

國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 運動醫療 來源 聯合報 日期 96.12.15 版面 C一版

電療+運動 讓她瘦得健美

【記者洪敬法／台中報導】署立台中醫院推出「電療塑身」，躺著接受中頻電流刺激，肥滋滋的小腹、大腿、蝴蝶袖，就會逐漸縮小。醫師強調，電流刺激肌肉收縮，可加速分解脂肪，不過

得配合運動、均衡飲食，才能享「瘦」健美。

台中醫院中醫師翁淑雯說，脈衝調制中頻機在復健門診行之有年，透過電療來治療肌肉痠痛或運動傷害，也用來幫助中風患者

訓練肌力、避免肢體僵硬等，用來塑身、減肥很安全。

26歲梁姓女子體重81公斤、腰圍96公分，渾身圓滾滾的，嘗試不少減肥方法都沒有效果，1個月前她接受電療塑身，每周3次，每次40分鐘，將12個電極貼在小腹、大腿、上臂，接受中頻電流刺激，電療10次以後，已減重0.6公斤，腰圍縮小3公分。

