

上海市卫生局 编

# 上海市中医病证 护理常规

(第2版)



SHANGHAISHI  
ZHONGYI BINGZHENG  
HULI CHANGGUI

上海中医药大学出版社

# 上海市中医病证护理常规

(第 2 版)

上海市卫生局 编

上海中医药大学出版社

责任编辑 王德良  
技术编辑 徐国民  
责任校对 郁 静  
封面设计 王 磊  
出版人 朱邦贤

**图书在版编目(CIP)数据**

上海市中医病证护理常规/上海市卫生局编. — 2  
版. — 上海: 上海中医药大学出版社, 2004. 5  
ISBN 7-81010-797-6

I. 上... II. 上... III. 中医学: 护理学-技术操  
作规程-上海市 IV. R248-65

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 025191 号

**上海市中医病证护理常规(第 2 版)**

上海市卫生局 编

上海中医药大学出版社出版发行

(<http://www.tcmonline.com.cn>)

(上海浦东新区蔡伦路 1200 号

邮政编码 201203)

新华书店上海发行所经销 南京展望文化发展有限公司排版

上海新华印刷有限公司印刷

开本 850 mm×1168 mm 1/16 印张 29.5 字数 852 千字

印数 1—4100 册

版次 2004 年 5 月第 1 版

印次 2004 年 5 月第 1 次印刷

ISBN 7-81010-797-6/R·759

定价 70.00 元

(本书如有印刷、装订问题,请寄回本社出版科,或电话 021-51322545 联系)

## 《上海市中医病证护理常规》编委会

名 誉 主 编 张镜人 裘沛然 颜德馨

主 编 刘国华 张明岛

副 主 编 范燕萍 吴 霞 彭佳珍 季伟苹 方松春

名 誉 主 审 张镜人 裘沛然 颜德馨

主 审 范燕萍 吴 霞

编 委 (按姓氏笔画为序)

方松春 孙行军 刘国华 朱建平 劳素英 吴国华

吴 霞 张明岛 张雅丽 张翠娣 张镜人 陆金根

陆静波 周文琴 周俭美 季伟苹 赵善祥 范燕萍

钱玉华 顾晓红 顾 嫵 黄琴峰 彭佳珍 虞坚尔

裘沛然 颜德馨

编写办公室 钱玉华 顾 嫵 劳素英 顾晓红 周俭美

## 《上海市中医病证护理常规》编写人员

(按姓氏笔画为序)

|     |     |     |     |     |     |     |     |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 王 珏 | 王 嫻 | 王雪文 | 叶如美 | 叶 靖 | 印丽萍 | 乔 琼 | 孙 杰 |
| 朱建平 | 严小蓓 | 劳素英 | 吴继萍 | 吴蔚翀 | 吴 霞 | 宋云梅 | 张华春 |
| 张梅芳 | 张雅丽 | 张翠娣 | 张黎华 | 李丽蓉 | 李 娟 | 汪燕萍 | 沈麒云 |
| 杨 琼 | 陆金玲 | 陆静波 | 陈蓓蓓 | 周文琴 | 周俭美 | 范燕萍 | 郑凯中 |
| 胡晓蓉 | 徐 俐 | 翁怡芳 | 钱玉华 | 钱莉俊 | 顾晓红 | 顾 嫵 | 高 静 |
| 高毓蕾 | 曹志英 | 曹菊香 | 彭佳珍 | 彭 莹 | 蔡国芳 | 蔡俊萍 | 潘林芳 |

# 前 言

《上海市中医病证护理常规》(以下简称《护理常规》)在上海市卫生局领导以及各位专家的关心、指导下,当时作为《上海市中医病证诊疗常规》姐妹篇初版于1999年。4年多的临床实践证明,这部《护理常规》不仅切实可行,而且在推进、发展本市中医护理学科建设、规范和指导中医护理工作具有实际意义,作为广大中医护理人员的一本临床实用工具书,在促进中医护理水平提高和突出中医护理特色发挥了较大作用。

