

护理学专业双语教材

供 护 理 学 类 专 业 用

中医护理学

Nursing Science of Traditional Chinese Medicine

主 审 刘建平 Je Kan Alder-Collins

主 编 郝玉芳 马良宵



人民卫生出版社

护理学专业双语教材

供 护 理 学 类 专 业 用

中医护理学

Nursing Science of Traditional Chinese Medicine

主 审 刘建平 Je Kan Alder-Collins

主 编 郝玉芳 马良宵

副 主 编 王 琦 李晓丽 马雪玲

人民卫生出版社

图书在版编目(CIP)数据

中医护理学: 双语版 / 郝玉芳, 马良宵主编. —北京: 人民卫生出版社, 2014

ISBN 978-7-117-20088-2

I. ①中… II. ①郝…②马… III. ①中医学—护理学—双语教学—医学院校—教材 IV. ①R248

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 305607 号

人卫社官网	www.pmph.com	出版物查询, 在线购书
人卫医学网	www.ipmph.com	医学考试辅导, 医学数据库服务, 医学教育资源, 大众健康资讯

版权所有, 侵权必究!

中医护理学

主 编: 郝玉芳 马良宵

出版发行: 人民卫生出版社(中继线 010-59780011)

地 址: 北京市朝阳区潘家园南里 19 号

邮 编: 100021

E - mail: pmph@pmph.com

购书热线: 010-59787592 010-59787584 010-65264830

印 刷: 北京人卫印刷厂

经 销: 新华书店

开 本: 787×1092 1/16 印张: 22 插页: 4

字 数: 549 千字

版 次: 2015 年 2 月第 1 版 2015 年 2 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-117-20088-2/R·20089

定 价: 55.00 元

打击盗版举报电话: 010-59787491 E-mail: WQ@pmph.com

(凡属印装质量问题请与本社市场营销中心联系退换)

Nursing Science of Traditional Chinese Medicine

Reviewer Liu Jianping Je Kan Alder-Collins

Complier-in-chief Hao Yufang Ma Liangxiao

Vice Complier-in-chief Wang Qi Li Xiaoli Ma Xueling

Compiling and Translating Committee

Ma Liangxiao (School of Acupuncture-Moxibustion and Tuina, Beijing University of Chinese Medicine)

Ma Xueling (School of Nursing, Beijing University of Chinese Medicine)

Wang Qi (School of Nursing, Beijing University of Chinese Medicine)

Qiao Xue (School of Nursing, Beijing University of Chinese Medicine)

Liu Jianping (Institution of Evidence-based Medicine, Beijing University of Chinese Medicine)

Su Chunxiang (School of Nursing, Beijing University of Chinese Medicine)

Li Xiaoli (Humanities school, Beijing University of Chinese Medicine)

Yang Xiaowei (School of Nursing, Beijing University of Chinese Medicine)

Chen Yan (School of Nursing, Beijing University of Chinese Medicine)

Zhou Fen (School of Nursing, Beijing University of Chinese Medicine)

HaoYufang (School of Nursing, Beijing University of Chinese Medicine)

Je Kan Alder-Collins (Fukuoka Prefectural University, Japan)

People's Medical Publishing House



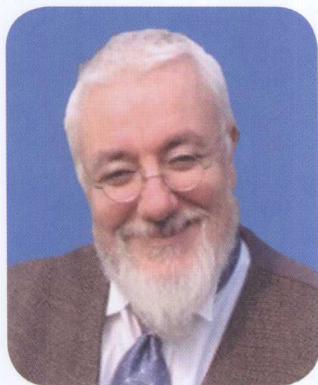
郝玉芳, 护理学博士, 教授, 博士生导师, 现任北京中医药大学护理学院院长。先后毕业于北京医科大学、北京中医药大学和上海第二军医大。分别在美国罗彻斯特大学、北京大学做访问学者1年。国家中医药管理局中医护理重点学科和北京市护理学一级学科重点学科带头人。教育部护理教学指导委员会委员; 全国中医药高等医学教育学会护理教育研究会理事长; 国家留学基金管理委员会评审专家; 全国高等医学教育学会护理教育分会常务理事; CMIA 护理信息学专业委员会常务理事; 中国老年学学会老年保健康复专业委员会常务委员; 中国心理学会护理专业委员会委员; 北京中医医院急诊及ICU 质量评价与控制中心专家委员会委员; 北京市社区服务评审专家; 国内多本杂志和国外一本SCI 杂志审稿人; 国家中医药管理局中医师资格认证中心命审题专家; 人民卫生出版社和中国中医药出版社教材评审专家。北京市高等学校优秀青年骨干教师; 主编的教材获2011年北京市精品教材; 获校级教学成果一、二等奖; 国家中医药管理局课题三等奖。主持和参与各级课题50余项。公开发表学术论文90余篇。参加了全国13本统编教材的编写, 其中主编4本, 副主编4本。曾在加拿大 McGill、美国 Rochester、日本福冈、日本富山和韩国庆熙大学护理学院做讲座。



