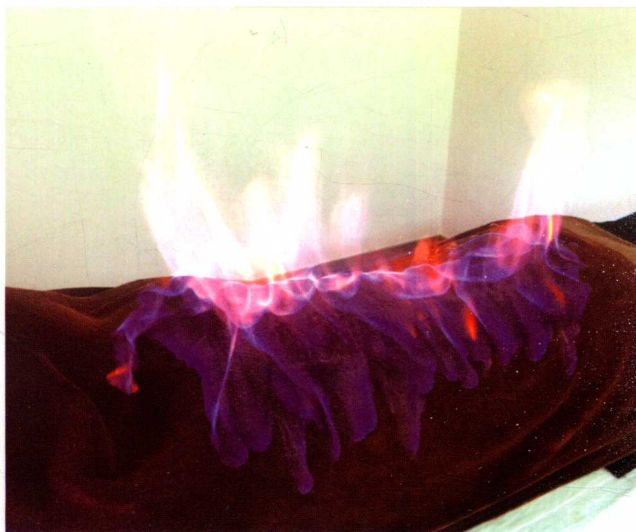


实用中医护理技术教程

SHIYONG ZHONGYI HULI JISHU JIAOCHENG

—— 张晓英 主编 ——



山西出版传媒集团
山西科学技术出版社

实用中医护理技术教程

主任委员 雷 鸣

副主任委员 张 捷 郝重耀

委 员 安玉兰 刘越清 李晓伟 李 蕾

张天生 吴 琼 洪珍兰

主 编 张晓英

副 主 编 王艳云 南莎莎 武玉芬 杨引弟

郭俊莲 要永娟

编 委 牛兰芝 王敏婧 刘 婷 关 芳

许 娜 李 莉 李 杨 李鹏飞

李彩霞 攸晓晓 张卫萍 肖 南

范玲玲 杨 帆 杨晓英 赵荣荣

贺燕平 郝晓梅 贾淑红 贾 洁

贾瑞春 霍红英

图书在版编目 (CIP) 数据

实用中医护理技术教程 / 张晓英主编 . — 太原 :

山西科学技术出版社, 2018.8

ISBN 978-7-5377-5773-7

I . ①实… II . ①张… III . ①中医学 — 护理学 — 教材

IV . ① R248

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 128710 号

实用中医护理技术教程

出 版 人 赵建伟

主 编 张晓英

策 划 编 辑 张延河

责 任 编 辑 张延河

出 版 发 行 山西出版传媒集团 · 山西科学技术出版社

地 址 太原市建设南路 21 号 邮编: 030012

编辑部电话 0351-4922135 4922072

发行部电话 0351-4922121

经 销 各地新华书店

印 刷 山西人民印刷有限责任公司

网 址 www.sxxjcsbs.com

微 信 sxxjcsbs

开 本 787mm × 1092mm 1/16 印张 24

字 数 549 千字

版 次 2018 年 8 月第 1 版 2018 年 8 月太原第 1 次印刷

印 数 1—3000 册

书 号 ISBN 978-7-5377-5773-7

定 价 118.00 元

本社常年法律顾问: 王葆科

如发现印、装质量问题, 影响阅读, 请与发行部联系调换

序

中医护理是一门新学科，但护理对于中医来说并不是一个新事物。古语说：“三分治，七分养。”所谓“养”（病）便是中医对护理的一种说法。中医养生已然引领中国式健康生活。中医“养”（病）的理念和方法若能加以总结、提高，必将大有助于我们构建中医特色护理服务体系。

我在山西省中医院和山西中医药大学工作时，没把中医护理发展放到重要位置上思考和推进。正感叹“悔之晚矣”，山西中医药大学第三中医院做出了一些成绩，组织临床一线护理专家编写了这本《实用中医护理技术教程》。本书共收入37项中医护理技术，每项技术包括操作目标、适应证、禁忌证、评估要点、常见病症选穴、穴位介绍、沟通及护理要点、不良反应的预防及处理、护理技术操作流程及评分标准、操作示例、操作图示等内容，紧贴临床、实用性强，直观形象、便于学习。这是山西中医药大学第三中医院坚持走中医特色发展之路的一大收获，是对中医护理规范化发展的有益尝试，值得鼓励和学习，也当推荐同道借鉴。

