

中医整体护理指导丛书

Z
Y
Z
T
H
L
Z
D
C
S

中医护理健康教育

主 编：戴新娟
副主编：王正值 吴荣华



湖南科学技术出版社

中医整体护理指导丛书

中医护理 健康教育

Z Y Z T H L Z D C S

主 编：戴新娟
副 主 编：王正值 吴荣华
编 者：（按姓氏笔画排名）
王正值 吴荣华 刘 莉 张惠萍
陈传珍 段培蓓 顾 萍 龚秀琴
戴新娟
顾 问：陆莲舫 何宝昌 马锦璋

湖南科学技术出版社

《中医整体护理指导丛书》编委会名单

主 审：林菊英 严谓然
总 主 编：王 敏 何宝昌
副总主编：马锦璋 冯运华
编 委：吴厚新 朱桂荣 袁长津 李国忠
章亚成 罗坤华 曾庆琪 孙全冬
刘玉珍 刘良藻 杨春梅 巫和蓉
何宝昌 马锦璋 戴新娟 于梅志
林金萍 王 敏 裘月娟 冯运华
吴坤平 彭清华

中医整体护理指导丛书

中医护理健康教育

主 编：戴新娟

副 主 编：王正值 吴荣华

责任编辑：石 洪

出版发行：湖南科学技术出版社

社 址：长沙市湘雅路 280 号

<http://www.hnstp.com>

邮购联系：本社直销科 0731 - 4375808

印 刷：湖南航天长宇印刷有限责任公司

(印装质量问题请直接与本厂联系)

厂 址：长沙市望城坡 068

邮 编：410205

出版日期：2003 年 5 月第 1 版第 1 次

开 本：850mm × 1168mm 1/32

印 张：12.5

字 数：310000

书 号：ISBN 7 - 5357 - 3668 - 8/R·815

定 价：20.00 元

(版权所有·翻印必究)

序

值此整体护理在全国范围逐步推广、深入之际，《中医整体护理指导丛书》即将问世，这是众多中医护理工作辛勤劳动的结晶，也是为推动我国整体护理工作健康发展做出的有益贡献，特此表示祝贺。

祖国医学是一个伟大的宝库，应当努力发掘，加以提高，这是党和政府一贯的指导方针。中医治病素有“三分疗七分养”之说，“养”包含了调养、养护之意，主要讲的是护理，可见中医对护理工作的重视和肯定。可以说，中医理论和实践的精华，很多都渗透和融合在这个“养”字之中，内容十分丰富，需要积极、认真地加以吸收，并密切结合实际不断运用和发扬、提高。这是广大护理工作者，特别是中医护理工作者的光荣任务和使命。

有鉴于此，经中华护理学会中医护理专业委员会和江苏省中医药局、湖南省中医药管理局、江苏省中医学学校牵头组织全国 10 多个省市中医医院的护理专家共同完成的《中医整体护理指导丛书》，系以中医的“整体观”、“辨证施治”、“治未病”等基本理论和原则运用于中医护理的经验为基础，借鉴现代护理学理论为指导的整体护理知识编写而成，体现了中西医护理的结合。全书包括《中医护理理论基础》、《中医护理诊断手册》、

《中医护理健康教育》、《中医标准护理计划·内科分册》、《中医标准护理计划·外科分册》、《中医标准护理计划·妇产科、儿科分册》、《中医护理常用名词注释》7本书，分别就中医整体护理基础理论与现代护理的关系、辨证与施护；中医护理诊断及其理论依据、常见中医护理诊断；中医养生指导、诊疗过程指导、临床各科中医护理健康教育；中医各科标准护理计划等内容作了详尽的阐述。既有理论依据，又有具体指导，内容全面、系统，有一定的科学性、实用性。不仅可供中医系统医疗、教学单位作为护理教学参考书，也是适用于其他各级各类医疗机构和教学单位进行护理教学、开展整体护理的学习参考书。

希望广大护理工作者共同努力，为创建独具中国特色的整体护理做出积极的贡献。

卫生部医院管理研究所 严谓然
护理中心主任

2003年2月

序

《中医整体护理丛书》是以中医学理论为基础，结合整体护理模式编写的一套指导中医护理实践的丛书。此书的特点是既有中医护理的理论指导，又有在整体护理中重要的护理程序内容，便于护士在工作中可随时翻阅参考。

