

按摩技術士技能檢定規範

70.12.16 台內職字第 51592 號公告
 82.4.28. 台勞職檢字第 23837 號修正公告
 95.02.17 勞中二字第 0950200138 號修正公告
 105 年 8 月 15 日勞動發能字第 1050509449 號令
 修正

級 別：丙級

工作範圍：從事人體按摩，消除疲勞與調理機能。

應具知能：應具備下列各項技能與相關知識。

工作項目	技能種類	技 能 標 準	相 關 知 識
一、基本手法	(一)輕擦法	能分別運用手指、指蹠、手掌及掌跟等，實施正確的輕擦。	瞭解各種基本手法要領及運作時應注意事項。
	(二)揉捏法	能分別運用手指、手掌、掌跟及手肘等，實施正確的揉捏。	
	(三)按壓法	能分別運用手指、手掌、掌跟及手肘等實施間歇性或持續性的正確按壓。	
	(四)扣打法	能分別運用拳打、切打、掌打、含氣打及柳手式等手法實施正確的扣打。	
	(五)震顫法	能分別運用雙指、雙拳、雙掌、拳掌、拳指、抓舉等震顫手法。	
	(六)曲手法	能在人體有關部位，正確運用車輪式、突手式、挫手式及橫手式等手法。	
	(七)運動法	能於各關節實施正確的屈伸、收展、迴旋及牽引等輔助運動。	

工作項目	技能種類	技能標準	相關知識
二、臨床應用	(一)頭部按摩	能運用各正確手法，按照一定時間，依序施予頭部各適宜部位。 1. 能運用正確的手法。 2. 能依一定的順序運作。 3. 能在正確的部位運作。 4. 能以適當的力量運作。	(1)瞭解各種疲勞成因，及其因應手法。 (2)瞭解適宜或不適宜按摩的各種疾患。 (3)瞭解運作前應有之準備，及運作中之應變措施。 (4)瞭解對接受按摩者的健康狀況，或某些症狀在運作時應採之手法。 (5)瞭解人體組織如骨骼、肌肉、循環、神經、消化、排泄和內分泌等系統的功能。 (6)瞭解經絡與穴位的應用。 (7)瞭解在運作過程中，雙方應有之姿態，及應行注意事項。
	(二)頸部按摩	能運用各正確的手法，按照一定時間，依序施予頸部各適宜部位。 1. 能運用正確的手法。 2. 能依一定的順序運作。 3. 能在正確的部位運作。 4. 能以適當的力量運作。	
	(三)肩、背部按摩	能運用各正確手法，按照一定時間，依序施予肩、背部各適宜部位。 1. 能運用正確的手法。 2. 能依一定的順序運作。 3. 能在正確的部位運作。 4. 能以適當的力量運作。	
	(四)胸、腹部按摩	能運用各正確手法，按照一定時間，依序施予胸、腹部各適宜部位。 1. 能運用正確的手法。 2. 能依一定的順序運作。 3. 能在正確的部位運作。 4. 能以適當的力量運作。	

工作項目	技能種類	技能標準	相關知識
	(五)腰、臀部按摩	能運用各正確手法，按照一定時間，依序施予腰、臀部各適宜部位。 1. 能運用正確的手法。 2. 能依一定的順序運作。 3. 能在正確的部位運作。 4. 能以適當的力量運作。	
	(六)上肢按摩	能運用各正確手法，按照一定時間，依序施予上肢各適宜部位。 1. 能運用正確的手法。 2. 能依一定的順序運作。 3. 能在正確的部位運作。 4. 能以適當的力量運作。	
	(七)下肢按摩	能運用各正確手法，按照一定時間，依序施予下肢各適宜部位。 1. 能運用正確的手法。 2. 能依一定的順序運作。 3. 能在正確的部位運作。 4. 能以適當的力量運作。	
	(八)統整按摩	能運用各正確手法，在規定時間內，依序完成全身統整按摩。 1. 能運用正確的手法。 2. 能依一定的順序運作。 3. 能在正確的部位運作。 4. 能以適當的力量運作。	
三、生理與衛生	(一)認知人體各器官	能瞭解並認識人體各器官的正確名稱、位置、構造與功能。	(1)瞭解人體各部骨骼、關節的構造及功能。

工作項目	技能種類	技能標準	相關知識
	(二)護理與衛生	能運作簡易之護理與衛生技術。	(2)瞭解人體各部肌肉的組織與功能。 (3)瞭解人體神經、循環、消化、排泄、內分泌、呼吸與感覺等系統的構成和功能。 (4)瞭解簡易之護理與公共衛生常識。
四、相關法規	瞭解相關法規	能瞭解按摩業的相關法規。	瞭解身心障礙者保護法及按摩業相關法規。

