

实用中医护理

创新与研究

主 审 周 华 朱惠蓉 周 嘉

主 编 张雅丽

副主编 孙 青 崔 屹

蒋 健 胡义扬

上海科学技术出版社

实用·中医护理创新与研究

主 审 周 华 朱惠蓉 周 嘉
主 编 张雅丽
副主编 孙 青 崔 屹 蒋 健 胡义扬

上海科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

实用中医护理创新与研究 / 张雅丽主编. —上海: 上海科学技术出版社, 2013.9

(中医护理)

ISBN 978-7-5478-1919-7

I. ①实… II. ①张… III. ①中医学—护理学—研究
IV. ①R248

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第174688号

上海世纪出版股份有限公司 出版、发行
上海科学技术出版社

(上海钦州南路 71 号 邮政编码 200235)

新华书店上海发行所经销

上海书刊印刷有限公司印刷

开本 787×1092 1/16 印张: 8.5

字数: 100千字

2013 年9月第 1 版 2013 年9月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5478-1919-7/R • 631

定价: 118.00元

本书如有缺页、错装或损坏等严重质量问题
请向工厂联系调换

内容提要

本书是上海中医药大学附属曙光医院护理部“五小”活动(即小发明、小创造、小革新、小改进、小建议为主要内容的创造发明活动)的成果展现,分为护理治疗、护理工具、贴心护理三类。护理治疗类主要是在护理操作治疗中改进的治疗方法;护理工具类则是根据护理临床实践中遇到的难题而发明的小工具,使护理操作更方便与直观;贴心护理类以患者为中心,从人文关怀入手创制的工具或改进的方法。每个项目从研发目的、研发内容与作用、传统护理的缺点、改进后的优点、创新点、制作过程或实施步骤以及临床应用与市场前景分析等方面阐述该项目的独特与创新之处。55个项目中无不渗透着中医中药在临床护理实践中的优势与发挥的作用。

本书适合护理人员、基层临床医生参考阅读。



主 审	周 华	朱惠蓉	周 嘉			
主 编	张雅丽					
副主编	孙 青	崔 屹	蒋 健	胡义扬		
编 委	(按姓氏笔画为序)					
	王 坚	王 莉	王 燕	王继兰	王逸飞	王燕萍
	申 雯	田 君	成美琴	朱佩敏	乔 琼	孙 青
	孙 杰	杜培欣	李 轶	李皓月	束翌斐	吴 萍
	吴继萍	汪小冬	沈 莺	沈姣姣	张 莉	张 蓓
	张晓青	张菁菁	张雅萍	陆 泳	陈 莹	陈 凌
	周 霞	周维娜	郑 念	郑 霞	孟晓耘	赵丽娜
	胡 丽	胡晓颖	段晨光	秦秀芳	袁培琼	顾莉华
	钱中佳	徐 非	徐 黎	徐玉萍	徐炜堇	徐美琴
	陶 茹	崔 屹	章丽丽	程 鑫	蔡 蔚	

序 言

护士要有一颗同情的心和一双愿意工作的手。具有专业精神的医护人员的整体素质，越来越代表着一家医院的整体服务水平。工作在临床一线的护士，成为各家医院服务水平的最佳代言人。

目前，在全国2 100多个中医医疗机构中，有6万余名护士从事着中医护理工作，成为发展中医事业一支必不可少的专业队伍。在这些白衣天使中，有着一批既有丰富临床经验，又有一定科研能力和管理水平的中医护理技术骨干，她们敢于迎接新时代的挑战，围绕“推动优质护理服务、提升护理质量”的主题，逐步探索出具有中医特色的整体护理。

我院护理部于2013年3月起开展了“小发明、小创造、小革新、小改进、小建议”的“五小”活动，以岗位服务和岗位创新为载体，职工自行创意设计，改进了应用于护理工作中的工具和方法，充分体现了护士们的聪明才智与创新能力，这些成果在临床的应用不仅有助于方便广大患者，满足患者需求，同时也促进了医院医疗服务水平的提升。