医、药、护、技是医学之“四梁”，缺一不可成其制。中医发展也应当医、药、护、技齐头并进、全面发展。期待更多中医人致力于中医护理的传承、创新、共享发展，使中医护理更为系统、更加规范、更好适应现代医学模式与人类健康需求。

周然

2018年夏



前言

为贯彻落实《全国护理事业发展规划（2016-2020）》，大力培养中医护理人才，注重中医护理技术的推广和应用，提升中医护理服务的能力和水平，真正做到“辨证施护”，我们结合临床实践，组织本院的临床一线护理专家编写了本教程。

本书分为罐类、灸类、针刺类、熏洗类、敷药类、按摩类及其他类共7个部分，共编入中医护理技术37项，囊括了临床常用中医护理操作技术，每项护理技术包括操作目标、适应证、禁忌证、评估要点、常见病症选穴、穴位介绍、沟通及护理要点、不良反应的预防及处理、护理技术操作流程及评分标准、操作示例、操作图示等。其中“穴位介绍”图文并茂，为临床工作提供了理论依据；“护理技术操作流程”丝丝入扣，重点突出；“护理技术操作评分标准”内容严谨，评分合理；“操作图示”直观形象，清晰明了。

中医护理技术培训是培养中医专科护士的重要途径，是加强中医护理力量的重要方式，也是护士继续教育的重要部分。本书内容新颖、编写规范、贴近临床、与时俱进、结构合理，介绍的护理技术内容与中医护理工作息息相关，对于规范中医护理操作技术，提高中医护理人员的技术水平有一定指导意义，更好地体现了中医护理培训的科学性、可行性、前瞻性。

本教程在编写过程中得到了各级领导和同仁的帮助与支持，在此表示衷心的感谢。由于我们编写水平所限，书中难免有不足与疏漏之处，期望广大护理人员提出宝贵意见，以便使本书更加完善。

编者

目录



壹 罐 类

- 一、拔火罐护理技术 / 001
- 二、闪罐护理技术 / 020
- 三、通阳药物游走罐护理技术 / 033
- 四、平衡火罐护理技术 / 042
- 五、刺血拔罐护理技术 / 052

- 一、艾条灸护理技术 / 062
- 二、艾盒灸护理技术 / 071
- 三、温针灸护理技术 / 081
- 四、雷火灸护理技术 / 090
- 五、热敏灸护理技术 / 099
- 六、隔姜灸护理技术 / 113
- 七、麦粒灸护理技术 / 122
- 八、吕氏脐药灸护理技术 / 131
- 九、谢锡亮通督灸护理技术 / 140
- 十、火龙药灸护理技术 / 150



贰 灸 类



叁 针 刺 类

- 一、耳穴埋豆护理技术 / 162
- 二、穴位注射护理技术 / 171
- 三、穴位放血护理技术 / 181
- 四、梅花针循经叩刺护理技术 / 191
- 五、磁圆梅针循经叩刺护理技术 / 203



- 一、局部中药熏蒸护理技术 / 215
- 二、全身中药熏蒸护理技术 / 225
- 三、中药泡洗护理技术 / 235
- 四、中药浴足护理技术 / 243



肆 熏洗类



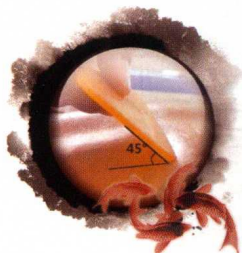
伍 敷药类

- 一、中药湿敷护理技术 / 252
- 二、穴位贴敷护理技术 / 260
- 三、中药塌渍护理技术 / 270
- 四、热罨包护理技术 / 279
- 五、中药涂药护理术 / 287
- 六、中药蜡疗护理技术 / 296

- 一、面部穴位按摩护理技术 / 304
- 二、足部循经按摩护理技术 / 314



陆 按摩类



柒 其他类

- 一、刮痧护理技术 / 331
- 二、中药保留灌肠护理技术 / 341
- 三、特定电磁波（TDP）治疗护理技术 / 351
- 四、中频通经治疗护理技术 / 360
- 五、中药离子导入护理技术 / 368



