



龙江医派现代中医临床思路与方法丛书

总主编 姜德友 李建民

中医护理 思路与方法

主编 王丽芹 王东梅



科学出版社

龙江医派现代中医临床思路与方法丛书

姜德友 李建民 总主编

中医护理思路与方法

王丽芹 王东梅 主编

科学出版社

北 京

内 容 简 介

《中国护理事业发展规划纲要(2011—2015年)》提出应大力发展中医护理,提高中医护理水平,发挥中医护理特色和优势,促进中医护理的可持续发展,这为中医护理指明了方向。本书是《龙江医派现代中医临床思路与方法丛书》之一,是在中医理论的指导下,应用整体观念、辨证施护,指导临床护理、预防、养生、保健及康复的学术专著。本书密切结合中医护理学科的发展,注重中医护理基础理论、中医护理思维方法、中医护理技术及改良、优势病种的中医护理的介绍,具有较强的科学性、理论性、创新性、实用性及可操作性。

本书适用于中医护理研究及临床护理工作,可供中医院校学生及广大中医爱好者参考阅读。

图书在版编目(CIP)数据

中医护理思路与方法 / 王丽芹, 王东梅主编. —北京: 科学出版社, 2018.5

(龙江医派现代中医临床思路与方法丛书/姜德友, 李建民主编)

ISBN 978-7-03-057170-0

I ①中… II, ①王… ②王… III. ①中医学—护理学 IV. ①R248

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2018)第 070738 号

责任编辑: 鲍 燕 曹丽英 / 责任校对: 张凤琴

责任印制: 张欣秀 / 封面设计: 北京图阅盛世文化传媒有限公司

版权所有, 违者必究。未经本社许可, 数字图书馆不得使用

科学出版社出版

北京东黄城根北街 16 号

邮政编码: 100717

<http://www.sciencep.com>

北京建宏印刷有限公司 印刷

科学出版社发行 各地新华书店经销

*

2018 年 5 月第 一 版 开本: 787×1092 1/16

2018 年 5 月第一次印刷 印张: 28

字数: 717 000

定价: 138.00 元

(如有印装质量问题, 我社负责调换)

《龙江医派现代中医临床思路与方法丛书》

学术委员会

总 顾 问

张 琪 段富津 卢 芳 王福学

主任委员

孙忠人 张晓峰

副主任委员

李 冀 郭宏伟

委 员

(按姓氏笔画排序)

于致顺	王玉玺	王秀霞	王选章	王雪华
朱永志	刘建秋	孙申田	孙伟正	孙 河
李 延	李令根	李敬孝	宋立群	张金良
侯丽辉	高维滨	崔振儒	董清平	谢 宁
谢晶日				

《龙江医派现代中医临床思路与方法丛书》

总编委会

总 主 编

姜德友 李建民

副总主编

周亚滨 邹 伟 刘松江 张铁林 王丽芹

编 委

(按姓氏笔画排序)

于学平	马 建	王 军	王 珏	王 琬	王 海
王 颖	王东梅	王建伟	王玲姝	王树人	王桂媛
王宽宇	方东军	尹 艳	艾 民	冯晓玲	宁式颖
刘 莉	刘朝霞	安立文	孙 凤	孙 秋	孙丽华
严 斌	李 妍	李 晶	李竹英	李泽光	李晓南
李晓陵	杨素清	时国臣	吴效科	宋爱英	张 弘
张 伟	张 旭	张 茗	张丹琦	张传方	陈 波
陈英华	武桂娟	苑程鲲	周 凌	赵 军	赵 钢
赵 楠	姜益常	姚 靖	耿乃志	聂 宏	聂浩劫
徐京育	栾金红	梁 群	葛明富	韩凤娟	程为平
程永志	程丽敏	蔡宏波	阚丽君		

学术秘书

谢春郁 孙许涛 田 伟

《中医护理思路与方法》

编委会

主 编

王丽芹 王东梅

副 主 编

任 蓁 张 敏 张春宇 聂 宏 王淑荣

编 委

(按姓氏笔画排序)

