

● 中医护理理论与实践丛书

中医护理理论

顾问 石学敏

主编 张露凡

副主编 杨光 王和琴 王平

中国医药科技出版社

71X180/03

中医护理理论与实践丛书

中医护理理论

顾问 石学敏

主编 张露凡

副主编 杨光 王和琴 王平



0151363

中国医药科技出版社

登记证号：(京) 075 号

内 容 提 要

本书系统介绍了中医护理理论与实践的形成、沿革与发展。中医护理基础理论，严格遵循中医理论的基本原则与观点，在此基础上，对中医护理技术起指导意义。书中从中医阴阳五行理论、辨证施护理论入手，阐述中医辨证施护原则，并对中医护理作用及适应范畴，包括在情志、饮食、摄生、中药应用等方面加以详细论及。从人整体观出发，突出中医特色。本书适用于广大护理人员，也可作为护士学校师生阅读。

图书在版编目 (CIP) 数据

中医护理理论/张露凡主编编. —北京：中国医药科技出版社，1998. 9

(中医护理理论与实践丛书)

ISBN 7-5067-1869-3

I. 中… II. 杨… III. 中医学：护理学 IV. R248

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (98) 第 22412 号

中国医药科技出版社 出版
(北京海淀区文慧园北路甲 22 号)

(邮政编码 100088)

北京艺辉胶印厂 印刷
新华书店北京发行所 发行

*

开本 787 × 1092mm $\frac{1}{32}$ 印张 12 $\frac{1}{4}$

字数 265 千字 印数 1 - 6000

1998 年 11 月第 1 版 1998 年 11 月第 1 次印刷

定价：18.00 元

编 著 者 名 单

顾 问 石学敏

主 编 张露凡

副主编 杨 光 王和琴 王 平

编著者 (以姓氏笔画为序)

马鸿杰 王和琴 王维宁 王亚娜

吕 萍 刘秀玲 齐彦春 李英鸾

李 澎 杜洪娟 尚 岩 陈 铮

陈 彬 张露凡 张笑梅 张玉琴

张玉芝 张 颖 张 霞 杨 光

赵君菁 姚令喜 常 虹 董式辉

鲍家伟 潘永清 藏力学

序

国家不可一日无兵，医院不可一日无护士。

中国古老的中医学是人类文明史中异彩夺目的瑰宝，内容丰富，博大恢弘，良玉精金。其中有关养生、护理调摄的内容，闪金烁银。中华民族的物华天宝与历代名医的才智，造就了今日中医临床专科体系的华实。

现代医院的一个典型特点，就是群体操作。护理人才队伍及护理科学技术业已成为医疗行为中必不可少的重要构成部分。护理操作直接面对临床患者，接受、反馈、并参与操作患者的生命指征，故护理工作有临床前哨之一说。

中医护理技术有着自身独具的严谨性、延续性及先进性。中医理论在传播中始终遵循继承而不泥古，发扬而不离其宗的原则。这门应用范围广泛的实用型技术，凝聚了人类千百年来同疾病作抗争的丰富经验，而中医护理又是提高患者生命质量的重要保证，具有不可替代性、广泛的可接受性、可重复性、可操作性。由于历史的局限，在漫长的推进演化过程中并没形成一门独立的学科。现代社会高科技手段的介入，医学模式的转变，注定了它自身价值的升华与提高，业已成为世界范围内人类公认并享受的一门实用科学技术。证实其自身强大的生命力。

发掘宝库精华，纵览高新技术手段，令今人含英咀华。中医临床各科护理技术精华，如针灸护理，内、外、妇、儿

科护理无不以确凿的效用，简便实用的特色赢得自身的价值与地位。医学最高的追求是人体身心健康与美的统一，生物-心理-社会医学模式对护理工作提出高层次的要求，“要使千差万别的人都达到治疗或康复所需要的最佳身心状态，本身就是一项最精细的艺术”。护理本身具有美学价值，护理工作事实上已成为技术美与心灵美的高度结合。