一、拔火罐护理技术

拔火罐疗法是以火罐为工具，利用燃烧热力排除罐内空气，形成负压，将火罐吸附于腧穴或相应体表部位，使局部皮肤充血或瘀血，达到防治疾病的一种外治技术。

【操作目标】

1. 活血化瘀，疏经通络。
2. 温经除湿，通利关节。
3. 祛风解表，散寒止痛。
4. 清热解毒，托腐排脓。
5. 扶正祛邪，调和阴阳。

【适应证】

1. 瘀血阻络证：胁痛、肩凝症、腰痛、项痹、膝痹等。
2. 寒湿中阻证：胃脘痛、腹痛、泄泻、呕吐、痞满等。
3. 风寒袭表证：感冒、咳嗽、哮喘、喘证、面瘫、头痛等。
4. 邪毒内蕴证：牙痛、疮疡、痈疖、毒蛇咬伤等。
5. 阴阳失调证：中风、偏瘫、失眠、肥胖症等。

【禁忌证】

1. 心尖区、疝气处、静脉曲张处。
2. 极度衰弱、消瘦、皮肤破溃及皮肤失去弹性者。
3. 瘰癧、血友病、呼吸衰竭、活动性肺结核、凝血机制障碍者。
4. 孕妇腹部、腰骶部。



【评估要点】

1. 当前临床表现、既往史、凝血机制、体质、心理状况。
2. 拔罐部位皮肤情况、对疼痛的耐受程度。
3. 罐口周围光滑、罐体无裂痕、用火安全。
4. 女性是否妊娠。

【常见病症选穴】

1. 腰痛：阿是穴、肾俞、命门、腰阳关、大肠俞。
2. 腹痛：中脘、下脘、大横、天枢、腹哀、腹结、下巨虚。
3. 感冒：大椎、肺俞、大杼、风门、风池。
4. 头痛：大椎、风池、肩井、完骨、风门。
5. 呕吐：脾俞、胃俞、足三里、大肠俞、手三里。
6. 肥胖症：中脘、天枢、阴陵泉、中极、丰隆、关元、气海、足三里等。
7. 项痹：阿是穴、大椎、风池、大杼、风门、颈夹脊。
8. 肩凝症：阿是穴、肩髃、肩井、肩贞、肩髃、天宗等。
9. 膝痹：阿是穴、外膝眼、内膝眼、鹤顶、阴陵泉、阳陵泉。
10. 牙痛：阿是穴、颊车、肩贞、曲池、胃俞。
11. 面瘫：患侧地仓、颊车、牵正、大迎、风池。