王 飞 刘 鲲 李艳秋 张书娟

陈昕昕 祝海波 郭 闯 韩笑瑜

秘 书

郭 闯

主 审

穆 欣 阚丽君



总 序

龙江医派群贤毕至，少长咸集，探鸿蒙之秘，汇古今之验，受三坟五典，承金匱玉函，利济苍生，疗民之夭厄，独树北疆，引吭而高歌。

昔亘古洪荒，有肃慎油脂涂体，至渤海金元，医官设立，汇地产药材朝贡贸易，明清立法纪医馆林立，民国已成汇通、龙沙、松滨、呼兰、宁古塔、三大山六大支系；后高仲山负笈南渡，学成而还，问道于岐黄，沉潜力研，访学于各地，汇名家于一体，广纳龙江才俊，探讨交流，披荆斩棘，开班传学，筚路蓝缕。至于现代，西学东渐，人才辈出，中西汇通，互参互用，承前辈实践经验，融现代诊疗技艺，参地域气候特点，合北疆人群体质，拼搏进取，承前启后，自成一派，独树北疆。

《龙江医派丛书》集前辈之经验，付梓出版，用心良苦，《龙江医派现代中医临床思路与方法丛书》承先贤之技艺，汇古通今，蔚为大观。二者相辅相成，互为经纬，一者以名家个人经验为体系，集史实资料，有前辈幼承庭训、兼济苍生之道途，有铁肩担道、开派传学之事迹，又有临证心得、个人经验之荟萃；另者以临床分科为纲领，汇中西之论，有疾病认识源流、历代论述之归纳，有辨证识病、处方用药之思路，又有地产药材、龙江经验之心悟。二者相得益彰，发皇古义，探求新知，集龙江之学，传之于世。

丛书收罗宏博，取舍严谨，付梓出版，实为龙江中医之幸事。其间论述，溯本求源，博采众长，述前人之所未逮；提纲挈领，珠玉琳琅，成入室之津梁，临证思考跃然纸上，嘉惠后学功德无量。

忆往昔命途多舛，军阀迫害，日伪压迫，国医几近消亡，吾辈仗义执言，上书言志；中华人民共和国成立，国泰民安，大力扶持，蒸蒸日上；时至今日，民族自豪，欣欣向荣，百花齐放，虽已年近期颐，逢此盛世，亦欣欣鼓舞，然中医之发展任重道远，望中医后学，补苴前贤，推陈出新，承前启后，再接再厉！

爰志数语，略表心忱，以为弁言！

张琪

2017年9月



总 前 言

中医药学源远流长，中华版图幅员辽阔，南北气候不同，地理环境有别，风俗习性各异，加之先贤探索发挥，观点异彩纷呈，各抒己见、百花齐放，逐渐形成了风格各异的诊疗特色和学术思想，共同开创了流派林立的学术盛况，中医学术流派的形成和发展是中医学的个体化治疗特点、师承学习的结果，是中医学理论和实践完善到一定程度的产物，同时也是中医学世代相传、得以维系的重要手段。

龙江医派作为我国北疆独树一帜的中医学学术流派，受到北方寒地气候特点、多民族融合、饮食风俗习惯等多种因素的影响，加之北疆地产药材、少数民族医药观念与经验汇聚，结合中医三因制宜、辨证施治等理念，共同酝酿了学术思想鲜明、诊疗风格独特的北疆中医学术流派——龙江医派。针对外因寒燥、内伤痰热、气血不畅等病机，积累了以温润、清化、调畅气血为常法的诊疗经验和独具特色的中医预防养生方式，体现了中医学术流派的地域性、学术性、传承性、辐射性、群体性等诸多特点。

