

崔金海
张德兴
主编

常见病的防治与
护理 荟萃中医
辨证护理之精华

实用中医护理指南

中国医药科技出版社



样 本 库

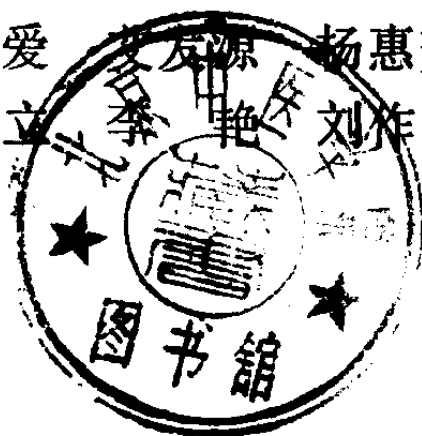
25X163/07

实用中医护理指南

主 编 崔金海 张德兴

副主编 万 政 静国民 李建明
冯义存

编 者 张悦爱 罗发源 杨惠茹
赵成立 李 艳 刘作高



中国医药科技出版社

1219913

登记证号:(京)075号

内 容 提 要

本书是一本临床实用的中医护理专著。全书分上、下两篇。上篇阐述中医护理的特点及护理基础知识,内容涉及饮食、起居、精神、服药、自然与环境,中医治疗疾病理法、方药的运用与护理。下篇为各论,阐述40余种常见疾病的中医诊疗和护理,侧重辨证施护的指导,辅以家庭护理的一般常识。

本书可供临床医务工作者,高等中医院校师生及家庭疗养,护理参考之用。

实用中医护理指南

崔金海 张德兴 主编

中国医药科技出版社 出版
(北京市海淀区文慧园北路甲22号)
(邮政编码 100085)

北京市卫顺印刷厂 印刷
全国各地新华书店经销

开本787×1092mm^{1/32} 印张 8

字数 173 千字 印数 1—3000

1993年 4 月第 1 版 1993年 8 月第 1 次印刷

ISBN 7-5067-0727-6/R·0645

定价: 6.00元

序

中国医药学是一个伟大的宝库。中医护理是这一宝库中的重要组成部分，内容丰富，独具特色，在中医医疗保健工作中发挥着重要的作用。由于历史的原因，中医护理知识技术散见于历代的中医文献之中或流传于民间。建国以来，尤其是近十几年间，中医事业迅猛发展，广大中医医护人员为挖掘、整理中医护理这一宝藏付出了艰辛的劳动，取得了可喜的成果。

《实用中医护理指南》的作者们通过多年的临床实践，详阅了古今数十部中医医、护书籍，辛勤耕作，集腋成裘，编写了这部具有新意的《中医护理学》。此书突出了中医特色，无论是总则还是具体护理措施，都严格遵循了中医的基本理论，且验之于临床实践；大胆地、明确地提出了“正护”、“反护”及防变护理等这些完全符合中医理论及实践的护理观点；她突出了辨证施护，把八纲、六淫、脏腑等病证及八法运用融溶于临床辨证护理之中；祖国医学中的心身医学、时间医学、气象医学及食疗学在护理工作中的应用做了较为深入的介绍。

《实用中医护理指南》是中医百花园中又一别具特色的蓓蕾，正因为她具有新意，才不是无瑕白璧。然而，她确实在辨证施护方面迈出了坚实的一步。千里之行，始于足下，我衷心地希望这些耕耘在护理研究领域和临床护理实践中，起到抛砖引玉作用，以使中医护理这门科学，日臻完善。

李采瑞

一九九二年一月一日

目 录

上 篇 总 论

第一章 绪论	3
第一节 中医护理发展史略.....	3
第二节 中医护理的特点.....	8
第二章 基础护理	12
第一节 生活起居护理.....	12
一、起居有常.....	12
二、病室静洁.....	12
三、通风采光.....	13
四、劳逸相宜.....	13
第二节 精神护理.....	14
一、情志制约法.....	14
(一)五行相胜法.....	14
(二)以情制情法.....	16
二、情志疏导法.....	17
(一)谈心法.....	17
(二)满足法.....	18
(三)释疑法.....	18
(四)暗示法.....	19
三、情志导引法.....	19
(一)以意导引法.....	20
(二)吐音导引法.....	20
(三)行为导引法.....	20

四、情志陶冶法·····	21
(一)音韵感应法·····	21
(二)色相法·····	22
第三节 饮食护理·····	24
一、饮食与疾病的关系·····	24
(一)饮食不当是多种疾病的病因·····	24
(二)饮食调护是治疗疾病的手段之一·····	25
二、饮食调护的一般原则·····	26
三、常见病的饮食宜忌·····	26
附：常用食物性味、功能及主治简介·····	27
第四节 服药护理·····	35
一、药疗的常规护理·····	35
二、煎药法·····	36
三、择时服药·····	38
(一)择时给药的依据·····	38
(二)如何择时给药·····	39
四、用药禁忌及护理·····	40
(一)十八反与十九畏·····	40
(二)妊娠用药禁忌·····	41
(三)用药饮食禁忌·····	42
(四)中西药联合应用的配伍禁忌·····	42
五、服药后的护理·····	44
第五节 自然环境与护理·····	44
一、自然环境·····	45
二、保持人体与自然环境的动态平衡·····	46
三、护理·····	47
第三章 辨证施护·····	50