按摩技術士技能檢定規範

70.12.16.台內職字第 51592 號公告
 82.4.28.台勞職檢字第 23837 號修正公告
 95.02.17 勞中二字第 0950200138 號修正公告
 105 年 8 月 15 日勞動發能字第 1050509449 號令修正

級 別：乙級

工作範圍：從事人體按摩，紓解痛楚與復健功能。

應具知能：除應具備丙級技術士之各項技能、相關知識與職業素養外，並應兼具備下列各項技能與相關知識。

工作項目	技能種類	技 能 標 準	相 關 知 識
一、臨床應用	(一)瞭解痛楚原因	能瞭解痛楚之原因與徵象。	(1)瞭解各種痛楚之原因與徵象。 (2)瞭解各種解剖生理、臟腑經絡。
	(二)按摩手法	1. 神經痛按摩： 能按照規定，應用各正確手法、力量，在一定時間內，施於各適宜部位，分別紓解各種神經痛。 2. 神經麻痺症按摩： 能按照規定，應用各正確手法、力量，在一定時間內，施於各適宜部位，分別紓解各種神經麻痺。 3. 風濕痛按摩： 能按照規定，應用各正確手法、力量，在一定時間內，施於各適宜部位，分別紓解各種風濕痛。 4. 痙攣痛按摩： 能按照規定，應用各正	(1)瞭解按摩復健作用和原理。 (2)瞭解按摩復健的原則和復健手法。 (3)瞭解辨症增減手法，及在運作中各種應變措施。 (4)瞭解各種介質之功效與應用。

工作項目	技能種類	技能標準	相關知識
		<p>確手法、力量，在一定時間內，施於各適宜部位，分別紓解各種痙攣痛。</p> <p>5. 消化系統障礙按摩： 能按照規定，應用各正確手法、力量，在一定時間內，施於各適宜部位，分別紓解各種消化系統障礙。</p>	
二、功能訓練	功能訓練法	<p>1. 能指導各種功能訓練。</p> <p>2. 能做簡易之照護與衛生技術。</p>	<p>(1) 瞭解功能訓練的作用和原理。</p> <p>(2) 瞭解復健期間，患者應行注意事項。</p>

肆、按摩基本手法、名稱及常施部位對照說明

基本手法	應用手的部位 或手法名稱		運用方法	常施部位	附註
一、 輕 擦 法	手 指	拇 指 腹 輕 擦	以拇指腹擦體表。	手掌、手指、腳趾、手腳背等。	
		兩 指 腹 輕 擦	以拇指和食指輕挾擦之。	手指和腳趾。	
		四 指 腹 輕 擦	除拇指外，以其他四指腹擦之。	頭、頸、顏面、胸、腹和上下肢等。	
	指 髁 輕 擦	屈曲四指，以指髁擦之。	頸。		
	手 掌 輕 擦	以手掌密觸肌膚，略加按壓而擦之。	全身較廣闊部位。		
	掌 跟 輕 擦	以掌跟密觸肌膚，略加按壓而擦之。	腰、臀和大腿等。		
	二、 揉 捏 法	手 指	拇 指 腹 揉	以拇指腹略施輕壓而揉之。	頭、頸、肩、背、腰、臀、上下肢等。
兩 指 腹 揉 捏			以拇指和食指捏住肌肉揉之。	頸、跟腱、手指和腳趾等。	
四 指 腹 揉			以四指腹在體表肌肉揉之。	頭、頸、顏面、肩、背、胸、腹和上下肢等。	

基本手法	應用手的部位 或手法名稱	運用方法	常施部位	附註
	抓舉揉捏	以拇指和四指相對抓舉肌肉揉捏之。	頸、肩、腰、腹和上下肢等。	
	手掌揉	以手掌面密觸肌膚，揉之。	肩、背、臀、上下肢、胸和腹等。	
	掌跟揉	以掌跟密觸肌膚而揉之。	頭、肩、背、腰、臀、上下肢、腹部等。	
	手肘揉	以曲肘密觸肌膚而揉之。	肩、背、腰、臀等。	
三、 按 壓 法	手 指	拇指壓	以拇指施壓力。	全身各部位。
		兩指壓	以拇、食指或中、食兩指施壓與挾壓之。	頸、手掌、手指、腳趾和跟腱等。
		四指壓	以四指施壓力。	頭、頸、顏面、胸和腹等。
	手掌按壓	以掌心施壓力。	脊柱、胸、腹、腰和臀等。	
	掌跟按壓	以掌跟施壓力。	背、腰、臀和大腿等。	
	手肘按壓	曲肘部，以鷹嘴突向下壓。	肩、背、腰和臀等。	