马良宵, 女, 北京中医药大学针灸推拿学院副教授, 副主任医师, 医学博士, 针灸推拿专业硕士研究生导师。中国针灸学会腧穴分会副秘书长, 北京针灸学会针灸技术专业委员会常务秘书, 美国医学针灸学会官方杂志 *Medical Acupuncture* 编委。以第一作者发表学术论文20余篇, 其中SCI 收录2篇。主持校级课题4项, 参加国家级课题8项, 省部级课题5项(其中国际合作课题4项)。获北京市及中华中医药学会科学技术奖三等奖各1项、校级科学技术奖2项。参编教材5部(3部为中英对照教材、1部为英文教材), 其中主译1部, 副主译1部, 编委3部。参编著作8部(其中2部为国外出版发行的英文版著作), 副主编2部, 编委2部, 编写人员4部。



刘建平, 男, 医学博士, 教育部长江学者奖励计划特聘教授, 博士生导师。现任北京中医药大学循证医学中心主任; 挪威特洛姆瑟大学国家补充与替代医学研究中心兼职教授, 澳大利亚皇家墨尔本理工大学客座教授; 世界卫生组织西太区传统医学顾问, 国际 Cochrane 协作网肝胆疾病组编辑, 美国马里兰大学医学院整合医学中心专家委员会顾问, 澳大利亚皇家墨尔本理工大学卫生科学院博士学位论文评审专家, 国际补充替代医学研究会 (ISCAMR) 董事会成员, 国际中医药学会 (ISCM) 会员; 中国中西医结合学会循证医学专业委员会副主任委员; 世界中医学会联合会中医临床疗效评价专业委员会副会长; 教育部科学技术委员会委员、教育部科学技术奖励评审委员、教育部高等学校公共卫生与全科医学教学指导委员会预防医学专业教学指导分委员会委员、国家留学基金评审专家、教育部长江学者通讯评审专家、国家人力资源和社会保障部国家基本医疗保险审评专家。主持国家级及国际合作项目 / 课题 20 余项。担任国内外 30 余种期刊编委和审稿人。主编出版专著 6 部, 国内外发表论文 340 余篇, 发表 SCI 论文 40 余篇。



Je Kan Adler-Collins, 男, 英国人, 教育学博士, 英国注册护士, 现任日本 Fukuoka Prefectural University 副教授, 博士生导师。英国国际护理评述 (*International Nursing Review*) 杂志的副主编。生活理论行动研究专家和国际合作研究专家。多个国际合作项目的研究带头人或合作者, 主要合作国家有中国、日本、英国、泰国和韩国。发表了近 20 篇学术论文或著作, 担任 13 种杂志的评审专家。

中医学和护理学均是医学科学领域中重要的分支学科,在维护人类健康的医疗实践中起到了重要作用。中医学以其独特的理论体系和显著的临床效果,在国际上越来越受到人们的重视。而有中医特色的护理学科也随之受到关注。随着医学模式的转变,护理学有了更深刻的内涵和更广阔的外延。护理从“以疾病为中心”向“以人的健康为中心”转变,从附属于医疗的技术性职业转变为独立的为人类健康服务的专业。护理服务对象是整体的人,应关注人生理、心理和社会多方面的需要。护理服务于人类生命的全过程,即从出生到死亡,包括疾病的护理、康复锻炼、健康指导以及临终关怀等。护理工作的范围从个体扩展至家庭、社区,促进全民健康是护理的最终目标。

