

R748.6
75

中医心身护理学简编

焦素英 张淑良 舒玉苓 编著

中医古籍出版社

责任编辑 樊岚岚

封面设计 尚世海

图书在版编目 (CIP) 数据

中医心身护理学简编/焦素英等编. -- 北京: 中医古籍出版社, 2002.1

ISBN 7-80174-025-4

I. 中… II. 焦… III. 心身病—中医学: 护理学
IV. R248.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2001) 第 073898 号

中医古籍出版社出版发行

(北京东直门内北新仓 18 号 100706)

全国各地新华书店经销

北京财经印刷厂印刷

787×1092 毫米 32 开 8.625 印张 191 千字

2002 年 1 月第 1 版 2002 年 1 月第 1 次印刷

印数: 0001~3000 册

ISBN 7-80174-025-4/R·025

定价: 10.00 元

中医心身护理学简编

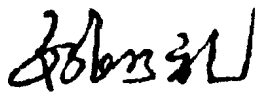
主 审	赵志付	苏 静	肖铭媛	
主 编	焦素英	张淑良	舒玉苓	
副主编	刘凤芝	王淑梅	杨其琼	
编 委	(按姓氏笔划为序)			
	于秀华	王淑梅	刘凤芝	杨其琼
	张素秋	张淑良	郭 彦	舒玉苓
	程俊风	焦素英		
编 写	(按姓氏笔划为序)			
	于秀华	王淑梅	云博均	石丽妹
	刘 丽	李丹阳	吴丽娟	杨其琼
	陈彦红	张素秋	张莲英	张淑良
	张淑雯	肖铭媛	屈彦茹	耿西媛
	袁京云	郭 彦	晋翠琴	曹艳霞
	梁增惠	舒玉苓	游秀珍	程俊风
	焦素英	葛淑琴	戴红霞	

序

由中国中医研究院医务处主编，聘请北京中医药大学东直门医院、中日友好医院、北京市中医医院及中国中医研究院广安门医院、西苑医院、望京医院等单位的护理骨干通力合作，集体编写的《中医心身护理学简编》一书，倡导护士以中医理论为基础，运用中医五脏情志论、心身并治论、三因论等学说，结合临床实践，在对病人进行全身心的护理工作中，做出了有益的探索。

随着我国卫生保健事业的不断发展及整体护理的开展，中医心身护理学得到了进一步完善。在围绕“以病人为中心”创建具有中医特色的整体护理模式的同时，对护士本身的素质修养、艺术水平、专业知识等方面又提出了更高的要求，为提高中医护理队伍的水平迈出了可喜的一步。

希望《中医心身护理学简编》一书能广泛指导临床护理实践，为完善和发展中医心身护理学科、为人类的健康事业做出新的贡献。



2000年10月12日

前 言

随着社会的发展和科学的进步，人类的疾病谱和死亡谱都发生了根本变化：由过去的以传染病和营养不良性疾病为主，转变为以心理社会因素为主引起的心理生理疾病即心身疾病为主；占死亡率前几位的疾病如心血管病、脑血管病、肿瘤病等，多属于心身疾病；医学模式也由生物医学模式转变为生物—心理—社会医学模式。为适应这种转变，护理模式也发生了很大变化，由过去的单纯功能制护理模式，转变为以病人为中心的整体化护理模式，更好地、全方位地对病人进行全心身的整体护理，促进病人康复。

医学、护理学同属于以保护人们心身健康、预防疾病为共同任务的医学领域，是相辅相成的两门学科。面对心身疾病，医学和护理学分别担负着研究心身医学和心身护理学的任务。目前，我国已成立了中国中医心身医学研究会，将在中医学领域对心身疾病的诊断、治疗等进行研究与探索。中医心身护理学的研究与探索的任务，责无旁贷地落在了广大的中医护理工作者们的肩上了。为此，我们在中国中医心身医学研究会的协助下，组织了北京的长期从事中医临床护理工作人员，共同编写了这本《中医心身护理学简编》，由于本书在全国目前尚属首次出版，其内涵的范围与深度等尚在探索，故其名曰

“简编”，以期为中医心身护理学的创立、形成和发展做一点探索。诚言：长江后浪推前浪，激流险滩莫彷徨，愿成汹涌澎湃势，奔腾入海汇汪洋。

本书在编写过程中参阅了大量的中、西医心理学、心身医学、心理护理学的书籍及相关的学术文献，在此一并向有关作者、编者表示深深的谢意。由于水平有限，经验不足，疏漏谬误，在所难免。欢迎广大读者指正，以便再版时加以修订。

