

每天症狀反覆或持續發作，近乎或者是24小時稱為重症，重症患者不但筋傷嚴重，而且體質極寒，但筋傷如果不先處理，有時熱源難以吸收，反而出現各種假熱症狀。

一、嚴重筋傷的處理：重症患者，一天按推兩次，特殊個案可增加次數，力道由輕而重，以患者能承受為宜。前20天如按推後有劇烈疼痛，亦屬正常，仍須堅持，疼痛感自會逐漸減輕，按推同時宜進行溫敷。

二、極寒體質的處理：熱源使用要以溫暖舒服為宜

1. 外熱源：24小時溫敷，睡覺時用電熱毯，若感覺悶熱，可在電毯上放加熱紅豆袋，起床隨時背上加熱紅豆袋，若背紅豆袋太沈重，不堪負荷，亦可改用暖暖包之類，並且注意周遭環境，隨時調整室內溫度。

2. 內熱源：可分濃薑湯及溫熱飲食

A. 濃薑湯材料以瘦小土薑為主，十兩生薑片加10碗水煮，大火煮開後改小火熬成三碗，分六次溫熱服用，每兩小時喝半碗，薑片可視個別情況增加到十六兩。

B. 溫熱飲食：三餐煮菜要多加薑、辣椒、胡椒、花椒、咖哩之類，可多吃麵食及堅果，如饅頭、麵條及腰果等。

三、適量運動：上述按推及熱源使用，若無運動配合，終將失敗。運動時身體要放鬆，緩慢調息，當病情改善，體力好轉，最好一天運動達2—3小時。

四、放鬆心情：重症患者，情緒容易低落，更應開闊心胸，澄清思慮，感恩一切，若有宗教信仰更好。

五、適時休息：重症患者宜早睡，不可勞累，並且杜絕房事。