本次再版修订,在全面总结《护理常规》推广以来所积累的经验基础上,本着“巩固成果、适当补充”的原则,根据近年来中西医护理学的进展,对原有尚不够完善的内容进行必要的修改、补充。期间,受上海市卫生局的委托,由上海市中医护理协作中心负责牵头,4个网络组长单位(龙华医院、曙光医院、岳阳医院、上海市中医医院)组织20多位临床第一线护理同仁和资深专家经过7个多月的时间,几次修稿而成。在修订之初的编委会议上明确要求,本次修订以《医疗事故处理条例》为背景,强化法律、法规意识,使修订后的《护理常规》体现了代表性、科学性、广泛性、可操作性的中医护理特色,以使之在临床上得到更好地推广、应用,并有利于中医临床护理水平的进一步提高。在进行了3次认真讨论,提出修改补充意见后形成二稿。随后又经编委会组织2次统稿、审稿,最后完成终审稿。本次再版对原有11个学科204个病证进行复议论证,并新增了96个病证,共计80余万字。

2003年是一个不平凡的一年,“非典”肆虐、创百年高温,但各位参与此项工作者均以“发展中医护理学科,提高中医护理内涵”为历史使命,克服种种困难,昼夜伏案,齐心协力,反复研讨;尤其是中医护理前辈吴霞、彭佳珍2位专家始终参与讨论、修改、审稿,并给予了热忱的指导和支持。在整个修订工作中,上海市卫生局领导亲临关怀、具体指导,给予了极大支持。

继往开来,任重而道远,中医护理事业的发展需要几代人的努力,本次修订依然是继续探索,还存在很多不足之处,尚祈护理界同仁们在使用中提出宝贵意见和建议,不断充实和完善,为提高中医护理水平,发展中医护理事业共同努力。

编者

2003年12月

## 使用说明

1. 《上海市中医病证护理常规》(以下简称《护理常规》)涵盖中医内科、外科、妇科、儿科、眼科、耳鼻喉科、肛肠科、皮肤科、骨伤科、针灸科、推拿科等 11 个学科。

2. 本《护理常规》所选病种为常见病、多发病。

3. 本《护理常规》编写、修订原则是:坚持中医方向,贯彻中西医结合的方针;尊重《中医护理常规、护理文书书写、技术操作规程》的行业标准,参照《中华人民共和国中医药行业标准·中医病证诊断疗效标准》,并与上海市卫生局《上海市中医病证诊疗常规》(第 2 版)相互配套,以常见病、多发病为主,结合上海的实际情况,注重临床护理的实用性,以帮助护理人员了解国家标准和国家中医药管理局行业标准,便于参照执行。

4. 本《护理常规》的体例结构分证候分类与治则、一般护理、辨证施护、并发症护理、健康教育等 5 个部分。

5. 本《护理常规》突出中医辨证施护的优势,紧密结合现代护理发展趋势,重视健康教育内容。

6. 根据上海市卫生局有关通知的规定,上海市各级中医、中西医结合医院及综合性医院中医科在中医临床护理实践中,原则上应按本《护理常规》进行临床护理操作。

7. 中医护理学作为一门学科在不断发展和提高,现代护理学也在迅速发展,本《护理常规》内容难免有不足之处,恳请广大护理人员在临床实践中,提出宝贵意见和建议,使之不断充实、完善和提高。

## 修 订 说 明

《上海市中医病证护理常规》(以下简称《护理常规》)初版于 1999 年 10 月,出版以来已 4 年有余。为了更好地贯彻《中华人民共和国中医药条例》及《上海市中医发展条例》,作为与《上海市中医病证诊疗常规》姐妹篇,根据上海市卫生局的要求,并征集了各有关方面的意见,于今年年初开始对其进行修订,历时半载,完成了第 2 版的修订稿,并正式付梓出版。

《护理常规》(第 2 版)所涵盖范围仍为 11 个学科,在原有 204 个常见病证的基础上新增加了 96 个病证,并对原有的病证进行了必要的修订,特别对病情观察、辨证施护、健康教育等内容进行了详细修订,使之更为全面、准确、完善。

这次修订所谨守的各项原则和标准延续了初版编写大纲的要求,并尽可能与当前护理学科发展及管理现状与需要相结合,以期在规范化方面更切合实际。中医护理事业的发展,还须我们不断努力,不断完善和充实,因此,本次修订依然是继续探索完善的过程,还存在不足之处,尚祈广大中医和中西医结合护理同道在使用过程中提出宝贵意见和建议,共同努力,使之不断完善与提高。