“五小”虽小，却独具匠心，凸显了以下几个特点：一是贴近临床，改进了护理工作中的难题。例如以照片打印纸、细绳等为原材料，利用重力杠杆原理制作的“床头角度测量具”可直接测量床头角度。二是贴近患者，使医疗服务更人性化。如根据人体上身曲线设计，采用创新的腰托式结构及面料制成的“随心背”，很好地解决了患者在静脉输液时因需要制动穿刺侧手臂而产生的行动困扰。三是充分利用中医院的优势，改进中医药适宜技术，展现中医中药特色。如我院石氏伤科是15家海派中医流派传承研究基地之一，他们创制的石氏中药湿敷带，含香樟木、苏木、红花、艾叶、油松节、伸筋草等11味药材，制作简单，取材方便，经济实用，尺寸大小可因人调节，解决了急性发作期患者治疗的限制。“五小”活动激发了我院护理人员学习技术、敢于创新的热情，一批优秀的青年护理人才脱颖而出。我院中医护理事业正蒸蒸日上，蓬勃





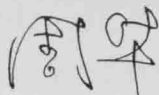
发展。

“五小”活动也与我院建设研究型中医医院的战略规划高度契合。正所谓：“一屋不扫，何以扫天下？”“不积跬步，无以至千里。”“五小”活动的发明创造、革新改进与点点滴滴，是我院医护人员智慧的结晶，体现了我院在临床实践与科研领域不懈的探索与努力。

随着“五小”活动持续的开展，这本汇集了多位护理人员点滴智慧的书籍应运而生。本书的编写、出版得到了多位领导的重视和支持。希望它能给我们广大的医务工作者以启发，有更多的闪光点应用到临床工作中，使医院的服务水平更上一层楼。

护士是生命的使者，健康的卫士，爱的化身，希望这些天使们在平凡的岗位上，发挥自己的能力，成就不凡的业绩，让爱与奉献成为永恒不变的主题。

上海中医药大学附属曙光医院院长



2013年5月

前 言

“创新意识是一个民族进步的灵魂，是国家兴旺发达的不竭动力。”医院是知识经济、技术经济密集型的单位，在目前知识不断更新、科技突飞猛进的形势下，推进临床护理水平的提高、加快临床护理工作的科技创新，是摆在医院各级领导及护理人员面前的迫切任务。

为了引导临床护理人员从“小事”做起，立足本职岗位，以创新为手段，以推动优质护理服务、提升护理质量为中心，促使临床护理人员在实践中发挥聪明才智，动脑筋，想办法，解决工作中存在的问题，上海中医药大学附属曙光医院护理部于今年开展了护理“五小”活动，即“小发明、小创造、小革新、小改进、小建议”为主要内容的创造发明活动。此次活动得到了广大临床护理人员的积极响应，她们结合自身工作体会，从护理工作的各个环节努力探索创新，使一批批体现护理服务人性化的科研成果不断涌现，无不体现出了临床护理人员的巧妙构思和创新精神。

我们将此次“五小”活动的55项成果编成书，并分为“护理治疗类”11项、“护理工具类”18项、“贴心护理类”26项。如此多的创新成果表明：护理科学研究和科技创新不是高不可攀的，也不是一般人可望而不可及的。只要我们在临床护理实践中注重积累，肯动脑筋，勤于钻研，科技创新无处不在。

由于编写时间紧迫，未能更广泛征求专家意见，书中难免有疏漏和不足，恳请专家、同行给予批评指正。

本书的出版获得了“上海中医药大学附属曙光医院研究型医院三年支撑专项资金”的资助。

编 者
2013年5月



目 录

上篇 护理治疗类

下肢脉管功能操	2
中医抗霉口腔护理液	4
金黄膏蜜	6
热增效袋 冷增效袋	8
香敷联合穴位按压腕带	11
中药退热贴	13
安神香袋	15
冷敷袋	17
可调式腰背肌功能锻炼枕	19
石氏中药湿敷带	22
足部经络按摩器	24

1

中篇 护理工具类

温馨雾化支架	28
贴心固定带	30
多功能中药外敷袋	32
床头角度测量具	34
多功能九宫带	36
实用型女性接尿器	38
剪刀保护套	40
可调式胸肩带	42
肛痿专用康复坐板	45
药液量杯小帮手	47
导管测量尺	49
贴心芒硝外敷袋	51
自制环保量杯	53
反穿式约束背心	55
简易气球呼吸功能锻炼器	57



地面吸水盘	60
头部制动小颈托	62
锐利器械保护套	64

下篇 贴心护理类

随心背	68
内痿保护垫	70
通络护足套	72
爱心小米垫	74
中医改良防足下垂垫	76
热灸消肿鞋套	78
薰衣草爱心耳塞	81
决明子输液护垫及支撑架	83
多功能爱心枕	85
沟通漫画册	88
功能性保暖护膝	90
茶香输液护手枕	92
腹膜透析便捷裤	94
多关节弹力护具	96
高效芒硝外敷袋	98
爱心按摩拐杖	101
荞麦壳舒适坐垫	103
烫熨固定套	105
静脉输液暖宝宝	107
“可以行走的”集尿袋	109
贴心围裙	111
多功能眼托架	114
爱心保暖护肝带	117
爱心药袋	119
中药保健枕	121
巧用检查垫	123