编著者

1998年 春 于北京

目 录

上 篇

第一章 中医心身护理学的概念	(1)
第一节 中医心身医学的概念	(1)
第二节 心身疾病的概念	(4)
第三节 心身疾病的发病因素	(9)
第四节 心身疾病的中介机制	(16)
第五节 心身疾病的诊断和治疗	(21)
第六节 中医心身护理学的创立和展望	(26)
第二章 中医心身护理学理论基础	(30)
第一节 形神合一论	(30)
第二节 天人合一论	(33)
第三节 五脏情志论	(37)
第四节 体质与人格学说	(40)
第五节 三因论	(44)
第六节 七情学说	(53)
第三章 中医心身护理特点	(58)
第一节 心身疾病护理的原则	(58)

第二节 心身疾病护理要点	(61)
第四章 常用中医心理护理方法简介	(64)
第一节 传统的方法	(64)
第二节 现代方法	(67)
第五章 中医心理护理程序	(74)
第一节 收集资料（方法与内容）	(74)
第二节 分析判断，提出护理诊断	(79)
第三节 认真进行效果评价	(82)
第六章 心身护理对护士素质的要求	(84)
第一节 护士的仪表与语言	(84)
第二节 护患沟通技巧	(88)

下 篇

第七章 中医内科常见心身疾病及护理	(93)
第一节 心悸	(93)
第二节 胸痹	(98)
第三节 头痛	(102)
第四节 眩晕	(106)
第五节 中风	(110)
第六节 不寐	(116)
第七节 郁证	(119)
第八节 咳嗽	(127)

第九节 哮喘·····	(131)
第十节 肺癆·····	(134)
第十一节 肺积·····	(138)
第十二节 胃脘痛·····	(142)
第十三节 呕吐·····	(146)
第十四节 腹痛·····	(149)
第十五节 泄泻·····	(152)
第十六节 胁痛·····	(156)
第十七节 积聚·····	(160)
第十八节 消渴·····	(163)
第十九节 梅核气·····	(167)
 第八章 中医外科、皮肤科常见心身疾病及护理·····	(170)
第一节 瘰癧·····	(170)
第二节 癰闭·····	(173)
第三节 乳痈·····	(176)
第四节 脱疽·····	(180)
第五节 肠痈·····	(184)
第六节 痔瘡·····	(187)
第七节 蛇串瘡·····	(190)
第八节 红蝴蝶瘡·····	(194)
第九节 白疔·····	(198)
第十节 斑秃·····	(201)
第十一节 荨麻疹·····	(204)

第九章 中医妇科常见心身疾病及护理 ·····	(207)
第一节 胎漏 胎动不安 堕胎 小产 滑胎·····	(207)
第二节 妊娠恶阻·····	(211)
第三节 子痫·····	(214)
第四节 症瘕·····	(219)
第五节 月经不调·····	(223)
第六节 痛经·····	(228)
第七节 崩漏·····	(231)
第八节 绝经期前后诸证·····	(236)
第十章 中医儿科常见心身疾病及护理 ·····	(240)
第一节 呕吐·····	(240)
第二节 厌食·····	(243)
第三节 遗尿·····	(247)
第十一章 中医五官科常见心身疾病及护理 ·····	(251)
第一节 绿风内障·····	(252)
第二节 暴盲·····	(255)
第三节 暴发性耳聋·····	(259)

上 篇

第一章 中医心身护理学的概念

第一节 中医心身医学的概念

一、关于中医心身医学的概念

随着社会的发展和科学的进步，人类的疾病谱和死亡顺序有了很大的变化，由过去的以传染病和营养不良为主，转变为由心理社会因素引起的心理生理性疾病即心身疾病为主，死亡率最高的疾病如心血管病、脑血管病、恶性肿瘤多属于心身疾病范畴。医学模式也已由生物医学模式转变为生物—心理—社会医学模式。关于心身疾病的概念，国内外学者较为一致的看法是：它是由心理社会因素为主引起的躯体疾病，如高血压病、冠心病、消化性溃疡病等。现代心身医学的狭义概念是研究心身疾病的病因、病理、诊断、治疗、预防的一门专门学科，属于现代医学的一个分支学科。另有广义的现代心身医学概念则是一种方法和思维模式，是指从心理和生理两方面研究人类健康和疾病问题的科学。是对现代医学进行改造，使之达

到更高层次的医学。中医学强调形神统一，天人合一，心身并治。国外有人把中医学称为广义的心身医学，体现了中医学与广义心身医学的一致性。

鉴于我国目前状况，我们认为中医心身医学应是一个学科，应取狭义心身医学的概念。它的概念应该是用中医学的理论和研究方法研究心身疾病的病因、病理、诊断、治疗和预防的一门专门学科，是中医学的一个分支，是心理学与医学的结合，属于交叉学科。