# 目 录

## 中医内科病证护理常规

|           |    |              |     |
|-----------|----|--------------|-----|
| 感冒.....   | 1  | 石淋.....      | 61  |
| 咳嗽.....   | 3  | 膏淋.....      | 63  |
| 肺热病.....  | 5  | 血尿.....      | 64  |
| 肺痈.....   | 7  | 癃闭.....      | 65  |
| 肺胀.....   | 9  | 关格.....      | 66  |
| 肺痿.....   | 11 | 消渴.....      | 67  |
| 咯血.....   | 13 | 瘵证.....      | 69  |
| 悬饮.....   | 14 | 自汗、盗汗.....   | 71  |
| 喘证.....   | 16 | 郁证.....      | 72  |
| 哮证.....   | 18 | 癲证.....      | 74  |
| 胃脘痛.....  | 20 | 痢证.....      | 76  |
| 呕吐.....   | 23 | 头风.....      | 78  |
| 噎膈.....   | 25 | 眩晕.....      | 79  |
| 呃逆.....   | 26 | 中风.....      | 81  |
| 腹痛.....   | 28 | 颤证.....      | 83  |
| 泄泻.....   | 30 | 痴呆.....      | 84  |
| 痢疾.....   | 31 | 风湿痹.....     | 85  |
| 湿阻.....   | 33 | 骨痹.....      | 87  |
| 湿温.....   | 34 | 痛风.....      | 89  |
| 吐血.....   | 36 | 皮痹.....      | 90  |
| 便血.....   | 38 | 痿证.....      | 92  |
| 紫癜.....   | 39 | 内伤发热.....    | 93  |
| 心悸.....   | 41 | 慢性支气管炎.....  | 95  |
| 胸痹心痛..... | 43 | 病毒性心肌炎.....  | 97  |
| 胁痛.....   | 45 | 冠心病心绞痛.....  | 99  |
| 积证.....   | 47 | 高血压病.....    | 101 |
| 聚证.....   | 48 | 充血性心力衰竭..... | 103 |
| 胆胀.....   | 49 | 慢性胃炎.....    | 105 |
| 黄疸.....   | 51 | 消化性溃疡.....   | 107 |
| 水臌.....   | 52 | 急性肝炎.....    | 109 |
| 痉证.....   | 54 | 慢性肝炎.....    | 110 |
| 厥证.....   | 56 | 肝硬化.....     | 112 |
| 水肿.....   | 58 | 肠易激综合征.....  | 113 |
| 热淋.....   | 60 | 溃疡性结肠炎.....  | 115 |

|                  |     |              |     |
|------------------|-----|--------------|-----|
| 慢性肾炎·····        | 117 | 高脂血症·····    | 128 |
| 慢性肾功能衰竭·····     | 119 | 系统性红斑狼疮····· | 129 |
| 白细胞减少·····       | 121 | 肺癌·····      | 132 |
| 特发性血小板减少性紫癜····· | 122 | 胃癌·····      | 134 |
| 再生障碍性贫血·····     | 123 | 肝癌·····      | 137 |
| 慢性粒细胞性白血病·····   | 125 | 肠癌·····      | 139 |
| 甲状腺功能亢进症·····    | 126 | 附录一·····     | 142 |

### 中医外科病证护理常规

|            |     |           |     |
|------------|-----|-----------|-----|
| 疔·····     | 145 | 乳核·····   | 169 |
| 颜面部疔疮····· | 146 | 乳衄·····   | 170 |
| 手部疔疮·····  | 147 | 乳岩·····   | 171 |
| 红丝疔·····   | 148 | 肉瘰·····   | 173 |
| 痰毒·····    | 149 | 瘰癧·····   | 174 |
| 丹毒·····    | 151 | 子痈·····   | 176 |
| 有头疽·····   | 152 | 精浊·····   | 177 |
| 发颐·····    | 154 | 筋疔·····   | 178 |
| 流注·····    | 156 | 囊痈·····   | 180 |
| 附骨疽·····   | 157 | 精癥·····   | 181 |
| 瘰癧·····    | 159 | 水火烫伤····· | 182 |
| 流痰·····    | 160 | 毒蛇咬伤····· | 184 |
| 乳痈·····    | 162 | 脱疽·····   | 186 |
| 粉刺性乳痈····· | 164 | 臁疮·····   | 189 |
| 乳癆·····    | 166 | 青蛇毒·····  | 190 |
| 乳癖·····    | 167 | 股肿·····   | 192 |
| 乳疔·····    | 168 | 附录二·····  | 194 |