上 篇

护理治疗类



下肢脉管功能操

【研发目的】

为了促进患者深部静脉血液回流加速，减轻下肢静脉的压力，同时通过在特定穴位上进行按压，达到调畅气机、改善下肢血液循环的目的。

【研发内容与作用】

1. 研发内容 针对下肢血液循环特点研发的功能操，在此基础上配合特定穴位的按压。分为平湖放舟、东风送舟、血海荡舟、燕尾双剪、天水截流五式操。适用于深静脉功能不全患者练习。

2. 作用 温经散寒，补气养血，活血化瘀，通络止痛。

【传统治疗缺点】

针对下肢脉管疾病患者的护理，上海中医药大学附属曙光医院（以下简称“我院”）通常采用健康宣教配合医师换药等方法。但是存在以下缺点。

- (1) 患者配合度差。
- (2) 对疾病康复缺乏信心。

【下肢脉管功能操优点】

- (1) 调畅气机。
- (2) 改善下肢血液循环。
- (3) 简便易学，患者在家也可自行锻炼。

【创新点】

(1) 针对深静脉功能不全患者护理难度大而创制的功能操，结合中医经络学理论，有效缓解与治疗患者症状。

(2) 在做操的同时，根据人体经络运行特点，在特定穴位上进行按压：气海穴(任脉)、风市穴(足少阳胆经)、血海穴(足太阴脾经)、膻中穴(任脉)，达到调畅患者周身经络气机、减轻下肢静脉压力的作用。

【实施步骤与方法】

1.平湖放舟式 患者取平卧位，放松身体，双手十指自然分开，中指交叉重叠，放在气海穴上，深吸气的同时两手按压气海穴，然后慢慢吐气，抬高中指。重复10次(图1-1)。



图1-1

2.东风送舟式 患者取平卧位，双手放在两侧，伸直双腿，双脚并拢慢慢抬起，离床面 $30^{\circ} \sim 45^{\circ}$ 为宜，停留3~5s，并用双手轻轻叩击大腿外侧(风市穴)3~5次。一抬一放为一个来回，重复10次(图1-2)。



图1-2

3.燕尾双剪式 患者取平卧位，双手放在两侧，双腿并拢伸直，先慢慢抬起一条腿，离床面 $30^{\circ} \sim 45^{\circ}$ 为宜，停留3~5s，然后缓缓放平，再抬起另外一条腿，重复上述动作。双下肢交替循环，重复10次(图1-3)。



图1-3

4.血海荡舟式 患者取平卧位，背部下方紧贴床面，双手置于头后，将膝盖提到 45° 角，双脚做蹬车动作，左脚踝要碰到右膝，接着再用右脚踝去碰左膝(血海穴)，重复10次(图1-4)。



图1-4

5.天水截流式 患者取平卧位，双腿高举，靠于墙面，尽量伸直。胸式、腹式呼吸联合，并用中指按压膻中穴，然后慢慢吐气，抬高中指，持续约5min(图1-5)。



图1-5

【临床应用与市场前景分析】

(1) 中医特色明显，简便易学，能有效改善血栓性静脉炎患者下肢血运情况。

(2) 该功能操深受患者喜爱，有利于中医适宜技术的推广。

(发明者：徐炜堇、张磊、黄池颖、陈奕清)



中医抗霉口腔护理液

【研发目的】

临床上一般常规使用生理盐水给长期使用抗生素和使用激素雾化治疗的患者进行口腔护理，但使用效果不明显，对口腔黏膜只起到清洁作用。为了帮助调节患者口腔菌群，达到有效抑菌、控制气道炎症的目的，我们创制了中医抗霉口腔护理液。

【研发内容与作用】

1. 研发内容 长期使用抗生素和使用激素雾化治疗的患者会出现舌苔黄而厚腻或舌红苔少等诸多不适症状，我们根据中医辨证分型选择药方，此类患者主要有湿热重型及阴虚苔少型。