随着现代护理的发展，我国各类医院从20世纪90年代开始逐步推行以病人为中心的整体护理，中医院亦不例外。在实践中许多中医护士深深感到中医学理论与整体护理的观点有许多相近、相似的地方，如中医理论中对人的整体观、天人合一的环境对人的影响观、辨证施护的因人而异的护理观等。因此，在实施整体护理时如能根据中医学的观点进行，必将事半功倍，有利于促进病人的康复与保健，提高护理质量。

本套丛书分为七册。《中医护理理论基础》论述中医护理理论及它与现代护理理论的关系，同时对中医整体护理病房的建设与管理也做了介绍。《中医护理健康教育》是阐述中医护理的健康教育。它围绕中医的保健、养生、情志、饮食等多方面知识，指导在各类病人健康教育方面如何开展中医护理。《中医护理诊断手册》阐述中医护理诊断，它有别于常用的西医护理诊断分类。中医护理强调人的整体观，通过四诊、八纲及辨证

施护等中医方法对各种病人的健康问题加以分析判断，做出中医护理的诊断，许多诊断名词体现了我国中医护理特色。《中医标准护理计划·内科分册》、《中医标准护理计划·外科分册》、《中医标准护理计划·妇产科、儿科分册》则按不同科别的疾病以护理程序的步骤分列重点护理预期目标与中医护理措施，其中包括针灸、推拿等中医技术。《中医护理常用名词注释》解释常用中医护理名词，旨在统一和阐明这些名词的意义，以防误解。

全书内容新颖，详细而全面，它不仅是中医护理在整体护理运作中的指导，也充实了我国护理学的内容，可以为中医护士、中西医结合护士临床应用，也可做中医护校的教学参考书。它对发展我国中、西医护理的理论研究与实践操作都提供了有益的资料。

**中华护理学会名誉理事长
卫生部医院管理研究所 林菊英
护理中心名誉主任**

2003年2月

● 总 前 言 ●

《中医整体护理指导丛书》是由中华护理学会中医护理专业委员会、江苏省中医药局、湖南省中医药管理局、江苏省中医学校牵头，邀请北京、南京、湖南、广东、山东、四川、重庆、天津等省市中医护理专家组成编委会。编委会曾先后3次在湖南长沙、江苏南京对丛书的编写大纲、体例、内容要求、编写进程进行讨论，明确了编写本丛书的目的是适应当前中医护理和国内外先进护理模式紧密接轨的形势，弘扬我国传统医学的养生、护理精华，为充实、完善现代护理学科打好基础。在总结以往有关整体护理的理论和实践的基础上，编著一套较为规范、实用、科学的中医整体护理指导丛书。

整套丛书包括《中医护理诊断手册》、《中医护理理论基础》、《中医护理常用词汇注释》、《中医护理健康教育》、《中医标准护理计划·内科分册》、《中医标准护理计划·外科分册》、《中医标准护理计划·妇产科、儿科分册》。其中《中医护理诊断手册》、《中医护理理论基础》、《中医护理常用词汇注释》、《中医护理健康教育》在编写的体例和内容上，经反复讨论、修改，基本达到既符合现代护理模式、又有较为突出的中医特色的要求，且比较通俗易懂，有一定的新意。例如：中医护理诊断“寒热异常”既包含了西医的护理诊断“体温升

高”的范畴，还包括中医关于“阴虚内热”、“燥热”等外温并不升高，而病人感觉发热的异常变化，因而，更符合人体健康问题的反应；《中医护理理论基础》、《中医护理常用词汇注释》均在浩如烟海的中医理论中，尽可能选用能直接指导护理工作的中医理论及常用名词，进行较为通俗的解析，便于护理人员学习参考；《中医护理健康教育》既面向护理人员，又能适用有一定文化水准的人群作为自我保健的指导书籍。各书收集了大量的中医护理理论和中医护理措施，对实施中医整体护理提供了具有较好实用价值的工具书。也为中医护理教育、护理科研起到一定的参考和指导作用。中医内、外、妇、儿护理学的分册，也在以往编著的中医各科标准护理计划的基础上，以当前中医药大学六版教材的病、证定义为基准，尽可能规范了护理诊断的名称，制定了较为实用的“预期目标”、“护理评价”，增添了中医护理措施，为各科开展中医临床护理起了较为规范的指导作用。