回首龙江医派的发展，由荆棘变通途，凝聚了无数人的汗水和努力，在前辈先贤筚路蓝缕、披荆斩棘，皓首穷经，沉潜力研等龙医精神的感召下，当代龙江中医人系统传承前辈学术经验，结合现代医学临床应用，立足黑土文化特色，荟萃龙江中医学术，付梓出版《龙江医派现代中医临床思路与方法丛书》，本集作为《龙江医派丛书》的姊妹篇，从现代医学疾病分科的角度，对龙江中医临床诊治的经验进行系统的总结与荟萃，覆盖内、外、妇、儿等各科常见疾病，并囊括针灸、推拿、护理等专业，共分 24 册。丛书遴选黑龙江省在相关领域具有较高学术影响力的专家担任主编，由临床一线的骨干医生进行编写，丛书广泛搜集并论述黑龙江省对于常见病、疑难病的治疗思路，吸纳国内当代中医名家的学术精华，系统整理中医在各科疾病治疗中的先进理念，承前辈经验，启后学医悟，博采众长，汇古通今。

在编撰过程中，丛书注重对学术经验的总结提炼，强调对龙江地域特色学术观点的应用，开阔思路，传递中医临床思维，重视对龙江地区常见病、多发病的诊疗思路，在对患者的辨证处方过程中，在对疾病的分型治疗等方面，着重体现北方人群体质特点与疾病的

关系，在养生防病的论述中也突出北疆寒地养生防病特征，在用药经验中更是强调道地药材、独创中成药和中医特色诊疗技术的应用，着力体现龙江人群的体质特点和处方用药的独到之处。

中医药学博大精深，龙江医派前辈先贤拼搏进取的精神鼓舞着一代代龙江中医人前赴后继、砥砺前行，在丛书出版之际，向为龙江中医前辈经验传承和编撰本部丛书付出辛劳、作出贡献的各位同仁致以谢意，同时感谢科学出版社对本丛书出版的大力支持。

由于水平所限，时间仓促，虽几易其稿，然难免有疏漏之处，希望广大读者在阅读过程中多提宝贵意见，以便修订完善。

《龙江医派现代中医临床思路与方法丛书》总编委会

2017年9月



前 言

《中医护理思路与方法》一书旨在探寻中医理论指导下的护理思路、护理方法及护理技术，阐明具有中医特色的护理理论，发挥其中医基础理论与临床辨证施护之间承上启下的桥梁作用，并结合现代护理的新理论、新知识、新方法、新技术，为病人的身心健康提供中西医结合护理。

本书坚持以人为本，结合临床护理工作实际，加以一定的创新。在编写内容上具有传承性、科学性、先进性和适用性，力图做到注重基础、突出重点、内容更新，对理论的阐述做到通俗易懂，便于学习。进一步培养护理人员的中医思维，提高对中医护理的认知。

本书编写的立足点是传承与创新。本书具有六个方面的新意：一是在浩瀚的中医知识海洋里，找到适合我国临床的中医护理最基本知识内容；二是在继承传统中医护理技能的基础上，突出现代护理和中医护理相结合的新技术、新进展；三是在每项护理操作中，重视人文关怀，注重护理技术的改良；四是参考了疾病中医护理方案的内容，因为该方案是国家中医药管理局根据临床疾病的特点，组织护理专家讨论，规范临床护理行为而制定的；五是明确了中医护理的思维方法，从哲学的角度分析、解决临床中医护理问题；六是将中医传统的养生理论与现代科学的保健观念相结合，全面系统地讲述了九种体质的中医调护。

本书共七章，以中医基本知识为基础，以辨证施护为主线，突出中医基本技能，合理安排组织内容。其内容包括总论，中医护理基础理论、特点及思维方法，中医护理技术及现代改良方法，中医一般护理，辨证施护，常见体质的中医调护，临床常见病的中医护理。本书可供护理学生、临床护理人员、护理教学人员、护理科研人员学习和参考。限于编写时间和作者水平，书中不足之处在所难免，恳请读者批评指正。

