：408 10500, 408 10510

課程名稱：肌內效貼紮、肌內效貼紮實習

學分數：各一學分

主授教師：柴惠敏

辦公室：公衛大樓三樓 309 室

電話：3366-8140

E-Mail：hmchai@ntu.edu.tw

授課對象：物理治療學系一年級學生

授課時間：每週三上午 11:20~12:10、下午 13:20~15:10

授課地點：公衛大樓二樓 215 教室

課程說明：肌內效貼紮為近年來盛行於物理治療界或運動界的貼紮療法，其治療成功之關鍵在於對人體動作的瞭解及軟組織解剖位置與功能的熟識。藉由物理治療師的手法與肌內效貼紮的彈性，可引導軟組織至其最佳狀況位置，以舒緩臨床症狀，增進關節功能。本課程探討常發生傷害的數個人體動作，並練習相關的肌內效貼紮技巧，期使學習者能利用這些技巧來強化專業能力，並引導學生熟習相關肌肉及其作用。本課程期末應繳交一份肌內效貼紮研究的團隊報告。

非同步教學課程網頁：<http://www.pt.ntu.edu.tw/hmchai/ElasticTaping/Index.htm>

教學目標：學生在修習本課程後，應能

1. 了解物理治療師常用貼布的種類及其應用。
2. 熟記 40 條常發生傷害的肌肉之接點、走向、及作用。
3. 認識常見的姿勢或動作傷害及其貼紮技巧，並探討其作用。
4. 熟悉臨床研究技巧，並能口頭報告及小組討論。

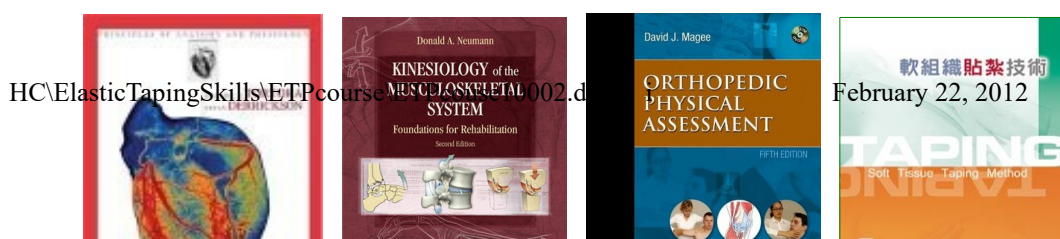
計分方式：

肌內效貼紮：團隊報告 60% (含口頭報告、修正後的電子檔)；兩次肌肉報告 20%；
上課表現 20%

肌內效貼紮實習：期末實習考試 70% (跑檯)；上課表現 30%

主要參考書：

1. Tortora G.J., Grabowski S.R., 2003. Principles of Anatomy and Physiology, 10th ed. New York, NY, USA: Wiley. [ISBN:0471224723]
2. Neumann, DA. (ed), 2010. Kinesiology of the Musculoskeletal System: Foundations for Rehabilitation, 2nd ed. Philadelphia, PA, USA: Mosby-Elsevier. [ISBN:978-0-323-03989-5]
3. Magee DJ, 2005. Orthopedic Physical Assessment, 5th ed. Philadelphia, PA, USA: Mosby-Elsevier. [ISBN: 9781416031093]
4. 鄭悅承, 2007。軟組織貼紮技術。台北，合記。



國立台灣大學醫學院物理治療學系一百學年度第二學期教學計畫
肌內效貼紮與肌內效貼紮實習 (ELASTIC TAPING SKILLS)

課程進度：

日期	講演內容	實習內容
101/ 02/ 22	Course orientation	Tape extensibility test
101/ 02/ 29	Overview of elastic taping skills	Basic taping skill
101/ 03/ 07	Ankle sprain and its taping	Taping for ankle and foot
101/ 03/ 14	Overuse injuries following poor posture (I)	Taping for upper back
101/ 03/ 21	Overuse injuries following poor posture (II)	Taping for low back
101/ 03/ 28	Experimental research methodology	Discussion for group project
101/ 04/ 04	兒童節暨民族掃墓節(放假日)	
101/ 04/ 11	Running movements and injuries	Taping for foot and knee
101/ 04/ 18	Jumping movements and injuries	Taping for thigh and groin region
101/ 04/ 25	Mechanical properties of muscle	Therasuit
101/ 05/ 02	Overuse injuries in keyboard users	Taping for hand and fingers
101/ 05/ 09	Throwing movements and injuries	Taping for shoulder region
101/ 05/ 16	Statistics	Statistics
101/ 05/ 23	McConnell taping;	Taping in alternative therapy
101/ 05/ 30	Group project report	
101/ 06/ 06	Group project report	
101/ 06/ 13	Practice Examination (期末實習考試)	

國立台灣大學醫學院物理治療學系一百學年度第二學期教學計畫
肌內效貼紮與肌內效貼紮實習 (ELASTIC TAPING SKILLS)

肌肉時間: 每次上課前，講演 15 分鐘

日期	肌肉	組別	田徑隊 實習組別
101/ 02/ 22	1. trapezius: upper, middle, and lower 2. levator scapulae 3. rhomboid: minor and major	1	4
101/ 02/ 29	1. erector spinae 2. longissimus 3. multifidus	2	
101/ 03/ 07	1. rectus abdominis 2. obliquus externus abdominis and obliquus internus abdominis 3. transversus abdominis	3	5
101/ 03/ 14	1. triceps surae: gastrocnemius and soleus 2. tibialis anterior and posterior 3. peroneus longus and brevis	4	6
101/ 03/ 21	1. quadriceps femoris 2. hamstrings: semitendinosus, semimembranosus, and biceps femoris 3. popliteus	5	1
101/ 03/ 28	1. adductor magnus and longus 2. sartorius 3. gracilis	6	2
101/ 04/ 04	1. extensor carpi radialis longus & brevis 2. extensor digitorum communis 3. extensor carpi ulnaris	1	
101/ 04/ 11	1. biceps brachii 2. brachialis 3. triceps brachii	2	3
101/ 04/ 18	1. rotator cuff: supraspinatus, infraspinatus, teres minor, and subscapularis 2. teres major and minor 3. coracobrachialis	3	4
101/ 04/ 25	1. brachioradialis 2. flexor carpi radialis and ulnaris 3. palmaris longus	4	5
101/ 05/ 02	1. pectoralis: major and minor 2. serratus anterior 3. deltoid: anterior, middle, and posterior fibers	5	6
101/ 05/ 09	1. iliopsoas muscle 2. gluteus maximus, medius, and minimus	6	1

國立台灣大學醫學院物理治療學系一百學年度第二學期教學計畫
肌內效貼紮與肌內效貼紮實習 (ELASTIC TAPING SKILLS)

	3. latissimus dorsi		
101/ 05/ 16	Group project report	1,2,3	2
101/ 05/ 23	Group project report	4,5,6	3