护理理念和护理服务范畴的转变,对护理专业人员提出了更大的挑战。而有中医特色的护理学凭借其独特的理论和实用的护理技术,在护理领域中将发挥更大的作用,也更具优势。中医护理学科的中医特色主要体现在慢性病管理中融入中医养生康复理念与方法 and 发挥中医护理技术的“简、便、廉、验、效”的优势。我国目前慢性病如高血压、糖尿病、冠心病、中风等患病率高。慢性病大多可防可控,中医的整体观和治未病的理论与方法,尤其是中医养生康复在慢病管理中发挥着重要作用,如中医健身气功、推拿按摩、中医食疗等养生方法可提高慢性病患者人群及慢性病高危人群的生活质量,改善病情。护理学科中将中医养生康复方法融入慢性病管理中,不但丰富了护理工作方法,充实了护理健康教育内容,也有力地降低了医疗成本,丰富了中医护理的内涵。中医护理的另一特色在于丰富的治疗手段和通俗易懂、简便易行的中医护理操作技术。近几年,随着国家中医药振兴计划的实施,中医护理知识和技术在预防保健、术后康复和慢性疾病护理中发挥出的优势也愈来愈显著,中医护理的特色不仅与护理预防疾病、促进健康的目标高度一致,而且更贴近生活,也更易被人们接受,人民群众对中医药卫生保健服务的需求也越来越高。

近几年,有中医特色的护理专业人才,在国内外的需求呈上升趋势。许多国外护理同仁希望学习中医护理相关理论和技术。此外,在全球护理人员短缺的现状下,国内众多护理院校纷纷开设护理涉外专业方向,而护理人才的国际化,对传统医学的需求也将越来越大。为了适应国内外对中医护理人才和中医护理国际交流与合作的需要,加快中医护理国际化进程,培养出具有对外交流能力的有中国特色的高水平护理人才。在出版社的支持和指导下,我们组织专家编写《中医护理学》双语教材。较上一版《中医护理学基础》双语教材,本教材更注重中医文化的传承,增加了中医哲学思想基础、中医文化的演变、中国传统饮食文化等内容,各章节突出实用性和可操作性,更利于国际交流。

本教材编写组成员包括护理学、中医学、针灸推拿学、循证医学、医学英语专家以及国外护理专家,各章内容经过多位专家多次审定,保证了其科学性、新颖性、系统性和实用性。

中医护理学包括中医护理学的基本理论、基本知识和基本技能。具体内容涵盖中医与中国传统文化、中医护理学发展简史、中医基础理论概述、经络腧穴概述、中医护理的基本特点和原则、一般护理、中医用药护理及传统的护理技术操作、中医自我调护、常见病证的中医调护。

本教材适用于中医及西医护理院校护理研究生、本科生作为必修或选修课程,尤其适用于涉外方向的护理本科生作为必修课程;也适用于各类对中国传统医学感兴趣的留学生;也可作为各种短期培训班教材。

编写中医护理双语教材,是一项艰巨的工作,编写组付出了很大的努力。尽管如此,由于经验不足和编者水平有限,仍会存在一定问题,希望大家提出宝贵意见,我们会进一步修订改进。

郝玉芳 马良宵

2014年12月

Traditional Chinese medicine (TCM) and nursing, are two important disciplines within the framework of medical science and have played a key role in the medical practice of maintaining human health. TCM has a unique theoretical system and is clinically effective. Over the past decades TCM and nursing science which has the characteristics of TCM, have been attracting ever increasing attention globally. With the change of medical modes, nursing science is now of much deeper connotation and wider extension. Nursing is transcending from disease-based professional model attached to medical treatment to human health-based model and an independent specialty of healthcare. Nursing philosophy refers to man as a whole integrity, including his physiology, psychology and social needs. Nursing contents refer to the complete process of human life from birth to death, including nursing care of diseases, exercises for rehabilitation, health guidance and palliative care. Nursing practices evolve to embrace the needs of individuals, to families and communities, promoting health for all.