《中医护理思路与方法》编委会

2017年9月

目 录

总序	
总前言	
前言	
第一章 总论	1
第一节 中医护理的概念	1
第二节 中医护理简史	3
第二章 中医护理学基本特点及思维方法	17
第一节 中医护理学的基本特点	17
第二节 中医护理的思维方法	23
第三章 中医护理技术及现代改良方法	28
第一节 灸法	28
第二节 敷贴法	39
第三节 中药热熨法	44
第四节 刮痧法	50
第五节 湿敷法(焯渍法)	57
第六节 中药熏洗法	62
第七节 拔罐法	68
第八节 蜡疗法	75
第九节 穴位按摩法	81
第十节 换药法	89
第十一节 耳穴埋籽法	95
第十二节 毫针刺法	102
第十三节 穴位注射法	113
第十四节 中药保留灌肠法	125
第十五节 中药离子导入法	129
第十六节 中药超声雾化吸入法	132
第四章 中医一般护理	138
第一节 生活起居的护理	138
第二节 饮食护理	143
第三节 情志调护	149
第四节 用药护理	158
第五章 辨证施护	168
第一节 八纲辨证施护	168
第二节 脏腑辨证施护	182
第三节 卫气营血辨证施护	208
第六章 常见体质的中医调护	216
第一节 体质概述	216
第二节 体质辨识	224
第三节 辨体施护	227
第七章 临床常见病的中医护理	242
第一节 外感发热	242
第二节 哮病	246
第三节 喘病	253
第四节 肺胀病	259

第五节 眩晕病·····	264	第二十一节 疔瘡·····	353
第六节 中风·····	269	第二十二节 腰痹病·····	358
第七节 面瘫病·····	276	第二十三节 膝痹病·····	364
第八节 胸痹心痛病·····	281	第二十四节 骨蚀(成人)·····	368
第九节 心衰·····	286	第二十五节 骨痹·····	372
第十节 呕吐·····	292	第二十六节 乳痈·····	377
第十一节 吐酸·····	297	第二十七节 廉疮·····	382
第十二节 胃脘痛·····	302	第二十八节 肛痿·····	387
第十三节 胃疡·····	308	第二十九节 肛痈·····	392
第十四节 胆胀·····	313	第三十节 痔·····	396
第十五节 泄泻·····	318	第三十一节 白疔·····	402
第十六节 消渴病·····	324	第三十二节 丹毒·····	407
第十七节 肾风·····	332	第三十三节 蛇串疮·····	411
第十八节 血证·····	337	第三十四节 带下证·····	416
第十九节 紫癜风·····	342	第三十五节 暴聋·····	421
第二十节 项痹病·····	347	第三十六节 积聚·····	426

参考文献·····	433
-----------	-----



第一章 总 论

第一节 中医护理的概念

中医文化历史悠久，源远流长，是我国传统文化的瑰宝。中医整体观念、阴阳平衡理论决定了中医学思辨、宏观、动态、中庸的思维模式，对人类医学的发展有着重要的影响。中医护理学是中医学的重要组成部分，是以中医学理论为指导，结合预防、保健、康复和养生等措施，并运用独特的传统护理技术，对病人及老、弱、幼、残者施以护理，以保护人类健康的一门应用学科。

一、中医护理的内涵

中医护理的形成经历了漫长的历史阶段，它的发展与自然科学和技术的进步及哲学思想的发展密不可分。早在古时，人们就认为治疗疾病应“将息得当”或“将息得宜”，“将息”即是护理。中医学认为“凡病三分治七分养”。“养”即是调理、侍疾的过程。历史上，我国不乏书写中医护理的明书宝典，其中对护理知识进行了篇幅较多的介绍，从而赋予了中医护理丰富的内涵，逐渐形成一个多层面、多结构、体系完整的概念组合体，其内涵可以从理念、方法、技术和功能四个方面进行归纳。