中国医药科技出版社出版的《中医护理理论与实践丛书》，实为一件为发展我国护理事业的可贵之举，为广大护理工作者洞开一片交流、总结、探索境地。编著者长期从事护理管理、护理操作实践，广收博采，殚精竭虑，择善而从，更可见振兴我国护理事业，惠泽万千民众之高远志向。是为序。

天津中医学院	副院长	
天津中医学院第一附属医院	院 长	石学敏
全国针灸临床研究中心	主 任	
中国针灸学会	副会长	

前 言

本书全面阐述了中医护理理论与实践的形成、沿革与发展，旨在反映中医护理科学发展至今的全貌。

中医护理基础理论，严格遵循中医理论的基本原理与观点，在此基础上，对中医护理技术实践起到指导作用。本书从中医阴阳五行理论、辨证施治理论等入手，阐述中医辨证施护的原则，并对中医护理的作用及适应范畴，包括在情志、饮食、摄生、中药应用等方面加以详细论及。在各章节中，从中医关于人体整体观理论出发，突出中医护理手段的特色。同时，结合护理技术在世界范围内的最新进展与动态，将中医理论的优势融入现代管理模式之中。此外，在附篇中辑要了中医护理古籍的精华，并附注了人体常用穴位、常用护理方剂、常用外用中药等内容，力求本书为广大读者在临床应用中作参考。

本书为《中医护理理论与实践丛书》之首，编著者力图全面反映中医护理理论的全貌，突出中医护理技术实践的优势与特色。

编著者

出版贺词

回顾 20 世纪社会的发展及高超的医疗技术，展望迫在眉睫的 21 世纪，针对创造新价值、制定新目标的今天，人们对保健医疗的关心日益提高，社会保健医疗护理的作用更为重要。特别是对人的一生与生、老、病、死这一根本的课题有直接关系的护理工作，人们对它的期待和要求是非常重大的。再有，随着社会进入老龄化，女性进入社会的社会变化，为别人服务的趋势不断增加，具有服务社会化的必要性。

这样的时代，基于人类的健康观、疾病观、生活观的变化，由张露凡氏主编完成的《中医护理理论与实践丛书》一书包罗护理实践基础和具体的护理技术。我确信从中国本土到世界护理界定会发挥很大作用。19 世纪弗洛伦斯·南丁格尔打下护理基础，在本世纪培养起来的护理队伍将茁壮成长并可继续延伸到未来，我认为该书是本宝贵书籍。

护理可称为实践科学，眼和手展开使用时，有理、有据、科学性的护理实践将成为重要环节。该书指导临床，为了临床护士更科学地进行护理实践，并使学习护理的学生更易理解、掌握。我衷心祝愿这样的书籍出版。同时衷心祝我们两院的友好关系日益发展。

1998 年 7 月 22 日吉日

日本国市立四日市病院
总护理部主任 长江 拓子

目 录

第一章	中医护理沿革	(1)
第二章	中医基础理论概要	(9)
第一节	阴阳五行	(9)
第二节	病因病理	(14)
第三节	脏腑经络	(22)
第四节	辨证施治	(45)
第三章	中医护理理论	(73)
第一节	中医护理学概述	(73)
第二节	中医施护原则	(76)
第三节	中医护理作用及适应证	(82)
第四节	情志护理	(88)
第五节	饮食调护	(94)
第六节	预防与养生	(106)
第七节	中药在护理中的应用 (内服、外用)	(115)
第四章	中医护理技术	(120)
第一节	常用中医护理技术	(120)
第二节	各科中医护理常规	(201)
第三节	人体分部护理要点与要求	(226)
第五章	护理管理	(235)
第一节	国内外护理管理现状	(235)

第二节	护理管理模式	(242)
第三节	各级护理人员业务基准	(243)
第四节	护士素质、语言、行为、仪表规范	(261)
第五节	病房管理基准	(264)
附篇		(273)
附 1	中医护理古籍精华摘要	(273)
附 2	人体常用穴位	(300)
附 3	常用护理方剂	(327)
附 4	常用护理外用中药选	(372)

第一章 中医护理沿革

古老的中医学，是中华民族文明史中异彩夺目的瑰宝，它凝聚了千百年来人类同自身疾病抗争的丰富经验，在数千年的历史长河中，历代名医以他们的聪明才智和卓越的创造力，为人类生命科学写下了光辉的篇章。作为中华瑰宝的祖国医学，在几千年的锤炼中已熔进了大量的护理学实践经验，并逐步升华为理论，形成了独特的理论体系。