鉴于中医护理当前的学术水平亟待提高，中医临床护理、中医护理教育、护理科研尚待深入开展，本套丛书的编写难度较大，虽经编写人员认真查阅资料，多方请教，多次修稿，但限于水平不一，可参考资料有限，编写人员只能在繁忙的日常工作之余完成本书的编写任务，书中难免有谬误和不足之处，敬请同道批评指正。

本书编写过程中，得到护理界著名专家林菊英老师、严谓然老师的指教和审阅。在此，表示诚挚的谢意！

《中医整体护理指导丛书》编委会

2003年2月

前 言

随着生物-心理-社会医学模式和心身医学的不断发展，以病人为中心的整体护理已在全国各医院逐步贯彻实施，护理健康教育是整体护理的重要组成部分。人生最宝贵的财富是健康，它关系到每一个人、每一个家庭的切身利益。健康教育帮助人们掌握保持或恢复健康的知识，养成健康的习惯，降低或消除危害健康的因素，从而使人们达到最佳的健康状态。

为了使广大人民群众增强健康意识，了解常用的中西医结合护理学保健知识，从而更好地防病治病，保健康复，形成临床与预防保健相结合的护理趋势及健康教育与临床护理一体化的护理新模式，我们组织了长期从事各科临床护理及护理教育的专业人员编写了本书，以满足广大护理人员和人民群众的需求。

全书共分为中医健康教育基础、临床各科中医护理健康教育上下两篇共七章。内容包括中医养生指导、中医诊疗过程指导、中医康复护理指导概要、内科常见疾病健康教育、外科常见疾病健康教育、儿科常见疾病健康教育、妇产科常见疾病健康教育等内容。本书力争做到在科学性和系统性前提下立足临床、面向教育、兼顾科普、通俗易懂，便于广大民众领会和掌握。全书运用中医理论，介绍一些疾病的病因、临床表现、预防、治

疗和护理的方法，并向读者提供与该病有关的信息，把疾病预防和健康知识奉献给每一个家庭。

该书不仅可以作为临床中医、西医护理人员对病人进行疾病预防、健康教育的蓝本，也可以作为护理学教师和护理专业学生临床的教学、实习的参考书。

在编写过程中，有幸得到了湖南省中医药管理局、江苏省中医药局的大力支持和热情帮助。由于我们的知识水平有限，书中错误或不妥之处在所难免，热忱地欢迎护理同道及广大读者批评指正。

编 者

2003年3月

上篇 中医健康教育基础

第一章 中医养生指导	(1)
第一节 环境与健康	(1)
一、自然环境与健康	(2)
二、生活环境与健康	(6)
三、四季养生	(12)
第二节 人文环境与养生	(18)
一、身心素养	(18)
二、运动养生	(22)
三、娱乐养生	(26)
四、健美锻炼	(27)
第三节 情志养生	(29)
一、陶冶情操，怡养心志	(29)
二、修身养性，自我调节	(32)
第四节 饮食养生	(38)
一、食物“四性”与“五味”	(39)
二、重视饮食方式方法	(44)
三、辨证施食调病体	(50)
第二章 中医诊疗过程指导	(54)

第一节 中医诊疗须知	(54)
一、中医就诊过程须知	(54)
二、常见急症初步处理	(61)
三、急诊须知	(64)
第二节 常用理化检查、特殊治疗须知	(66)
一、B型超声波检查 (简称B超)	(66)
二、X线透视、摄片检查	(67)
三、纤维内镜检查	(68)
四、穿刺术	(71)
五、电子计算机体层摄影术 (CT)	(74)
六、磁共振成像 (MRI)	(75)
七、介入检查与治疗	(75)
八、人工心脏起搏	(77)
九、透析疗法	(78)
十、常用化验标本采集	(81)
第三节 常用中医治疗操作须知	(84)
一、针灸法	(84)
二、推拿法	(87)
三、拔罐法	(88)
四、熏洗法	(89)
五、热熨法	(90)
六、中药保留灌肠法	(90)
七、换药法	(91)
八、敷药法	(92)
第四节 中药调护	(93)
一、中药的购取、存放	(93)
二、中药的煎煮、服用法	(96)
三、中药进补原则	(99)
第三章 中医康复护理指导概要	(101)