1. 理念

中医护理是以整体观念为主导思想，以阴阳五行学说为认识论和思维方法，以脏腑、经络、气血、津液的生理病理为临床基础，以正邪斗争为疾病病因和发病机制，以辨证施护为护理特点的护理理念。中医护理紧紧把握整体观念，将人体自身的整体性和人与自然、人与社会的统一性紧紧联系在一起。在护理工作中要充分考虑以人的健康为中心，既要注重身体健康，即如何预防疾病的发生、如何对已发生的疾病实施护理，又要关注人的心理健康，注重心理、社会、精神、文化、环境等多方面因素对人的影响，做到全方位的整体护理。

2. 方法

以中医辨证施护原则为指导，通过望、闻、问、切全面收集病人资料，评估疾病的证候属性，判断疾病的发展和转归，从而采取有针对性的护理措施。辨证施护是中医护理的精髓，这与西医护理相比有所不同。西医护理主要是针对疾病本身的护理，即对“病”“症”的护理，而中医护理在对“病”“症”护理的同时，讲究辨“证”的护理，即针对不同的证候给

予相应的护理措施，不同的病证有不同的护理方法，同时还注重用因时、因地、因人等“三因制宜”观念来指导和制定护理方法。

3. 技术

中医常用的护理技术分为传统技术和现代技术。传统技术包括针灸、推拿、按摩、刮痧、拔罐、熏洗、药浴、热熨、穴位贴敷和耳穴埋豆等；现代技术是在继承传统技术的同时，结合现代技术进行创新和改良，使其操作更加简便、高效，效果更加明显。常用的现代中医护理技术包括中药离子导入法、中药熏蒸法、中药雾化吸入法、中药水针疗法等。中医护理技术具有历史悠久、成本低廉、操作简便、疗效确切、适用范围广等特点，逐步从临床向社区、家庭延伸，在养生、康复、保健等方面发挥独特的功效，被人们广泛认可。

4. 功能

中医护理具有可操作性强和实用性广等特点，其功能不仅体现于临床护理方面，在预防、养生、保健和康复等方面也有所体现。实施有效地中医护理干预对促进病人健康有重要的影响。医护人员通过从病人情志、饮食、环境、生活起居、服药及运用中医护理技术等方面，对病人进行积极干预和调护，使病人处于最佳状态接受治疗，以达到早日康复的目的。另外，随着我国人口老龄化进程的加快，为逐步提高养老水平，满足不断提升的养老需求，我们更应该发挥中医护理的功能与优势，在老年病人的长期照护方面和延缓慢性病发展等方面发挥重要作用。

二、中医护理的外延

中医护理的外延也非常广阔，狭义上可以在技术服务层面将中医护理的外延归纳为服务场所、服务领域和服务范围三个方面；广义上中医护理的外延可以从学科的发展和建设层面去理解。

1. 狭义的外延

(1) 服务场所：中医护理服务的场所不仅限于医院，还可以是家庭或者社区。

(2) 服务领域：中医护理得以服务的领域很广，不仅限于专业的临床护理，还包括社区卫生服务及健康教育。

(3) 服务范围：中医护理的服务范围不仅涉及对病人患病时的护理和病愈之后的调摄，还涉及健康人群的养生保健和未病先防。其服务的过程从生至死，贯穿人的整个生命过程。

2. 广义的外延

(1) 在学科交叉方面：涉及自然学科和社会学科，如中医学、临床医学、心理学、伦理学、管理学和教育学等。

(2) 在学科建设方面：中医护理不仅涉及临床护理和内、外、妇、儿等各种专科化建设，而且还包括护理管理、护理教育、人文护理、心理护理、涉外护理、社区护理、护理英语及护理科研等方面。

中医护理不仅在疾病护理方面有自己独特的理论、技术和方法，而且在疾病的预防、养生和保健方面更具特色和优势。《黄帝内经》曾提到“上古之人，春秋皆度百岁而动作不衰”，其秘诀在于“法于阴阳，和于术数，饮食有节，起居有常，不妄作劳”。随着社会经济和文化的高速发展，人们生活习惯和疾病谱都发生了很大的变化，结合我国老龄化国情，中医护理的外延还有更广阔的空间需要开拓。