### 中医妇科病证护理常规

|             |     |              |     |
|-------------|-----|--------------|-----|
| 月经先期·····   | 196 | 妊娠恶阻·····    | 212 |
| 月经过多·····   | 197 | 异位妊娠·····    | 213 |
| 痛经·····     | 198 | 胎漏、胎动不安····· | 215 |
| 闭经·····     | 199 | 滑胎·····      | 216 |
| 热入血室·····   | 201 | 胎萎不长·····    | 218 |
| 崩漏·····     | 202 | 子肿·····      | 219 |
| 经行发热·····   | 204 | 子淋·····      | 220 |
| 经行头痛·····   | 205 | 转胞·····      | 221 |
| 经行泄泻·····   | 206 | 产后血崩·····    | 222 |
| 绝经前后诸症····· | 207 | 产后恶露不绝·····  | 223 |
| 石瘕·····     | 208 | 产后发热·····    | 224 |
| 血瘕·····     | 209 | 产后汗证·····    | 225 |
| 带下病·····    | 211 | 产后身痛·····    | 226 |

|             |     |          |     |
|-------------|-----|----------|-----|
| 产后乳汁自出····· | 228 | 阴疮·····  | 232 |
| 阴挺·····     | 229 | 阴痒·····  | 233 |
| 不孕症·····    | 230 | 附录三····· | 236 |
| 盆腔炎·····    | 231 |          |     |

### 中医儿科病证护理常规

|             |     |                  |     |
|-------------|-----|------------------|-----|
| 感冒·····     | 238 | 性早熟·····         | 269 |
| 哮喘·····     | 240 | 夏季热·····         | 270 |
| 肺炎喘嗽·····   | 242 | 佝偻病·····         | 271 |
| 鹅口疮·····    | 244 | 过敏性紫癜·····       | 273 |
| 口疮·····     | 246 | 特发性血小板减少性紫癜····· | 275 |
| 呕吐·····     | 247 | 皮肤黏膜淋巴结综合征·····  | 276 |
| 腹痛·····     | 249 | 麻疹·····          | 278 |
| 小儿胃炎·····   | 251 | 风痧·····          | 281 |
| 泄泻·····     | 252 | 丹痧·····          | 282 |
| 厌食·····     | 255 | 水痘·····          | 284 |
| 疳证·····     | 256 | 疟腮·····          | 286 |
| 病毒性心肌炎····· | 258 | 暑温·····          | 288 |
| 汗证·····     | 261 | 顿咳·····          | 290 |
| 多动症·····    | 262 | 传染性单核细胞增多症·····  | 292 |
| 水肿·····     | 263 | 胎黄·····          | 294 |
| 遗尿·····     | 266 | 附录四·····         | 296 |
| 尿路感染·····   | 267 |                  |     |

### 中医眼科病证护理常规

|           |     |                |     |
|-----------|-----|----------------|-----|
| 针眼·····   | 297 | 圆翳内障·····      | 309 |
| 睑弦赤烂····· | 298 | 视瞻昏渺·····      | 311 |
| 暴风客热····· | 299 | 视直如曲·····      | 312 |
| 天行赤眼····· | 300 | 青盲·····        | 313 |
| 火疳·····   | 301 | 视网膜中央动脉阻塞····· | 314 |
| 聚星障·····  | 303 | 视网膜中央静脉阻塞····· | 315 |
| 凝脂翳·····  | 304 | 视网膜静脉周围炎·····  | 316 |
| 瞳神紧小····· | 306 | 急性视神经炎·····    | 317 |
| 绿风内障····· | 307 | 附录五·····       | 319 |
| 青风内障····· | 308 |                |     |

### 中医耳鼻喉科病证护理常规

|           |     |         |     |
|-----------|-----|---------|-----|
| 耳胀耳闭····· | 320 | 鼻槁····· | 325 |
| 脓耳·····   | 321 | 鼻鼈····· | 326 |
| 耳聋·····   | 322 | 鼻渊····· | 327 |
| 鼻塞·····   | 324 | 鼻衄····· | 329 |

|          |     |          |     |
|----------|-----|----------|-----|
| 急喉痹····· | 331 | 梅核气····· | 337 |
| 慢喉痹····· | 332 | 喉咳·····  | 338 |
| 急乳蛾····· | 333 | 颌颞岩····· | 339 |
| 慢乳蛾····· | 334 | 口疮·····  | 341 |
| 急喉痞····· | 335 | 附录六····· | 343 |
| 慢喉痞····· | 336 |          |     |

### 中医肛肠科病证护理常规

|               |     |            |     |
|---------------|-----|------------|-----|
| 内痔·····       | 344 | 直肠息肉·····  | 352 |
| 外痔·····       | 346 | 直肠脱垂·····  | 353 |
| 混合痔·····      | 347 | 肛门湿疹·····  | 354 |
| 肛裂·····       | 348 | 肛管直肠癌····· | 355 |
| 肛门直肠周围脓肿····· | 349 | 附录七·····   | 357 |
| 肛痿·····       | 350 |            |     |