基本手法	應用手的部位 或手法名稱	運用方法	常施部位	附註
四、扣打	拳打	微握拳，以小指側向體表搥之。	肩、背、腰、臀和上下肢等。	
	切打	雙掌合併伸直五指，以小指側擊體表。	頸、肩、背、腰、臀和上下肢等。	
	掌打	伸張五指掌心微陷，拍打體表。	肩、背、腰、臀、胸、腹等。	
	含氣打	兩掌合抱，以掌背輕搥體表。	肩、背、臀和上下肢等。	
	柳手式	五指下垂，搖動腕部，再以指頭輕觸體表掃散之。	頭。	
五、震顫	雙拳震顫	一拳按體表，另手握拳互擦指踝。	頭。	
	拳掌震顫	一掌按體表，另手握拳在指背擦之。	頭、胸、腹。	
	拳指震顫	一拳按體表，另手以食指插入拳內搖動之。	頭和後頸。	
	雙掌震顫	雙掌輕按體表，再予震顫。	胸、腹、腰。	
	雙指震顫	以雙手食指輕入耳道，再予震顫。	耳道。	
	抓舉震顫	雙手抓舉肌肉，再予震顫。	肩、頸、腹、腰和上下肢等。	

基本手法	應用手的部位 或手法名稱	運用方法	常施部位	附註
六、 曲 手 法	車輪式	四指微屈，輕至於體表，順序向前屈滾，如車輪前滾。	背、腰和臀等。	
	突手式	伸展五指，當四指觸擊體表時，手指內屈以指髁輕扣之，手指內抓碰擊掌心，使其發出響聲。	背、腰、臀和上下肢等。	
	挫手式	又名挫指節，可分為拇指和四指挫指節。將手指指腹輕放於體表，稍向下壓，以末節關節作急速屈伸搖動，使震動傳至施術部位。	頭、頸、肩、背、四肢等。	
	橫手式	伸展五指，以小指側觸擊體表，做前後搖動，並移動部位。	頸、肩、背、臀和上下肢等。	
七、 運 動 法	伸展頸部	做頸部前、後、左、右伸展動作。		
	迴旋頸部	緩緩做頸部迴旋動作。		
	肩部迴旋及內收	緩緩做肩關節迴旋及內收動作。		
	伸展上肢	做上肢各關節屈伸迴旋之動作。		
	牽引上肢	坐姿，應檢者立於前或後。雙手握手指掌部，緩緩地向前做對抗牽引，再抖動上肢。		

基本手法	應用手的部位 或手法名稱	運用方法	常施部位	附註
	屈膝屈髖 及迴旋	仰臥，應檢者居側。首先屈膝，一手握膝關節，另一手握腳踝上緣，緩緩向腹部推進。一手握膝關節，另一手握腳踝上緣，屈膝，緩緩做髖關節迴旋動作。		
	背伸下肢	俯臥位，應檢者立於側。一手按於腰部，另一手托住膝關節上緣，緩緩往上舉。		
	旋腰牽引	側臥位，應檢者居後方。施術者一手扶住被術者的肩部向後扳動，另一手扶住臀部大轉子附近前推，再以雙手同時稍微同力加壓，使腰部產生被動性的旋腰牽引運動。一側做完後，再施對側。		

伍、乙級按摩新增手法名稱及常施部位對照說明

手法名稱	運 用 方 法	常 施 部 位
搓 法	兩手手掌夾住肢體之一定部位，相對用力做方向相反的來回快速搓揉，及雙掌對揉的動作。	四肢及斜肋部
魚 際 擦 法	掌指併攏微曲成虛掌，用魚際及掌根部緊貼皮膚，做直線往返摩擦。	上肢和下肢
側 擦 法	手掌伸直，用小魚際緊貼皮膚，做直線來回摩擦。	肩、背、腰骶及下肢
肘 推 擦 法	曲肘，用鷹嘴突部著力向一定方向推進。	腰、背、脊柱兩側膀胱經及臀部
抹 法	用拇指螺紋面或手掌緊貼皮膚，做上下左右或弧形曲線往返推動。	頭面部、掌指部及腕腹部
撥法（彈撥法）	以拇指按壓局部肌肉、肌腱或經絡穴位，直至有酸脹感後，立即和肌纖維成垂直方向撥動。	肩、背、腰、臀、上肢、下肢等部位
彈 筋 法	拇指和食指指腹相對，緊捏肌肉和肌腱，先向上用力提拉，然後迅速放手，使其彈回，有如拉弓射箭狀。	肌肉、肌腱
碟 轉 掌 壓 法	用手掌平放於腹部，做緩慢柔和的順時針方向旋壓。著力點依照小魚際、掌跟、大魚際、四指指腹的次序反覆周旋。	腹部
點 法	用拇指指尖或指髁施力點壓穴位。	全身各穴位及骨縫