三、中医护理学在中医学中的地位

中医学有着悠久的历史,在数千年的临床实践中积累了丰富的诊治疾病和养护病人的经验,对中华民族的繁衍昌盛做出了卓越贡献。中医护理是中医学的重要组成部分,它在继承历代医家的学术思想和治疗护理经验的基础上,又汲取了现代护理学理论和实践的新技术、新成就,并能做到不断自我完善。几千年来,在保障我国人民健康事业中起到了积极的推动作用。在疾病康复的过程中,护理占有举足轻重的地位。随着人们健康观念的改变及老龄化社会的到来,人们对中医药的需求度越来越高,中医护理的地位也日益提高。

四、中医护理学在中医学发展中的作用

中医护理在中医学发展中发挥其独特的作用:一是发挥互补的作用,运用科学有效的方法护理病人,并在疾病康复过程中相互依存,将中医护理技术与诊疗技术相结合,从而满足病人就医需求。二是发挥创新的作用,中医护理在临床实践过程中,以中医基本理论为基础,总结祖国医学宝库中的护理经验,丰富现代护理学的内容,不断将传统护理理念的精华与先进的现代护理理念相融合,使其更具精细化、客观化和科学化,逐步形成具有中国特色、符合现代人需求的中医护理学,从而推动中医学的进一步发展。

第二节 中医护理简史

中医护理理论、方法和技能都融汇于中医的预防、保健、养生、康复、医疗之中,呈现出医中有护、医护合一的特征。虽然历史上没有形成专门的护理学科,但是名医张仲景、华佗、孙思邈等都十分注重护理,《黄帝内经》《伤寒论》《备急千金方》等古典医籍均有关于护理方面的论述。许多关于中医护理的理论、技术、方法和经验等,大量散载于浩瀚的历史中医文献之中。数千年来,在历代医家的共同努力下,中医护理学的内容不断完善并逐渐成为一门独立的学科。

一、古代中医护理学的形成与发展

(一) 远古至春秋时期(公元前 475 年以前)

远古时期,我们的祖先在长期的生产与生活实践中,发现了一些具有预防和康复作用的本能方法,从而有目的地去实施,逐步形成了有意识的卫生保健活动,这就是医疗与护理的萌芽和起源。

原始社会时期,原始人类为了生存,以植物和野兽为食,用兽皮或树叶遮体,可避寒邪,过着“穴巢而居”的生活,记载了许多衣、食、住、行等方面的内容,形成了早期的生活起居护理。如《韩非子·五蠹》曰:“妇人不织,禽兽之皮足衣也。”《礼记·礼运》曰:“昔者……未有麻丝,衣其羽皮……冬则居营窟,夏则居橧巢。”原始人类这些本能的保护自身、减轻痛苦的自疗和互助活动,即是医护行为的开始。当人们发现一些本能的方法具有预防疾病和康复的作用,而有目的地去实施时,即形成了护理学的萌芽。在生活和劳动过程中,偶尔受伤便设法涂裹包扎,用树枝干固定骨折,清澈的溪水冲洗伤口等,身体疼痛不适便揉捏按压,

天气变化则趋避寒温,并通过对动植物的长期观察和尝试,逐渐熟悉和认识了动植物的营养、毒性和药物价值。《淮南子·修务训》载:神农氏“尝百草之滋味,水泉之甘苦,令民知所避就。当此之时,一日而遇七十毒”,表明人们开始懂得如何减少误食和中毒。由于火的使用,在取暖过程中,发现因受寒湿所引起的疼痛减轻,这就是原始的热疗法。原始人在用火的过程中,偶有烧灼皮肤表层,开始感到表面的灼痛,随之发现局部的烧灼会减轻某些疾病的症状,从而形成原始的灸法等。