【穴位介绍】

1. 肾俞（见图 1-1）：

归经：足太阳膀胱经。

定位：第 2 腰椎棘突下，旁开 1.5 寸。

功效：益肾助阳，强腰利水。

2. 命门（见图 1-2）：

归经：督脉。

定位：后正中线上，第 2 腰椎棘突下凹陷中。

功效：培元固本，强健腰膝。

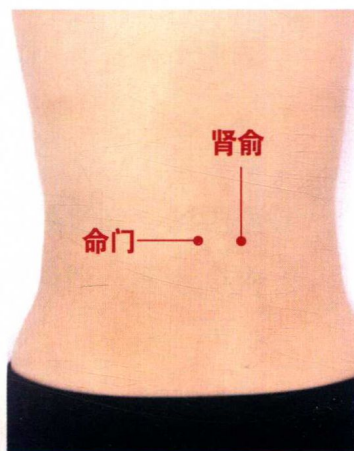


图 1-1 肾俞

3. 腰阳关（见图 1-3）：

归经：督脉。

定位：后正中线上，第 4 腰椎棘突下凹陷中，约与髂嵴相平。

功效：祛寒除湿，利腰强膝。

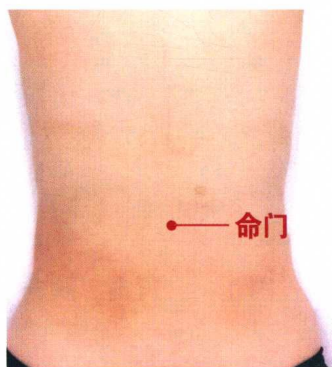


图 1-2 命门

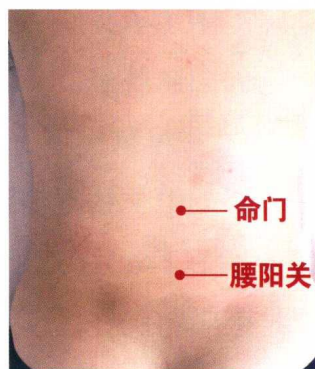


图 1-3 腰阳关

4. 大肠俞（见图 1-4）：

归经：足太阳膀胱经。

定位：第 4 腰椎棘突下，旁开 1.5 寸。

功效：理气降逆，疏调肠胃。

5. 中脘（见图 1-5）：

归经：任脉。

定位：前正中线上，脐上 4 寸，或脐与胸剑联合连线的中点处。

功效：和胃健脾，化湿降逆。

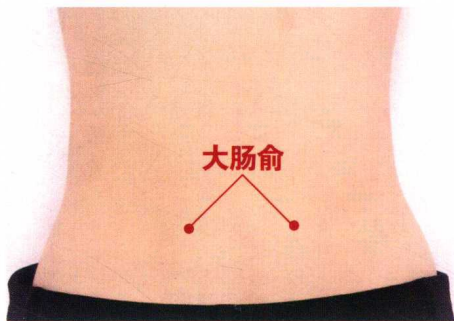


图 1-4 大肠俞

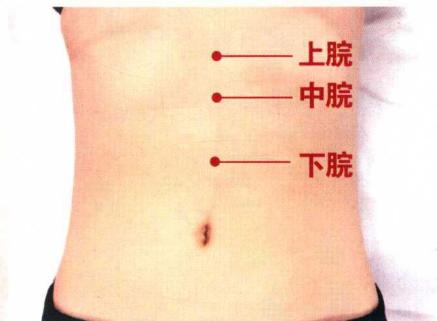


图 1-5 上脘、中脘、下脘

6. 下脘（见图 1-5）：

归经：任脉。

定位：前正中线上，脐上 2 寸。

功效：健脾消食，降逆止呕。

7. 胃俞（见图 1-6）：

归经：足太阳膀胱经。

定位：第 12 胸椎棘突下，旁开 1.5 寸。

功效：和胃调中，祛湿消积。

8. 脾俞（见图 1-6）：

归经：足太阳膀胱经。

定位：第 11 胸椎棘突下，旁开 1.5 寸。

功效：健脾和胃，益气统血。

9. 足三里（见图 1-7）：

归经：足阳明胃经。

定位：犊鼻穴下 3 寸，胫骨前嵴外 1 横指处。

功效：健脾和胃，扶正培元，通经活络，升降气机。

10. 阳陵泉（见图 1-7）：

归经：足少阳胆经。

定位：腓骨小头前下方凹陷处。

功效：疏肝利胆，强健腰膝。

11. 大椎（见图 1-8）：

归经：督脉。

定位：后正中线上，第 7 颈椎棘突下凹陷中。

功效：清热解表，补虚宁神，通调经气。



图 1-6 胃俞、脾俞等



图 1-7 足三里、阳陵泉等



图 1-8 大椎、大杼等

12. 大杼（见图 1-8）：

归经：足太阳膀胱经。

定位：第 1 胸椎棘突下，旁开 1.5 寸。

功效：祛风解表，疏调筋骨。

13. 肺俞（见图 1-9）：