中医护理是祖国传统医学的重要组成部分，随着祖国医学的飞速发展，中医护理学也逐步走向成熟。

护理学的起源先于针药治疗，这是医学发展过程中的普遍现象。早在远古时期，原始人类在生活与劳动过程中，偶然受伤便设法涂裹包扎，身体疼痛不适便揉捏按压，天气变化则趋避寒温……，这些本能的保护自身、减轻疼痛的行为即是医护的开始。当人们发现一些本能的方法具有预防和康复作用，从而有目的地去实施时，即形成了护理学的萌芽。

夏、商、周至春秋时期，广大奴隶的辛勤劳动，使社会生产力和科学文化都较原始社会进步很多，此时的医学护理知识也有显著提高，中医护理学体系、理论框架基本形成。周代人已懂得凿井而饮，并制定护井公约加强饮食护理，还采取除虫灭鼠等防病措施。“春时有痾首疾，夏时有痒疥疾，秋时有疟寒疾，冬时有咳上气疾”，说明四时气候对人体的影响；气候失常可导致疾病的流行，以启示人们顺应四时气候的变化，做好生活起居的护理，避免疾病的发生。

在情志护理方面，《黄帝内经》提出了情志过激能影响

内脏功能，易发生各种疾病：“怒伤肝，喜伤心，忧伤脾，悲伤肺，恐伤肾”。要求病人的情志应该保持相对稳定状态，并且可以采取以情胜情的方法进行护理。如“悲胜恐、恐胜喜、怒胜思、喜胜忧、思胜恐”等，古代医家在“心病还须心药医”的原则指导下，创造了许多行之有效的精神心理疗法。

东汉末年，屡起大疫，著名医家张仲景感愤而作《伤寒论》。在实践中，他创立的辨证施治法则是祖国医学宝库中的灿烂明珠。他不仅注重辨证施治，而且十分重视辨证施护，尤其对病人服药的护理论述的十分具体。例如，服桂枝汤方后，注明要“啜稀粥一升余，以助药力”，同时盖被，使病人微微出汗为宜。不可令如水流漓，病必不除。《伤寒论》把方药的煎煮，药后的以热粥助汗、取汗的程度，停药指征，止汗的措施等论述得非常详细，为中医护理的辨证施护理论开创了先例。同时发明了世界上最早的药物灌肠术、胸外心脏挤压术和人工呼吸，首创舌下给药法以及急救护理在临床的具体应用。

东汉杰出医师华佗，以发明麻醉术而闻名于世。在养生健身方面，他认为体育锻炼可以助消化，疏通气血，增强体质减少疾病。他倡导的“五禽戏”保健法，在古代导引方法的基础上，模仿虎、鹿、猿、熊、鸟5种动物的姿态动作，把体育与医疗护理结合起来，可以说是最早的康复护理方法。

晋代中医护理有了新的进展，王叔和《脉经》一书中，阐明了脉理，并比较了脏腑各部的生理、病理脉象，分析了各种杂病及妇女、小儿的脉证，同时改进了寸、关、尺的诊

脉方法，对中医护理观察病人病情提供了依据。

针灸学家皇甫谧，根据《灵枢》并结合临证经验，编著了《甲乙经》，发展了针灸疗法，阐述了针灸治疗的刺针和灸法的操作技术，使中医学说更为丰富，护理工作也随之而增加了新的内容。

到了五代时期，古代医家名才辈出，举不胜举，是祖国医学史上发展的辉煌阶段，也是中医护理向纵深发展的时期。这时期解决疾病的方法逐渐形成以针药为主，以护理为辅的局面，从而使护理形成了独立学科。