夏商周时期,社会生产力的发展为医护知识的积累和提高创造了有利的条件。人们对于预防疾病和保护健康的认识及具体方法有了很大的发展和变化,对个人卫生、环境卫生等开始关注。殷商时期的甲骨文记载了十几种疾病和处理方法,如河南安阳殷王墓中发掘出来的甲骨文中记载的“沐”字,很像人在盆中用水洗澡,说明当时人们已有定期沐浴的卫生习惯。

西周时期医学分科更细,宫廷医学已出现了“食医”“疾医”“疡医”“兽医”等医学分科,人们对卫生防疫的认识有了进一步提高,改善环境卫生的措施得到了加强,并开始除虫、灭鼠、改善环境卫生等防病调护活动。如《左传》记载的“土厚水深,居之不疾”和“土薄水浅……其恶易觐”的论述,说明当时已知水土等居住条件与人体健康的关系,并开始进行灭鼠、除虫、改善环境卫生等防病调护活动。如《礼记》中指出“五日则燂汤清浴,三日具沐”“头有疮则沐,身有疡则浴”,对个人卫生提出了要求。“鸡初鸣,咸盥漱”成为口腔护理的最早记载。《诗经》中的“洒扫穹室”“洒扫庭内”,《管子》中的“当春三月……抒井易水,所以去兹毒也”,记载的就是环境护理。在饮食护理方面,《礼记》中记载“炮生为熟,令人无腹疾”,并提出不吃腐败食物,主张饮食和四时季节相适应,为食物与疾病的关系提供了资料。《诗经》记载了大量的动植物的性状、产地、形态、功效及使用方法等。《枕中记·导引》中所述的“常以两手拭面,令人面有光泽,斑皱不生”,是美容保健的重要内容。

春秋时期,医学发展迅速。名医扁鹊总结出“望、闻、问、切”的诊病方法和针灸、汤药、热敷的治病方法。这一时期护理学基本形成的另一标志是护理和治疗病人不再求助于巫术占卜,而是通过客观检查和观察来判断疾病的吉凶。如《周记》记载以五音(角、徵、宫、商、羽五个音阶)、五声(呼、笑、歌、哭、呻)和五色(青、紫、蓝、白、黑)来判断疾病的吉凶。这是运用中医五音、五声和五色配肝、心、脾、肺、肾五脏的学说,通过声音和面色观察来推测五脏病变和吉凶。同时随着文化的发展,针药知识也得到发展,从而扩大了给药的途径和方法。

(二) 战国至东汉时期(公元前 475 年至公元 220 年)

战国初期,《五十二病方》中记载了对伤口的冲洗消毒,如“犬所啮,令毋痛及易瘳方:令啮者卧,而令人以酒财沃其伤”。这就是酒精处理伤口的最早记录。

《周礼》记载了西周至战国时期官职制、职掌和施政要领等典章制度,当时已有医政组织的设立,医学分科、医疗考核制度、病案的建立等。《周礼·天官》中记载“凡民之疾病者,分而治之,死终则各书其所以,而入于医师”,说明当时已开始分科治疗和护理,并且建立了书写治疗、死亡报告等医疗文件的记录制度,同时记载医师下设为“土、府、史、徒”等专职人员,其中“徒”就兼有护理职能,负责看护病人。《周礼》记载四季发病“春时有病首疾,夏时有痒疥疾,秋时有疟寒疾,冬时有咳上气”,说明四季气候变化影响人体的健康,气候失常导致疾病的流行。它提示人们要顺应四时气候,做好饮食、起居等护理,避免疾病的发生。