心身医学是近几十年来形成的一门新兴学科，它是运用医学、心理学和社会学等学科理论研究人们的心理因素与心理活动之间的关系，研究人们所处的社会环境对人体生理的影响，探求人的性格特征、体质因素在疾病中的作用。

然而，上述思想在 2000 多年祖国医学历代医籍中已有颇多体现，它涵盖了中医心理学的病因病机学、诊断学、治疗学、护理学及养生学等诸多方面的内容，例如《素问·阴阳应象大论篇》中说“怒伤肝”、“喜伤心”、“思伤脾”、“忧伤肺”、“恐伤肾”。《灵枢·本脏篇》中说：“志意和则精神专注，魂魄不散，悔怒不起，五脏不受邪。”肯定地阐明了心理情志与生理健康的关系，说明了心理情志的异常变化及内在脏腑的心身医学观点，从而创立了精神内伤学说。

心理情志的改变如何导致生理脏腑功能变化的病机，中医也早有明确的认识。认为是由于七情过激影响了人体气机的条畅，使之出、入、升、降的功能发生紊乱，气乱则五脏六腑不安，如气虚、气滞、气郁、气逆，气血失调、中气下陷、气滞血瘀等等。《素问·举痛论篇》中说“百病生于气也。怒则气上，喜则气缓，悲则气消，恐则气下……惊则气乱，思则气

结。”后世陈无择进一步指出“……故喜伤心，其气散；怒伤肝，其气击；忧伤肺，其气聚；思伤脾，其气结；悲伤心胞，其气急；恐伤肾，其气怯；惊伤胆，其气乱。虽七诊自殊，无不验于气。”

中医在对心身疾病的诊断方面也有独到之处。运用传统的望、闻、问、切四诊方法收集病人心理异常的表现和体征，依据中医辨证方法分析判断。清《医原·望色须察神气论》中言：“人之神气，在有意无意间流露最真”；又《素问》指出“病深者，其声啞”，“言而微、终日乃复言者，此夺气也……言语善恶不避亲疏者，此神明之乱也”。从人们的神、色、形、态、语言、动作能表露出心理情志活动，如常说的“得意忘形”、“喜形于色”、“怒容满面”、“愁眉苦脸”、“大惊失色”、“神痴目呆”、“语无伦次”、“笑骂不避亲疏”等表现。通过望神、察目、闻声调语言、观行为动作、问嗜欲苦乐等方法，能了解病人的心理活动特点，分析其心理需要。而心理辨证诊断又是中医的独有特色，例如由于情志不遂导致的郁证有肝气郁结证、肝郁气滞证、肝火上炎证；久之导致肝气横逆犯脾土而致肝胃不和证；五志过极，情志内伤，气郁化火导致痰火忧心、心肾不交证等等。

1. 我国历代名医一再提倡“善医者，必先医其心，而后医其身”、“心病须要心药医”。这是中医治疗心身疾病固有的特长和基本原则。积几千年的医疗实践，中医已形成一套较成熟的心理标准。

(1) 中医心理学的治疗学。将祖国医学历代医家心理治疗有效病例分析、归类，结合现代医学心理学理论，制订出若干既有实用性又具科学性的心理治疗方法（或称原则或称规范）。

(2) 临床常见心理病证的辨证论治（以心理学内容为主）。

(3) 根据祖国医学传统的养生保健经验，制订一套防病保健的心理卫生常识或心理健康保健法（属于科普性质，可供一线临床医护参考及一般群众掌握应用）。

(4) 中医传统体质学说、行为类型（或称性格类型）学说。内容包括分类标准、生理心理特点、易患病症，以及不良心理、行为的矫正方法等。

2. 为继承传统医学精华，并促其发扬光大，需要进行不断的学术研究，为此建议成立专科技术组，组织定期或不定期的学术研讨会。还要利用报刊杂志人力进行学科工作及专业内容与学术活动的报道，以便扩大影响，集聚学术力量，博采众长，发展学术。

第二节 心身疾病的概念

中医认为人是一个有机的整体，精神和躯体（心和身）是同一生命过程的两个方面，此二者在这个有机的生命体里共同起着作用，主宰着人们的健康和疾病。

心身疾病又称心理生理疾患，是一组躯体疾病，其发病、发展、归转和防治都与心理因素密切相关。任何时候，只要有情志变化就会出现生理反应，如果不良的生理反应持续过久或程度过激就会导致躯体的损害，影响脏腑功能，甚至造成器质性病变。