### 中医皮肤科病证护理常规

|          |     |          |     |
|----------|-----|----------|-----|
| 黄水疮····· | 358 | 蛇串疮····· | 362 |
| 圆癣·····  | 359 | 热疮·····  | 364 |
| 脚湿气····· | 360 | 附录八····· | 366 |

### 中医骨伤科病证护理常规

|              |     |                 |     |
|--------------|-----|-----------------|-----|
| 锁骨骨折·····    | 367 | 跖骨骨折·····       | 388 |
| 肱骨外髁颈骨折····· | 368 | 胸、腰椎骨折·····     | 389 |
| 肱骨髁上骨折·····  | 369 | 颞颌关节脱位·····     | 391 |
| 肱骨干骨折·····   | 370 | 肩关节脱位·····      | 392 |
| 肱骨髁间骨折·····  | 371 | 肘关节脱位·····      | 393 |
| 肱骨外髁骨折·····  | 372 | 指间关节脱位·····     | 393 |
| 尺骨鹰嘴骨折·····  | 373 | 髋关节后脱位·····     | 394 |
| 尺桡骨干双骨折····· | 374 | 落枕·····         | 394 |
| 桡骨下端骨折·····  | 375 | 颈椎病·····        | 395 |
| 股骨颈骨折·····   | 375 | 肩关节周围炎·····     | 397 |
| 股骨粗隆间骨折····· | 378 | 肱骨外上髁炎·····     | 398 |
| 股骨干骨折·····   | 379 | 屈指肌腱狭窄性腱鞘炎····· | 399 |
| 髌骨骨折·····    | 381 | 急性腰扭伤·····      | 400 |
| 胫骨平台骨折·····  | 382 | 腰椎间盘突出症·····    | 400 |
| 胫腓骨干骨折·····  | 383 | 腰椎椎管狭窄症·····    | 402 |
| 踝关节骨折·····   | 384 | 股骨头缺血性坏死·····   | 404 |
| 距骨骨折·····    | 385 | 附录九·····        | 406 |
| 跟骨骨折·····    | 386 |                 |     |

## 中医针灸科病证护理常规

|             |     |            |     |
|-------------|-----|------------|-----|
| 感冒·····     | 408 | 中风·····    | 418 |
| 咳嗽·····     | 409 | 急性腰扭伤····· | 419 |
| 肩关节周围炎····· | 410 | 偏头痛·····   | 419 |
| 泄泻·····     | 411 | 鼻渊·····    | 420 |
| 胸痹心痛·····   | 412 | 耳鸣、耳聋····· | 421 |
| 痿证·····     | 413 | 头风·····    | 422 |
| 癰闭·····     | 414 | 眩晕·····    | 423 |
| 风湿痹·····    | 415 | 便秘·····    | 424 |
| 痛经·····     | 416 | 郁证·····    | 425 |
| 胃脘痛·····    | 417 | 附录十·····   | 427 |

## 中医推拿科病证护理常规

|             |     |                |     |
|-------------|-----|----------------|-----|
| 小儿肌性斜颈····· | 428 | 颈椎病·····       | 440 |
| 积滞病·····    | 429 | 颈椎间盘突出症·····   | 442 |
| 脑性瘫痪·····   | 430 | 寰枢关节半脱位·····   | 443 |
| 冠心病·····    | 431 | 急性腰扭伤·····     | 444 |
| 高血压病·····   | 432 | 腰肌劳损·····      | 445 |
| 中风康复·····   | 434 | 腰椎间盘突出症·····   | 446 |
| 头痛·····     | 435 | 后天性脊椎滑脱·····   | 448 |
| 颈性眩晕·····   | 436 | 髋髂关节扭伤与劳损····· | 449 |
| 泄泻·····     | 437 | 附录十一·····      | 451 |
| 痛经·····     | 439 |                |     |