我国古代很讲医德，唐代著名医学家孙思邈，深切体会病人的痛苦，其高尚的医德和高明的医术流传后世。在他著述的《大医精诚》里教导医护人员要“若有疾危求救者，不得以其贵贱、贫富、长幼、妍媚怨亲善友、华夷愚智，普同一等，皆如至亲之想。亦不得瞻前顾后，自虑吉凶，护惜生命，见彼苦恼，若己有之，深心凄怆，勿避险夷，昼夜寒暑，饥渴疲劳，一心赴救……。”这种对病人高度的同情心和高度的责任感，一切为病人着想、对病人一视同仁的工作态度和人道主义精神，是医护工作者的优秀典范。在《千金要方》和《千金翼方》中，还详细记载了有关幼儿护理、按摩、饮食等方面的护理经验，其中“预防为主”的思想十分鲜明，在饮食、衣着、居住上都做了具体论述：教导人们“常习不睡地”，主张“凡衣服、巾、栉、枕、镜不宜与人同之”，“食毕当漱口数过，令人牙齿不败，口香”，“食毕当步行踣踣”。他还首创了用细葱管进行导尿的护理技术。总之，孙思邈总结了内、外、妇、儿各科的医疗、护理、预防、保健等各方面的临证经验，丰富和发展了中医护理学。

宋代以后，随着工业的发展，造纸业和印刷业的出现，大量医学著作得以整理、研究和推广，为中医护理学充实了许多新的内容，尤其是情志相胜的心理疗法，不仅在理论上有所发展而且在临床上大量运用，形成中医心理护理上的一个高峰。又如《本草衍义》一书中谈到关于食盐与疾病的关系时指出：“水肿者宜全禁之”。这与现代护理中对患者有高血压、心脏病、肾脏病等病人应吃无盐或低盐饮食是一致的。钱仲阳在《小儿药证直诀》中，认为治疗热病儿以“浴体法”为辅助治疗，很像现代的温水擦浴。他还主张小儿有热病时，应注意环境安静，“不欲惊动，弗令旁边多人”，并“静以候之”。

金元时期的著名医家，也都相当重视护理工作在防治疾病中的作用。如李东垣的《脾胃论》认为，脾胃为后天之本，所以必须注意后天调养。该书在“用药宜禁论”、“饮食伤脾胃论”、“脾胃将理法”、“摄养”等章节中，论述了许多有关护理的内容。又如张子和的《儒门事亲》中，也记载了很多护理内容。其中“脱肛，大肠热甚也，用酸浆水煎三五沸、稍热涤洗三五度，次以苦剂坚之，则愈”。说明我国很早就有了坐浴疗法。

明代医家进一步总结并发展了前人关于护理方面的学说。著名医药学家李时珍，著有《本草纲目》。他不但能看病，还亲自采药，为病人煎药，甚至给病人喂药。胡正心说：“凡患瘟疫之家，将初病人之衣于甑上蒸过，则一家不得染。”明确指出传染病人的衣服，要用蒸气消毒法处理。名医张景岳在《景岳全书·伤寒典》里写到：“凡伤寒饮食有宜忌者，……不饮食，不可强食，强食则助邪，”说明饮食

护理的重要性。陈实功的《外科正宗》对痈疽的病源、诊断、调治以及其他外科疾病的辨证施护的记述，条理清楚，内容翔实。

明末、清初时期张景岳、徐洄溪灵胎等，都擅长使用心理疗法，可见其连续性。心主神明论虽然是《内经》系统提出来的，但是在《内经》升华为理论之前，诸子百家著作中就有广泛的记载。这个理论形成后，历经了诸多朝代，每朝都有医家阐发之、运用之，并于实践中不断丰富。人们用心主神明论来解释心理现象，治疗心身疾病，并未因国土的辽阔、朝代的变革，战争的动乱、地理的间隔而中断，充分显示出这个理论强大的生命力。

清代中医护理学走向新阶段，逐步向独立完整的体系发展。名医叶天士在老年病的防护方面强调顾养，“寒喧保暖摄生，尤其加意于药饵之先”，饮食当“薄味”，力戒“酒肉厚味”“务宜怡悦开怀”，“戒愤怒”。