The constant change and evolution of nursing concepts and practices bring with them great challenges for nursing staff. Nursing science with its characteristics of TCM is well positioned to contribute more with its unique theories and practical manipulations. The integration of the philosophy and methodology of the preservation of health and natural convalescence within chronic disease management along with its skills of symptom differentiation and diagnosis featured in TCM are its major strengths as a nursing discipline. Additionally, TCM nursing skills have traits of being “simple, convenient, cheap, efficacious and effective”, combined with TCM concepts of “holism” and “treating disease before it arises” play an important role in chronic disease management which is an advantage of TCM nursing. At present, the morbidity of chronic diseases such as hypertension, diabetes, coronary heart disease and stroke are becoming prevalent in China. However, most of these chronic diseases are preventable and controllable. Incorporating the knowledge of TCM health preservation and natural convalescence is very helpful for specific chronic disease management. In this way, the condition and quality of life for citizens at high risk can be identified, improved by early interventions and planning thus contributing to the reduction in long term medical costs. TCM can enrich health education skills and practice of the content of nursing profession. The other feature of TCM nursing discipline is its use of plain and simple skills. In the last few years, with the implementation of the national TCM stimulus plan, all of the TCM hospitals in China have been strongly developing TCM nursing skills. The result is that the advantage of TCM nursing has been fully realized in preventive care, postoperative rehabilitation

and chronic disease nursing. In this process, not only has client satisfaction increased, the nurse's sense of achievement has also been boosted.

The demands for nursing professionals of TCM both home and abroad have been in the ascendant over the recent years. Nursing and other health care professional abroad also expect to know about the theories and skills of Chinese nursing. In the face of international shortage of nursing resources, Chinese domestic schools of nursing have worked to offer foreign oriented nursing specialty in TCM nursing with the belief that internationalization of nursing professionals will lead to further development of traditional medicine. In direct response to needs of the market for nursing professionals and demands of international exchange and cooperation of Chinese nursing, acceleration of the processes of internationalization of Chinese nursing needs to occur with the nurturing of high-level TCM nursing professionals in promoting international communication, this Chinese-English bilingual textbook of *Nursing Science of Traditional Chinese Medicine* has been compiled under the support and guidance of the People's Medical Publishing House. This textbook pays more attention to TCM culture inheritance and adds several related chapters, such as TCM and the ancient Chinese philosophy, the evolution of TCM culture, Chinese tradition diet culture, etc. The contents of each chapter high light its practicality and operability, and are more suitable for international communication.

The compiling and translating committee of this textbook includes experts from fields of nursing, Chinese medicine, acupuncture and tuina, evidence-based medicine, medical English and nurse specialists abroad. The contents of each chapter are examined and revised repeatedly by numerous experts so as to make sure the scientific, original, systematic and practical nature of this textbook.

This textbook includes the basic theories and knowledge and techniques of Chinese nursing. The contents include TCM and traditional Chinese culture, developing history of Chinese nursing, introduction of fundamental theories of TCM, introduction of channels and acupoints, basic characteristics and principles of TCM nursing, general nursing, nursing care with TCM, traditional nursing skills, self-regulation nursing care, and nursing care of common diseases.

The textbook is designed for nursing graduate or undergraduate students in colleges and universities of both Western and Chinese medicine, especially for students of foreign oriented nursing major. It is suitable for overseas students who are interested in TCM nursing, and also recommended to students of various kinds of short-term training programs.

It is very hard work to compile a Chinese-English bilingual textbook of Chinese nursing for all editors, translators and publishers. We apologize if there are any errors in the book due to our limitation of compiling experiences and knowledge. Any suggestions are welcome for further edition.