归经：足太阳膀胱经。

定位：第 3 胸椎棘突下，旁开 1.5 寸。

功效：解表宣肺，清热理气。

14. 风池（见图 1-10）：

归经：足少阳胆经。

定位：胸锁乳突肌与斜方肌上端之间的凹陷处，平风府穴。

功效：醒脑开窍，祛风清热，通经活络。

15. 天枢（见图 1-11）：

归经：足阳明胃经。

定位：脐中旁开 2 寸。

功效：疏调肠腑，理气健脾，和营调经。

16. 大横（见图 1-11）：

归经：足太阴脾经。

定位：脐中旁开 4 寸。

功效：除湿散结，理气健脾，通调肠胃。



图 1-9 肺俞



图 1-10 风池



图 1-11 天枢、大横

17. 阴陵泉（见图 1-12）：

归经：足太阴脾经。

定位：胫骨内侧髌下方凹陷处。

功效：健脾利水，通利三焦，通经活络。

18. 中极（见图 1-13）：

归经：任脉。

定位：前正中线上，脐下 4 寸。

功效：益肾兴阳，通经止带，清热利湿。

19. 丰隆（见图 1-14）：

归经：足阳明胃经。

定位：外踝尖上 8 寸，条口穴外 1 寸，胫骨前嵴外 2 横指（中指）处。

功效：健脾利湿，和胃降逆，疏通经络。



图 1-12 阴陵泉、地机

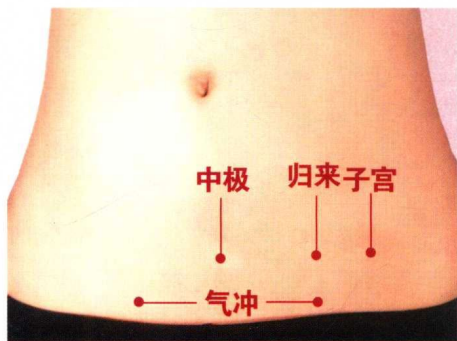


图 1-13 中极、归来等

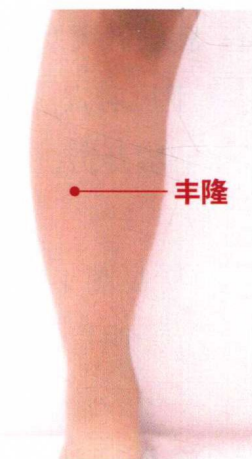


图 1-14 丰隆

20. 关元（见图 1-15）：

归经：任脉。

定位：前正中线上，脐下 3 寸。

功效：培肾固本，清热利湿。

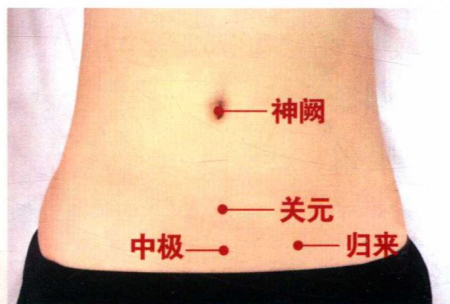


图 1-15 关元、中极等

21. 手三里（见图 1-16）：

归经：手阳明大肠经。

定位：在阳溪穴与曲池穴连线上，肘横纹下 2 寸处。

功效：疏经通络，消肿止痛，调理肠胃。



图 1-16 手三里

22. 风门（见图 1-17）：

归经：足太阳膀胱经。

定位：第 2 胸椎棘突下，旁开 1.5 寸。

功效：宣肺解表，祛风益气。

23. 颈夹脊（见图 1-18）：

归经：经外奇穴。

定位：颈部督脉经的两侧，后正中线旁开 0.5 寸。

功效：疏经通络。

24. 膝眼（见图 1-19）：

归经：经外奇穴。

定位：屈膝，在髌韧带两侧凹陷处。在内侧的称内膝眼，在外侧的称外膝眼（即犊鼻）。

功效：活血通络，疏利关节。



图 1-17 风门、肺俞



图 1-18 颈夹脊

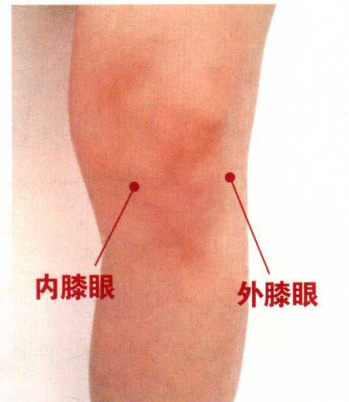