# 中医内科病证护理常规

## 1 感冒

感冒系外感时邪,客于肺卫所致,以恶寒、发热、鼻塞、流涕、咳嗽、头身酸痛为主要临床表现。

### 1.1 证候分类与治则

1.1.1 风寒束表:恶寒发热,无汗,头痛身疼,鼻塞流清涕,喷嚏。舌苔薄白,脉浮紧或浮缓。治宜辛温解表。

1.1.2 风热犯表:发热,恶风,头胀痛,鼻塞流黄涕,咽痛咽红,咳嗽。舌边尖红,舌苔白或微黄,脉浮数。治宜辛凉解表。

1.1.3 暑湿袭表:见于夏季,头昏胀痛,鼻塞流涕,恶寒发热,或热势不扬,无汗或少汗,胸闷泛恶。舌苔黄腻,脉濡数。治宜清暑祛湿解表。

#### 1.1.4 体虚感冒

1.1.4.1 气虚感冒:感冒反复,恶寒较甚,发热,无汗或自汗,身楚倦怠,咳嗽,咯痰无力。舌苔淡白,脉浮无力。治宜益气解表。

1.1.4.2 阴虚感冒:身热,微恶风寒,少汗,头昏,心烦口干,干咳痰少。舌质红,少苔,脉细数。治宜滋阴解表。

#### 1.1.5 兼证

1.1.5.1 夹湿:兼见头重体倦,胸闷泛恶,口淡纳呆。舌苔腻,脉濡。治宜燥湿和中。

1.1.5.2 夹滞:兼见胸闷胁痛或脘腹胀满,嗳气食少。舌苔厚腻,脉滑。治宜理气宽胸。

### 1.2 一般护理

1.2.1 环境与休息:病室宜安静、整洁,每日定时开窗通风,减少探视,注意休息。时行感冒患者要按呼吸道传染病予以隔离。

1.2.2 情志护理:向患者介绍该病的发生与转归,使之思想上既不轻视感冒,又不顾虑重重,从而积极配合治疗。

1.2.3 饮食护理:宜清淡、易消化的流质、半流质,多饮水,多食水果、蔬菜,保持大便通畅。忌油腻、辛辣及酸性食物,戒烟、酒。

1.2.4 用药护理:中药汤剂一般宜温服,发表邪的中药宜武火轻煎、热服。服药后宜稍加衣被,促使患者微微汗出;汗出后应及时用毛巾擦干汗液,更换内衣,尤应避风。

#### 1.2.5 病情观察

1.2.5.1 应定时测量体温,观察热型变化,体温较高者应卧床休息。若患者高热持续不退,或体温大起大落,或持续性潮热,均应及时、正确记录,并报告医师。

1.2.5.2 一般患者无汗或出汗不多,服发散药后可微微汗出,热解后汗止。若年老体虚、大汗淋漓,应注意有无虚脱;如汗出热不解者,应注意有无合并症,及时报告医师。

1.2.5.3 发热患者脉象为浮数,病情好转时脉象应转为平和之缓脉。若体温与脉象不相符,如热解后而脉象仍浮数或洪大时,应及时报告医师,并遵医嘱协助处理。

1.2.5.4 发热时偶有谵妄,若出现持续神昏或精神不振,应属危重之象,立即报告医师。须加强口腔护理,餐前、餐后可用中西药药液漱口,防止口腔感染。

### 1.3 辨证施护

#### 1.3.1 风寒束表证

1.3.1.1 室温宜稍高,注意保暖,避免直接吹风。

1.3.1.2 饮食宜清淡、易消化,可适度进食辛味发散食物,多饮热开水,或服用红糖茶,使微微汗出。

1.3.1.3 辛温解表汤剂应热服,服后盖被安卧,并进热饮或稀粥;恶寒重者可服用生姜茶、胡椒茶,以助汗出。

1.3.1.4 高热无汗者可饮生姜红糖茶,或用风油精外擦太阳、迎香等穴,以助汗出。

1.3.1.5 鼻塞、涕多者,可用热毛巾反复热敷鼻额部,或遵医嘱配合针刺、推拿疗法。

#### 1.3.2 风热犯表证

1.3.2.1 高热口渴,应鼓励多饮凉开水、清凉饮料,或以鲜芦根煎水代茶。

1.3.2.2 注意病情变化,须防大汗亡阳与伤津耗液。汗多衣湿,汗止后擦干汗液,并更换衣被,以免复感外邪。

1.3.2.3 鼻塞灼热,涕黄者,不宜热敷,可遵医嘱配合针刺迎香穴。

#### 1.3.3 暑湿袭表证

1.3.3.1 病室宜凉爽,避免潮湿。

1.3.3.2 饮食以清淡的流质为宜,如米汤、藕粉羹,多饮水或清凉饮料,忌食油腻之品。