Hao Yufang Ma Liangxiao

Dec. 2014

总 论

第一章 中医与中医护理学概述	3
第一节 中医与中国传统文化	3
一、中医文化源流及发展简史	3
二、中医与中国古代哲学	8
三、中医与中国古代科技、宗教、军事、地理	12
四、中西医学的异同与融合	18
第二节 中医护理学发展简史	21
一、古代中医护理学	21
二、现代中医护理学	25
第二章 中医护理学基础	26
第一节 中医基础理论	26
一、阴阳学说	26
二、五行学说	28
三、藏象学说	30
第二节 经络腧穴	37
一、经络	37
二、腧穴	41
第三节 中医护理的基本特点	48
一、整体观念	48
二、辨证施护	49
第四节 中医护理的基本原则	49
一、扶正祛邪	49
二、护病求本	50
三、标本缓急	51
四、调整阴阳	51
五、三因制宜	52
六、预防护理	52

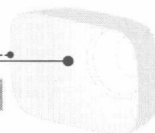
各 论

第三章 中医护理常用方法与技术	57
第一节 耳穴压丸法	57
一、耳廓表面解剖	57
二、耳穴的分布	58
三、耳穴的部位和主治	58
四、耳穴压丸法的临床应用	65
第二节 推拿法	66
一、推拿法的适应证	66
二、推拿手法的基本要求	66
三、成人常用推拿手法	66
四、实用自我推拿保健	75
第三节 穴位按压法	79
一、穴位按压法的适应证	79
二、穴位按压常用手法及穴位	79
三、穴位按压禁忌证	79
四、穴位按压注意事项	80
第四节 灸法	80
一、灸法的适应范围	80
二、灸法的禁忌证	80
三、灸法的种类	81
四、常用灸法操作	81
第五节 拔罐法	83
一、拔罐法的适应范围	83
二、拔罐法的禁忌证	83
三、罐的种类	83
四、罐的吸附方法	83
五、起罐方法	84
六、火罐操作法	84
七、拔罐法的临床应用	84
八、拔罐法的注意事项	85
第六节 刮痧法	85
一、刮痧法的适应范围	85
二、刮痧法的禁忌证	85
三、刮痧工具	86
四、常用刮痧部位	86
五、刮痧法的操作	86
六、刮痧法的注意事项	86
第七节 热熨法	87

一、热熨法的目的·····	87
二、热熨法的禁忌证·····	87
三、热熨方法·····	87
第八节 熏洗法·····	88
一、熏洗法的目的·····	88
二、熏洗法的适应证·····	88
三、熏洗法的禁忌证·····	88
四、熏洗法的用物准备·····	88
五、熏洗法的操作步骤·····	88
六、注意事项·····	89
第四章 一般调护方法 ·····	90
第一节 起居调护·····	90
一、顺应四时,调养形神·····	90
二、起居有常,劳逸适度·····	93
三、睡眠有节·····	93
四、二便调畅·····	94
第二节 中医饮食调护·····	95
一、食物的性味·····	95
二、饮食调护的基本原则·····	95
三、辨体施膳·····	97
四、四季饮食养生·····	98
第三节 情志调护·····	99
一、中医“养心”思想·····	99
二、不良情志的调护方法·····	100
第四节 运动调护·····	104
一、中国传统健身术·····	104
二、运动调护的一般要求和注意事项·····	106
第五章 实用中医自我调护 ·····	107
第一节 口腔调护·····	107
一、固齿保健法·····	107
二、唾液保健法·····	108
第二节 颜面调护·····	109
一、科学洗面·····	109
二、按摩美容·····	109
三、饮食美容·····	110
四、药物美容·····	110
五、情志美容·····	110
第三节 头发调护·····	110

一、梳理、按摩	111
二、合理洗发	111
三、饮食健发	111
四、药物美发	112
第四节 眼睛调护	112
一、运目保健	112
二、按摩健目	113
三、闭目养神	113
四、饮食健目	113
五、药物健目	113
第五节 耳部调护	113
一、耳勿极听	113
二、按摩健耳	114
三、梳耳法	114
四、药枕保健	114
第六节 鼻部调护	114
一、浴鼻训练	115
二、鼻部按摩	115
三、药物健鼻	115
四、纠正不良习惯	115
第七节 颈椎调护	116
一、保持正确的坐姿	116
二、加强颈部功能锻炼	116
三、合理用枕	116
四、自我按摩	117
第八节 手足调护	117
一、手的调护	117
二、足的调护	117
第九节 胸背腰腹调护	118
一、胸部调护	119
二、背部调护	119
三、腰部调护	120
四、腹部调护	120
第六章 常见病证的中医调护	122
第一节 感冒	122
一、基本证型	122
二、护理措施	122
第二节 不寐	123
一、基本证型	123