第一节 中医康复的主要适应范围	(101)
一、 康复对象	(101)
二、 中医康复适应证	(102)
第二节 中医康复原则	(103)
一、 补虚扶正	(104)
二、 活血祛瘀	(104)
三、 化痰祛饮	(104)
四、 因人、因地、因时制宜	(104)
五、 综合运用各种康复方法	(105)
第三节 中医康复护理特点	(105)
一、 中医康复护理的基本特点	(105)
二、 中医康复护理的基本方法	(106)
第四节 常用康复法运用简介	(114)
一、 药物康复法	(114)
二、 针灸推拿康复法	(115)
三、 娱乐康复法	(115)
四、 传统体育与太极拳	(115)
五、 自然沐浴法	(116)

下篇 临床各科中医护理健康教育

第一章 内科常见疾病健康教育	(118)
第一节 心脑血管常见疾病的健康教育	(118)
一、 头痛	(118)
二、 失眠	(120)
三、 癫痫	(122)
四、 痫病	(124)
五、 中风	(126)
六、 痴呆	(131)

七、眩晕	(132)
八、厥证	(134)
九、狂病	(137)
十、郁证	(139)
十一、胸痹	(142)
十二、心悸	(145)
第二节 肺系常见疾病的健康教育	(148)
一、咳嗽	(148)
二、哮喘	(150)
三、肺胀	(152)
四、咳血	(156)
五、悬饮	(157)
六、肺癌	(159)
第三节 脾胃常见疾病的健康教育	(162)
一、胃痛	(162)
二、便秘(习惯性便秘)	(165)
三、呕吐	(167)
四、呕血、便血(消化道出血)	(170)
五、泄泻	(172)
六、噎膈	(175)
第四节 肝胆常见疾病的健康教育	(178)
一、黄疸	(178)
二、胁痛	(179)
三、癥积	(181)
四、肝癌	(183)
五、鼓胀	(186)
第五节 肾系常见疾病的健康教育	(189)
一、水肿	(189)
二、淋证	(193)

三、瘰疬	(196)
四、关格	(198)
第六节 常见外感病与其他疾病的健康教育	(201)
一、感冒	(201)
二、虚劳	(203)
三、痹证 (风湿性、类风湿性关节炎)	(205)
四、消渴	(207)
五、肥胖	(212)
六、痿病	(215)
七、阴阳毒 (系统性红斑狼疮)	(218)
第二章 外科常见疾病健康教育	(221)
第一节 外科疾病的健康教育总论	(221)
一、疔	(227)
二、外疔	(228)
三、疔疮	(230)
四、丹毒	(232)
五、脱疽	(235)
六、毒蛇咬伤	(239)
七、烧伤	(243)
八、急性阑尾炎	(250)
九、急性胆囊炎、胆囊结石	(253)
十、胃、十二指肠溃疡急性穿孔	(256)
十一、急性肠梗阻	(259)
十二、急性胰腺炎	(263)
第二节 骨伤科疾病的健康教育总论	(266)
一、骨折	(278)
二、上肢骨折	(283)
三、下肢骨折	(285)

四、躯干骨折·····	(287)
第三节 皮肤科、性病常见疾病的健康教育·····	(295)
一、接触性皮炎·····	(295)
二、带状疱疹·····	(297)
三、荨麻疹·····	(299)
四、性传播疾病·····	(301)
第四节 肛肠科常见疾病的健康教育·····	(307)
一、痔疮·····	(307)
二、肛痈·····	(311)
三、肛漏·····	(313)
四、锁肛痔·····	(316)
第三章 儿科常见疾病健康教育·····	(321)
第一节 小儿常见疾病的健康教育·····	(321)
一、小儿肺炎·····	(321)
二、小儿惊风·····	(325)
三、小儿腹泻·····	(328)
四、小儿水肿·····	(331)
第二节 小儿常见传染病的健康教育·····	(335)
一、麻疹·····	(335)
二、水痘·····	(337)
三、麻疹·····	(339)
第四章 妇产科常见疾病健康教育·····	(344)
第一节 产前健康教育·····	(344)
一、女性生殖生理简介·····	(344)
二、中医传统生育理论简介·····	(350)
三、孕期须知要点·····	(354)
第二节 产科常见疾病的健康教育·····	(356)
一、妊娠恶阻·····	(356)
二、胎动不安·····	(359)