一、心身疾病的特点

(一) 心身疾病是由七情刺激引起情绪变化和人格因素引

起的。

(二) 心身疾病的躯体变化与正常情绪状态时的生理变化相同，但更为强烈和持久。

(三) 心身疾病以躯体症状为主，躯体症状为明确的器质性病理过程或已知的病理生理过程。

(四) 神经症和精神病不是心身疾病。

二、常见心身疾病的发生机制

随着心身医学理论的研究和发展，由最初所提出的七种心身疾病到现在有越来越多的疾病划入心身疾病的范围：内科的呼吸、消化、循环、内分泌、泌尿等系统以及儿科、外科、皮肤科、肿瘤科的某些疾病。这些疾病的发生均因心理因素、社会因素等的变化而发生变化，由轻到重，从心理到病理表现出反反复复、时好时坏的症状。可见，心身疾病实际上是人体疾病有着内在心理社会因素的病态表现，而这些成分使人易感疾病，引起疾病的发作和经久不愈。中医认为心身疾病的发生一是心身反应，属于生理性的，伴随生理现象而产生全身反应。二是心身紊乱，心理生理长期持续的处于紧张状态，使心理因素发生进行性变化，但大多数病人在程度上尚可保持恒定如植物神经功能紊乱的临床表现就十分典型。三是心身疾病即使不是完全的至少是部分的由心理因素引起的躯体疾病，是因长期的社会因素的刺激，使机体组织结构和脏腑功能发生不同程度的病变。在疾病的发生、发展、转归及防治的全部过程中，心理社会因素、植物神经功能内分泌在支配疾病方面起着主导作用。

现代医学对心身疾病的致病学说，大致从心理动力学说、

心理生理学说、学习理论（反射理论）、心身疾病的特异性反应假说等方面进行分析。根据有关资料，将心身疾病的特殊性问题，归纳为以下几个方面：

（一）由于遗传素质以及幼年经历所造成的心理和生理的易感性倾向，是选择器官病变的重要因素。

（二）生活中的环境和遭遇使某些器官功能弱化紊乱而受累。

（三）特殊的心理特征与正常或异常的生理特征有关，因而可使具有某种特征的人容易罹患某种心身疾病。

（四）当情绪紧张或激动时，某一器官常会首先出现症状。

西方心身医学致病学说中也明确指出，同一疾病的每个患者都能发现有同样特殊心理的冲突或紧张刺激，或者对某一疾病所假定的性质是否与其他疾病的性质不同，或者特殊的心理紧张刺激在临床和实验中是否与特殊的植物神经功能变化有关，均尚未获得解决。这一结论恰同中医学的三因学说的基本理论相吻合，在同一环境、同一条件、同一七情六淫以及不同外因的刺激下，由于人体本身“正气”的盛衰各异，对疾病的发生发展也各不相同。所以《内经》中早就指出：“邪之所凑，其气必虚。”也就是这个道理。

三、心身疾病的范围

中医心身医学是一门新兴学科，是中医学的一个分支，其病因、病理、诊断、治疗、护理、预防等方法是中医学与心身医学的结合，属于交叉学科范畴。近年来根据国内外的资料分析，目前心身疾病大致分为 16 大类，共 200 余种疾病。

（一）循环系统心身疾病：包括冠心病、高血压病、功能

性心律失常、心脏神经症、雷诺氏病等。

(二) 呼吸系统心身疾病：包括支气管哮喘、过度换气综合症、心因性咳嗽等。

(三) 消化系统心身疾病：包括胃肠神经官能症、消化性溃疡、慢性胃炎、慢性肝炎、慢性胆囊炎、慢性胰腺炎、胆道功能失调症、食道神经官能症、贲门弛缓症等。

(四) 内分泌系统心身疾病：包括糖尿病、肥胖病、甲状腺机能亢进、尿崩症等。

(五) 神经系统心身疾病：包括神经性头痛、脑血管病、癫痫等。

(六) 泌尿生殖系统疾病：包括心因性尿潴留、过敏性膀胱炎、阳痿、早泄、遗精、不射精症、不育症等。

(七) 骨骼肌肉系统心身疾病：包括类风湿、书写痉挛症等。

(八) 外科手术后心身疾病：包括腹部手术不适综合症、手术后神经痛等。

(九) 妇产科心身疾病：包括闭经、痛经、经前期紧张症、更年期综合症、妊娠期心身障碍、产后心身障碍等。

(十) 儿科心身疾病：包括头痛、口吃、睡眠障碍、儿童多动症、遗尿症、腹痛、神经性厌食症等。

(十一) 眼科心身疾病：包括原发性青光眼、暴盲、中心性视网膜炎、眼疲劳、飞蚊症、眼部异物感等。

(十二) 耳鼻喉科心身疾病：包括美尼尔氏综合征、心因性耳聋、暴发性耳聋、咽喉异物感、失音、过敏性鼻炎等。

(十三) 口腔科心身疾病：包括口臭、口腔溃疡、特发性舌痛、心因性牙痛、味觉丧失、唾液分泌异常、嚼肌痉挛等。