擅长理虚的临证家汪绮石的《理虚元鉴》，详细介绍了疗养和饮食调护的重要性及四季防病知识，强调要“令其善为调理”、“樽节其精神，各就性情所失以为治”。钱襄的《侍疾要语》是一部有关护理学的专著，其中记录了民间广为流传的“十叟长寿歌”，介绍十位百岁老人延年益寿、防病抗老的经验，从饮食、起居、锻炼、修养等方面指出长寿的途径。亟斋居士的《达生篇》，详尽记载了产前、临产、产后护理之法。他认为只要注意产前、临产时的饮食护理和产后的调护，是可以不服药而达到治疗的目的。

曾慈山在《养生随笔》中，从老年人的生理特点出发，总结出一整套衣、食、住、行的养生方法，浅近而易行，创

立了卧、坐、立功的导引法，主张练气功要动静结合；还系统地记录了100种不同的粥疗食谱，对中医护理学的发展，提供了较为系统的理论根据和更加丰富的实践经验。

中医护理学经过了漫长的历史阶段，随着中医理论的发展与传播，它始终不离“继承而不泥古，发扬而不离其宗，”之圭臬，从而体现了这一门科学的发展过程中的严谨性、延续性、有效性和可操作性。即使是在高科技日新月异飞速发展的今天，中医护理仍以它扎实的理论基础和简便独特的护技手段，尤其是奇特的效果而深受广大病患者喜爱。中医护理内容大体包括生活起居、情志调护、饮食调养，病情观察、预防保健、养生健身等。在实施中医护理过程中，推拿、拔罐、导尿、灌肠、敷药、热敷、坐浴、药浴、针灸、刮痧、气功、太极拳、梅花针、火针等等，内容丰富，良玉精金，无一不因其实用性，可操作性和效果显著赢得了它应有的价值和地位，造就了中医护理临床各科的华实。

新中国成立以后，党和国家大力扶植和发展中医事业，制定了中医政策。全国各地中医学院纷纷建立，为国家和人民培养了大批的中医人才，为中医理论的发展、为中医科研的腾飞创造了良好的条件。中医护理工作也受到了医疗机构的高度重视，中医护理队伍日益壮大，各地成立了中医护校，并加强了在职护士的继续教育。涌现出一大批富有献身精神、投身中医护理事业的人才。全国辨证施护研讨会、护理病历书写研讨会及中医护理诊断、中医护理科研研讨会定期召开，使全国中医护理先进经验得以充分交流推广，使中医护理理论更加充实、更加系统、更加完善、更加丰富。

目前我国中医护理教育事业迅速发展，采取了大学、中

专、业余、函授等教育形式，多渠道、多层次、高标准、高质量地培养中医护理人才，取得了显著的效果。

中医护理科研工作越来越显示出了它的重要性。中医护理科研空气日渐浓厚，学术水平不断提高，全国成立了护理专业、中医、中西医结合学术委员会，为中医护理学的发展和科研立项奠定了基础。为病人实施全身心的整体护理，它要求护理人员必须掌握“望神色”、“审苗窍”、“查指纹”、“辨声音”及问诊的基本方法，掌握浮、沉、迟、数、弦、滑、涩、结、代等基本脉象的临床意义，懂得汗、吐、下、和、清、温、消、补治疗八法和“寒则热之”，“虚则补之”，“实则泻之”等治疗原则在临床护理中如何运用。古为今用、洋为中用，挖掘、整理、发展中医护理理论，推动中医护理事业前进。《中医护理学》、《中医辨证护理学》、以及《中医心理学》、《中医护理古籍摘要》等大量书籍的出版，填补了中医护理发展史上的空白。

随着改革开放、对外交流，中医也迈出了国门，用我们的传统中医技术，为世界各地病患者治疗疾病，治愈了大量现代医学难于解决的慢性病和疑难病证。中医本身作为高级科学技术显示了它奇特的神效，大量外国患者纷纷到我国的中医医院进行治疗。中医护理事业也日益受到国际卫生组织和护理界的重视，许多国家的代表团，先后来我国参观和考察中医护理工作，不仅加强了国际学术交流，而且扩大了中医护理在国际上的影响。中医护理不仅按疾病的不同特点提出护理原则，而且还根据疾病的不同证候属性提出护理要求，在整体护理的前提下，采取临证辨证施护，它要求因地、因时、因人制宜，是现代护理技术的补充和完善。