图 1-19 膝眼（内膝眼、外膝眼）

25. 颊车（见图 1-20）：

归经：足阳明胃经。

定位：在下颌角前上方约 1 横指，按之凹陷处，当咀嚼时咬肌隆起最高点处。

功效：祛风通络，利节消肿。

26. 肩井（见图 1-21）：

归经：足少阳胆经。

定位：肩上，大椎穴与肩峰连线的中点。

功效：祛风清热，通经活络，调理气机。



图 1-20 颊车



图 1-21 肩井

27. 肩髃（见图 1-22）：

归经：手少阳三焦经。

定位：肩峰后下方，上臂外展时，当肩髃穴后，寸许凹陷中。

功效：祛风除湿，舒筋利节，升清降浊。

28. 肩贞（见图 1-22）：

归经：手太阳小肠经。

定位：臂内收，腋后纹头上 1 寸。

功效：舒筋利节，通经散结。

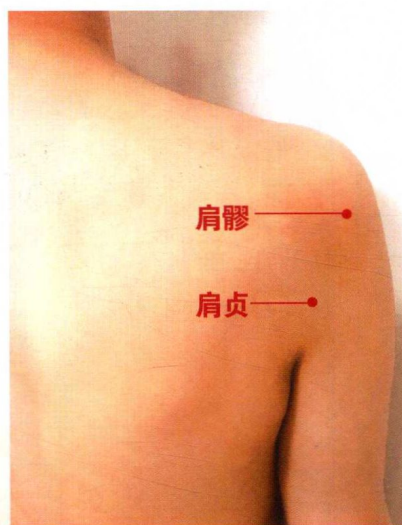


图 1-22 肩髃、肩贞

29. 腹哀（见图 1-23）：

归经：足太阴脾经。

定位：脐中上 3 寸，前正中线旁开 4 寸。

功效：健脾和胃，理气调肠。

30. 腹结（见图 1-24）：

归经：足太阴脾经。

定位：府舍穴上 3 寸，大横穴下 1.3 寸。

功效：理气散结，健脾温中。

31. 完骨（见图 1-25）：

归经：足少阳胆经。

定位：耳后，乳突后下方凹陷处。

功效：通络宁神，祛风泻热。

32. 鹤顶（见图 1-26）：

归经：经外奇穴。

定位：在膝上部，髌底的中点上方凹陷处。

功效：祛风除湿，通利关节。

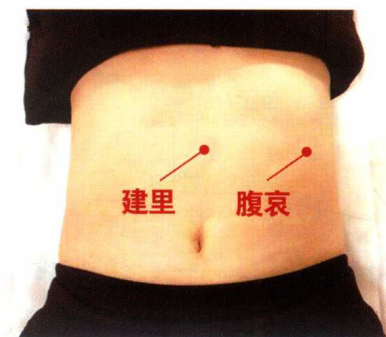


图 1-23 腹哀、建里



图 1-24 腹结、大横



图 1-25 完骨



图 1-26 鹤顶

33. 下巨虚（见图 1-27）：

归经：足阳明胃经。

定位：上巨虚穴下 3 寸。

功效：通调肠胃，通经活络，清湿化热。



图 1-27 下巨虚

34. 气海（见图 1-28）：

归经：任脉。

定位：前正中线上，脐下 1.5 寸。

功效：补气理气，温中补肾，调经固经。

35. 天宗（见图 1-29）：

归经：手太阳小肠经。

定位：肩胛冈下窝中央凹陷处，约当肩胛冈下缘与肩胛下角之间的上 1/3 折点处取穴。

功效：疏经活络，理气消肿。

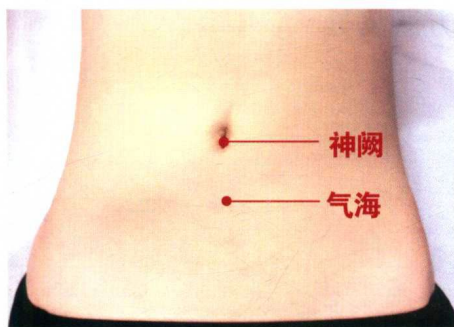


图 1-28 气海、神阙



图 1-29 天宗

36. 曲池（见图 1-30）：

归经：手阳明大肠经。

定位：屈肘呈直角，在肘横纹外侧端与肱骨外上髁连线中点。

功效：清热解表，调和气血，疏经通络。



图 1-30 曲池