1.3.3.3 头身困重疼痛者,可配合刮痧疗法,或按揉太阳、风池等穴。

#### 1.3.4 体虚感冒证

1.3.4.1 气虚者应避风寒,卧床静养。

1.3.4.2 阴虚者,室温宜偏低,但不宜吹风,少活动,多休息。

1.3.4.3 可配合医师予艾灸治疗。

#### 1.3.5 兼证

1.3.5.1 夹湿证:保持室内干燥。发热、汗出不解者,可用藿香、佩兰泡茶饮服。

1.3.5.2 夹滞证:胃肠道症状较重者,应注意饮食卫生,或遵医嘱配合刮痧疗法。

### 1.4 并发症护理

#### 1.4.1 肺炎

1.4.1.1 及时了解患者的心理状态,解释病情并安慰患者,使之正确认识疾病的发生、发展,消除顾虑,树立战胜疾病的信心。

1.4.1.2 给予高热量、高蛋白饮食,鼓励多饮水,病情危重高热者可给清淡、易消化的流质、半流质。

1.4.1.3 严密观察患者的生命体征及咳嗽、咯痰、胸痛等情况。胸痛剧咳者可取半卧位或患侧卧位,或遵医嘱给服镇静剂。有呼吸困难或紫绀时,遵医嘱予氧气吸入,取半卧位。

1.4.1.4 注意痰液的色、质、量变化。

#### 1.4.2 病毒性心肌炎

1.4.2.1 加强情志护理,避免焦虑或情绪激动,以免增加心脏负担。

1.4.2.2 给予营养丰富、易消化的食物,多食新鲜蔬菜及水果;宜少量多餐,避免过饱或刺激性食物;心力衰竭者可予低盐饮食。

1.4.2.3 密切观察心律、心率、脉搏、血压、呼吸等变化。急性期加强生活护理,告知患者绝对卧床休息的重要性。

## 1.5 健康教育

1.5.1 慎起居,避风寒,劳逸适度,养成良好卫生习惯。

1.5.2 提倡用冷水洗脸,冷敷鼻部,以增强机体耐寒能力。

1.5.3 感冒流行期间,应少去公共场所,保持室内空气流通,室内可用食醋熏蒸,或燃点苍术、艾叶消毒等;也可适当服用板蓝根冲剂、贯众汤,夏季可用藿香、佩兰、薄荷泡茶饮服,以预防感冒。气候变化时要及时增减衣服,避免淋雨受凉。

## 2 咳嗽

咳嗽由邪客肺系,肺失宣肃,肺气不清所致,以咳嗽、咯痰为主要症状。多见于急性支气管炎、慢性支气管炎等。

### 2.1 证候分类与治则

2.1.1 风寒袭肺:咳嗽声重,咯痰稀薄色白,恶寒,或有发热,无汗。舌苔薄白,脉浮紧。治宜疏风散寒,宣肺止咳。

2.1.2 风热犯肺:咳嗽气粗,咯痰黏白或黄,咽痛或咳声嘶哑,或有发热,微恶风寒,口微渴。舌尖红,舌苔薄白或黄,脉浮数。治宜疏风清热,宣肺化痰。

2.1.3 燥邪伤肺:干咳少痰,咯痰不爽。①燥邪与风热并见的温燥证,可见鼻咽干燥,口干。舌尖红,舌苔薄黄少津,脉细数。②燥邪与风寒并见的凉燥证,可见恶寒发热,头痛,无汗。舌苔薄白而干,脉浮数。温燥证治宜疏风清肺,润肺止咳。凉燥证治宜散寒解表,温润止咳。

2.1.4 痰热壅肺:咳嗽气粗,痰多稠黄,烦热口干。舌质红,舌苔黄腻,脉滑数。治宜清热化痰,肃肺止咳。

2.1.5 肝火犯肺:咳呛气逆阵作,咳时胸胁引痛,甚则咯血。舌质红,舌苔薄黄少津,脉弦数。治宜清肺平肝,顺气降火。

2.1.6 痰湿蕴肺:咳声重浊,痰多色白,晨起为甚,胸闷脘痞,纳少。舌苔白腻,脉滑。治宜健脾燥湿,化痰止咳。

2.1.7 肺阴亏虚:咳久痰少,咯吐不爽,痰黏或夹血丝,咽干口燥,手足心热。舌质红少苔,脉细数。治宜滋阴润肺,止咳化痰。

2.1.8 肺气亏虚:病久咳声低微,咳而伴喘,咯痰清稀色白,食少,气短胸闷,神倦乏力,自汗畏寒。舌淡嫩,舌苔白,脉弱。治宜补肺益气,止咳化痰。

### 2.2 一般护理

2.2.1 环境与休息:保持室内安静,定时开窗通风。咳嗽剧烈者,应卧床休息,痰多者取侧卧位,并经常更换体位,促使痰液排出,必要时可协助翻身拍背。咳嗽兼喘者,取半卧位。