二、护理措施·····	124
第三节 胃痛·····	124
一、基本证型·····	124
二、护理措施·····	125
第四节 便秘·····	125
一、基本证型·····	126
二、护理措施·····	126
第五节 积滞·····	126
一、基本证型·····	126
二、护理措施·····	127
第六节 痹证·····	127
一、基本证型·····	127
二、护理措施·····	127
第七节 痛经·····	128
一、基本证型·····	128
二、护理措施·····	128
第八节 缺乳·····	129
一、基本证型·····	129
二、护理措施·····	129



1	Introduction of Traditional Chinese Medicine and Nursing Science of TCM	131
1.1	Traditional Chinese Medicine and Traditional Chinese Culture	131
1.1.1	A Brief History of the Cultural Origin and Development of TCM	131
1.1.2	TCM and the Ancient Chinese Philosophy	137
1.1.3	TCM and the Ancient Chinese Science, Religions, Military and Geography ...	144
1.1.4	Differences and Integration of TCM and Western Medicine	152
1.2	Brief History of TCM Nursing	158
1.2.1	Ancient TCM Nursing	158
1.2.2	Modern TCM Nursing Science	166
2	Fundamentals of TCM Nursing	168
2.1	Basic Theories of Chinese Medicine	168
2.2.1	Yin-Yang Theory	168
2.2.2	Five-Phase Theory	171
2.2.3	The Theory of Viscera and Their Manifestations	174
2.2	Channels, Collaterals and Acupuncture Points	189
2.2.1	Channels and Collaterals	189
2.2.2	Acupuncture Points	195
2.3	Basic Characteristics of TCM Nursing Medicine	207
2.3.1	Concept of Holism	207
2.3.2	Pattern Differentiation and Nursing	208
2.4	Principles of TCM Nursing	210
2.4.1	Reinforcing Healthy Qi and Dispelling Pathogenic Qi	210
2.4.2	Nursing Aiming at Seeking the Root of a Disease	210
2.4.3	Emergency or Chronicity and Root or Branch	212
2.4.4	Balancing Yin and Yang	213
2.4.5	The Three Considerations of Time, Place and Person in Nursing	213
2.4.6	Preventive Nursing	215
3	Commonly Used Techniques of Traditional Chinese Nursing	218
3.1	Auricular Seeds Taping Therapy	218

3.1.1	Anatomical Nomenclature of the Surfaces of the Auricle	218
3.1.2	Distribution Rules of Auricular Points	219
3.1.3	Locations and Indications of Auricular Points	219
3.1.4	Clinical Application of Auricular Seeds Taping Therapy	227
3.2	Tuina	228
3.2.1	Indications	229
3.2.2	Basic Requirements of Manipulations	229
3.2.3	Commonly Used Manipulations for Adults	229
3.2.4	Self-Massage for Healthcare	244
3.3	Acupressure	249
3.3.1	Indications of Acupressure	249
3.3.2	Frequently Used Manipulations and Points of Acupressure	250
3.3.3	Contraindications of Acupressure	250
3.3.4	Precautions for Acupressure	250
3.4	Moxibustion	251
3.4.1	Indications	251
3.4.2	Contraindications	251
3.4.3	Classifications of Moxibustion	252
3.4.4	Commonly Used Operation of Moxibustion	252
3.5	Cupping Therapy	255
3.5.1	Indications	255
3.5.2	Contraindications	256
3.5.3	Types of the Cup	256
3.5.4	Cup-Sucking Methods	256
3.5.5	Method for Removing Cups	257
3.5.6	Manipulation Procedures of Fire Cupping	257
3.5.7	Clinical Application of Cupping Methods	257
3.5.8	Precautions	258
3.6	Scraping Therapy	258
3.6.1	Indications	259
3.6.2	Contraindications	259
3.6.3	Scraping Instruments	259
3.6.4	Parts for Scraping	259
3.6.5	Manipulations	259
3.6.6	Precautions	260
3.7	Hot Compress Therapy	260
3.7.1	Purpose	261
3.7.2	Contraindications	261
3.7.3	Different Hot Compress Therapy	261
3.8	Steaming and Washing Therapy	262