(1) 湿热重型：患者舌苔黄而腻(图1-6)，使用该方后舌苔薄白，黄腻苔消失(图1-7)。处方如下(图1-8)。

苦参15g 黄芩15g 虎杖15g 公丁香9g
秦皮15g 鱼腥草15g 土槿皮15g



图 1-6



图 1-7



图 1-8

(2) 阴虚苔少型：患者舌红苔少(图1-9)，使用该方后较前改善(图1-10)。处方如下(图1-11)。

苦参15g 知母15g 薄荷15g 丹皮15g
肉豆蔻9g 射干15g 公丁香9g

2. 作用 清热利湿，养阴生津。



图 1-9



图 1-10



图 1-11

【传统治疗缺点】

长期使用抗生素和使用激素雾化治疗的患者一般常规使用生理盐水进行口腔护理(图1-12), 患者使用效果不显著, 对口腔黏膜只起到清洁作用, 还会产生口腔不适等问题。

【中医抗霉口腔护理液优点】

调节患者口腔菌群, 有效抑菌、控制气道炎症。减少长期使用抗生素和使用激素雾化治疗的患者口腔护理的不适感。

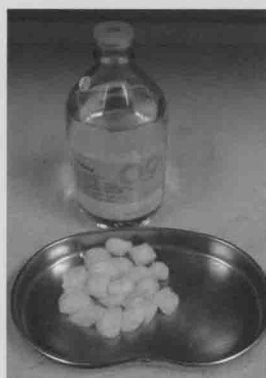


图 1-12

【创新点】

- (1) 根据中医辨证分型选择药方, 利用中医药优势, 防治患者口腔霉菌感染。
- (2) 中药汤剂过塑包装, 清洁卫生。
- (3) 经济实用, 可操作性强。

【实施步骤与方法】

- (1) 根据中医辨证分型选择湿热重型或阴虚苔少型药方。
- (2) 中药汤剂过塑包装待用。
- (3) 每日2次口腔护理。

【临床应用与市场前景分析】

患者临床使用后, 感觉口腔舒适, 且取材方便、经济实用(每剂中药价值3.5元左右, 可分多次使用), 利于长期使用抗生素及激素雾化患者口腔霉菌感染的防治。

(发明者: 田君、张炜、沈卓婴、陆俊、周勤、李玲等)

金黄膏蜜

【研发目的】

金黄膏具有消炎散肿、解毒止痛的作用，对静脉炎、痈疔的治疗效果尤佳，但是涂上药后很容易干燥，很难保持药物的有效状态。我院采用了加蜂蜜并使用保鲜膜覆盖的新方法，增强了药物的疗效。

【研发内容与作用】

1. 研发内容 金黄膏蜜：金黄膏主要成分有姜黄、大黄等，蜂蜜有清热、解毒、润燥、镇痛作用，金黄膏加蜂蜜调和，敷在皮肤上，用保鲜膜覆盖，临床上用于治疗静脉炎、痈疔等(图1-13、图1-14)。



图 1-13



图 1-14

2. 作用 ①消炎散肿、解毒止痛。②保持药性，增强疗效。

【传统治疗缺点】

金黄膏直接敷在皮肤上，用纱布覆盖。缺点如下(图1-15、图1-16)。



图 1-15



图 1-16

- (1) 容易干燥。
- (2) 需要每日换药。
- (3) 纱布容易脱落，弄脏病服。

【金黄蜜膏优点】

- (1) 金黄膏增加蜂蜜后不容易干燥，能长时间保持有效状态，增加疗效。
- (2) 减少换药频次，减轻护士工作负担。

(3) 方法简单，经济可行。

【创新点】

(1) 保鲜膜保湿性强，和以往纱布直接外敷相比的优势在于能使金黄膏长时间保持滋润。

(2) 蜂蜜有清热、解毒、润燥、镇痛作用，加用蜂蜜调和制成的金黄膏蜜具有较强的活血化瘀功效，能软化痂皮，防止药粉干燥及皮肤干裂。

【制作过程】

(1) 金黄膏加适量的蜂蜜调和成厚薄适宜的金黄膏蜜。

(2) 患肢涂上金黄膏蜜，敷上保鲜膜(图1-17、图1-18)。

图1-19为3日后金黄膏蜜的形态，依然保持湿润的状态。图1-20为使用金黄膏蜜的疗效，患者静脉炎明显减轻。



图 1-17



图 1-18



图 1-19



图 1-20

【临床应用与市场前景分析】

(1) 制作方法简单，取材方便，经济可行，减轻了患者的医疗费用。成本对比：金黄膏换药日均10元，金黄膏蜜换药日均7元。

(2) 临床使用效果明显，减轻了护士的工作量，值得在医院推广。

(发明者：乔琼、李燕、顾燕萍、周晶晶、吴锦慧)