2.2.2 情志护理:内伤久咳,缠绵反复,易产生忧虑情绪,应做好开导、劝解工作,解除顾虑。

2.2.3 饮食护理:予清淡、易消化、富有营养的饮食。鼓励多饮水,以保持呼吸道湿润,有利于痰液的排出。忌食辛辣、刺激、过咸、过甜、油腻之品。

2.2.4 用药护理:中药汤剂一般宜温服。咳甚影响休息者,遵医嘱服用镇静剂。

### 2.2.5 病情观察

2.2.5.1 观察咳嗽的声音、时间、特点,痰液的性质、量、黏稠度、颜色、气味、有无分层等。剧烈咳嗽时须防止晕厥发生。

2.2.5.2 痰多咳嗽无力者应协助翻身、拍背,以助排痰,必要时可用吸引器吸痰。咳甚时可遵医嘱配合针灸、拔罐和中西药物雾化吸入等治疗方法,以利止咳祛痰。或用生梨1个,去皮、心,加冰糖适量,蒸熟后服用,以助化痰止咳。咳痰多,呼吸有臭味者,应加强口腔护理,可用中西药药液漱口。

2.2.5.3 呼吸困难者可取半卧位,遵医嘱予氧气吸入。

## 2.3 辨证施护

### 2.3.1 风寒袭肺证

2.3.1.1 注意观察寒热的轻重和舌苔、脉象的变化。注意保暖,有恶寒发热时应卧床休息。

2.3.1.2 饮食宜清淡、辛散,可适当食用温性调味品如生姜、胡椒、葱等。忌食生冷、肥甘、厚腻、腌制等易滋痰生湿之品。

2.3.1.3 解表汤药不宜久煎,宜温热服用,或用生姜、红糖、红枣加水适量,煎后热服,盖被取微汗。咳甚时可遵医嘱配合针灸治疗。

### 2.3.2 风热犯肺证

2.3.2.1 鼓励患者多食新鲜蔬菜、水果,多饮水。忌食荤腥、刺激之品,戒烟、酒。

2.3.2.2 服药后观察体温、汗出情况。

2.3.2.3 鼻塞流黄涕者,可按揉迎香穴,但不宜热敷;咽痛者可遵医嘱含服润喉片,或局部喷药,或中西药物超声雾化吸入;咳嗽不止者,可用金银花、枇杷叶泡水代茶饮。

2.3.2.4 观察病情变化,如高热不退,咳嗽加剧,并伴有胸痛等症状,提示有肺炎可能,应及时报告医师。

### 2.3.3 燥邪伤肺证

2.3.3.1 病室宜通风、凉爽、湿润。

2.3.3.2 可食藕、梨、荸荠、甘蔗等清凉、润肺之品。

2.3.3.3 汤药宜武火轻煎,偏凉服用,服后卧床休息片刻。干咳、少痰、黏稠难咳出者,遵医嘱可给予中西药物超声雾化吸入。口干燥者可遵医嘱予梨膏、川贝粉开水冲后温服。

### 2.3.4 痰热壅肺证

2.3.4.1 室内宜凉爽、通风。

2.3.4.2 可多食丝瓜、冬瓜等清热化痰之品,鼓励多饮水或瓜果汁。

2.3.4.3 遵医嘱可服竹沥油、川贝粉等。

### 2.3.5 肝火犯肺证

2.3.5.1 加强情志护理,避免情绪过激。

2.3.5.2 饮食宜温凉,可食绿豆百合粥、鲜藕汁等清热生津之品。

### 2.3.6 痰湿蕴肺证

2.3.6.1 病室宜温暖、干燥、通风。

2.3.6.2 可食白扁豆、薏苡仁等健脾利湿化痰之品,可常用陈皮泡茶饮。忌肥甘、甜腻、辛辣、过咸食物。

### 2.3.7 肺阴亏虚证

2.3.7.1 室温宜凉爽、湿润。

2.3.7.2 可多吃些滋润补养之品,如黑芝麻、银耳等,或百合粥、蜂蜜等。痰中带血者可食藕汁、藕