《周礼》提出“喜、怒、哀、俱、爱、恶、欲之情，过则有伤”，说明七情不调是致病原因之一，提示人们情志调和的重要性。

《黄帝内经》《伤寒杂病论》和《神农本草经》等医学典籍的相继问世及古代医家临床经验的总结，标志着中医学理论体系的初步形成，也为中医护理的发展奠定了理论基础。

1.《黄帝内经》

《黄帝内经》始于战国而成形于西汉，是现存最早的一部医学经典著作，标志着中医学理论体系的初步形成。千百年来，它始终有效地指导着我国传统医学的临床实践，为历代医家所重视，而且对世界医学的发展也有着重要的影响。它包括《素问》和《灵枢》两部分，共18卷，162篇。《黄帝内经》以当时的唯物论和辩证法哲学思想为指导，以精气学说、阴阳学说、五行学说为理论依据，从整体观出发，全面系统地阐述了人体的结构、生理、病因、病理，以及疾病的诊断、预防、治疗、养生、护理等，其中《素问》包括脏腑、经络、病因、病机、病证、诊法、辨证、治则、针灸和汤药治疗等；《灵枢》除了论述脏腑功能、病因病机以外，还着重介绍了经络、腧穴、针具、刺法及治疗原则等。两书都运用了阴阳五行学说，阐明因时、因人、因地制宜等辨证论治的原则，体现了人体与外界环境统一的整体观念。同时书中还蕴含了气候医学、社会医学、时间医学、心理学等丰富内容。例如，在形态学方面，对人体骨骼、血脉的长度，内脏器官的大小和容量等的记载，已相当接近西医学的认识，如食管与肠的比例是1:35，现代解剖学是1:37。在血液循环方面，已认识到血液在脉中是“流行不止，环周不休”。在发病学上，强调人体的抗病能力，“正气存内，邪不可干”，并提出了“治未病”的论点。在治疗方法上，已有药物治疗、针灸疗法、推拿疗法、导引疗法、物理疗法、手术疗法、饮食疗法、心理疗法等丰富的手段。书中还详细论述了中医护理的基本原则，包括生活起居护理、情志调护、饮食护理、用药护理、病情观察及部分护理技术等内容，奠定了中医护理学的基础。

(1) 生活起居护理：《素问·上古天真论》提出“法于阴阳，和于术数，饮食有节，起居有常，不妄作劳”“顺四时而避寒暑”；《素问·四气调神大论》曰：“夫四时阴阳者，万物之根本也，所以圣人春夏养阳，秋冬养阴，以从其根，故与万物沉浮于生长之门，逆其根则伐其木，坏其真矣”，提示人们顺应四时气候，做好生活起居护理，防病于未然。

(2) 情志调护：《黄帝内经》中有丰富的情志调护内容，强调情志与脏腑功能密切相关，如《素问·汤液醪醴论》提出“精神不进，志意不治，故病不可愈”，并阐述了情志与疾病的关系。《素问·阴阳应象大论》指出“喜伤心”“怒伤肝”“思伤脾”“恐伤肾”“忧伤肺”，并提出以情制情的护理方法，如“悲胜怒”“怒胜思”“思胜恐”“恐胜喜”“喜胜悲”。这是根据五行之间相生相克关系的原理，用相互克制的情志来转移和干扰对机体有害的情绪，以达到和谐情志的目的，此乃中医情志调护的一大特色，为历代医家广泛使用。《灵枢》还提出“告之以其败，语之以其善，导之以其所便，开之以其所苦”，此种开导法对现代护理学的心理护理有重要的影响。护者为病人做耐心细致的思想工作，调动其积极性和主观能动性，使其更好地配合治疗和护理，促进疾病康复。

(3) 饮食护理：在饮食护理方面，指出“毒药攻邪，五谷为养，五果为助，五畜为益，五菜为充，气味合而服之，以补益精气”。《素问·生气通天论》说：“膏粱之变，足生大丁，受如持虚……因而饱食，筋脉横解，肠澼为痔”，说明饮食忌过饱。“肝病禁辛，心病禁咸，脾病禁酸，肺病禁苦，肾病禁甘”提出各个系统疾病的禁忌饮食。《素问·玉机真藏论》说：“浆粥入胃，泄注止，则虚者活；身汗得后利，则实者活”，指出食粥养胃、止泻，吸热粥发