第一节 八纲与护理	50
一、表证及护理	51
二、里证及护理	53
三、寒证及护理	55
四、热证及护理	56
五、虚证及护理	57
六、实证及护理	58
第二节 六淫辨证及护理	59
一、风邪致病特点及护理	59
二、寒邪致病特点及护理	61
三、暑邪致病特点及护理	63
四、湿邪致病特点及护理	64
五、燥邪致病特点及护理	65
六、火邪致病特点及护理	67
第三节 脏腑疾病及护理	68
一、肝系疾病及护理	68
二、心系疾病及护理	70
三、脾胃疾病及护理	73
四、肺系疾病及护理	75
五、肾系疾病及护理	78
第四节 内治“八法”运用及护理	80
一、解表法的运用及护理	80
二、涌吐法的运用及护理	83
三、通下法的运用及护理	85
四、和法的运用及护理	89
五、温法的运用及护理	91
六、清法的运用及护理	93

七、补法的运用及护理·····	96
八、消法的运用及护理·····	99
第五节 护理总则·····	101
一、施护求本·····	102
二、施护防变·····	104
三、调整阴阳·····	106
四、三因制宜·····	107

下篇 各 论

感冒·····	113
风湿·····	116
咳嗽·····	118
喘证·····	121
哮证·····	124
肺痈·····	129
肺癆·····	132
胃痛·····	135
呕吐·····	138
便秘·····	142
泻泄·····	145
痢疾·····	149
黄疸·····	152
噎膈·····	155
吐血·····	158
心悸·····	160
不寐·····	164
胸痹·····	168

淋证·····	171
尿血·····	175
水肿·····	177
眩晕·····	181
胁痛·····	184
中风·····	186
痢证·····	190
臌胀·····	193
郁证·····	198
汗证·····	201
消渴·····	203
痹证·····	206
中暑·····	210
肠痈·····	212
脱疽·····	215
乳痈·····	218
崩漏·····	220
子痫·····	222
产后发热·····	225
阴挺·····	227
麻疹·····	229
水痘·····	235
疟腮·····	237
乳蛾·····	239
疳积·····	241

上 篇 总 论

第一章 绪 论

第一节 中医护理发展史略

中国是世界上最早的文化发源地之一，中国医药学是中国古代流传下来的灿烂的科学文化遗产之一，对我国人民的保健和医疗，对中华民族的繁衍昌盛有着不可磨灭的功绩，并对其它一些国家的人民也做出了一定的贡献。中医护理是祖国医药学的重要组成部分，同样有着十分悠久的历史及丰富的内容。

古代时候，虽无护理这门独立的学科，但大量的护理理论、护理工作及护理经验是存在并且运用的。当时，中医是医、药、护不分的，许多医学家在治病和用药的同时，十分重视护理。护理理论知识和护理技术散见在各个时期的医学著作和典籍中，这些内容对我们现代护理仍有很大的指导意义。

现存最早的一部医书《黄帝内经》，即是中医的理论典籍，也系统地论述了中医护理学的各个方面，包括精神修养、个人卫生、饮食护理和禁忌，服药治疗护理等方面。如《素问·移精变气论》首先从理论上提出护理工作的重要性，要求对待病人时要“闭户塞牖，系之病者，数问其情，以从其意”。也就是要使病人的住所清静，经常询问病人的情况和感觉，尽量满足病人的要求。《灵枢·师传篇》指出对病人要“告之以其败，语之以其善，导之以其所便，开之以其所苦”。也就是要解除病人的精神负担，并指出要关心病人的饮食及居住条

件：“必问饮食、居处、暴乐、暴苦，皆伤精气。”；并特别强调饮食在护理中的重要地位，要求：“五谷为养、五果为助、五畜为益、五菜为充”。《上古天真论篇第一》中提出了保养真气来预防疾病。“皆谓之虚邪贼风，避之有时，恬憺虚无，真气从之，精神内守，病安从来”。就是告诉人们对于外界不正常的气候和有害的致病因素，要及时避开它，思想上要保持安闲清静，没有杂念，真气就能顺从，精与神都能守持于内，疾病就不会发生了。《内经》不仅在原则上而且在具体方法上也作了一些阐述，如《师传篇》说：“食饮衣服，亦欲适寒温，寒无凄怆，暑无出汗。食饮者，热无灼灼，寒无沧沧，寒温适中，故气将持，乃不致邪僻也”。这就是说，病人的饮食、衣着，要寒温适中，不要过热而使汗出，也不要过冷而使病人战抖。这样，病邪就不能侵入，而保持身体健康。并指出利用一种情绪克服另一种情绪的治法，如悲胜恐、恐胜喜、怒胜思、喜胜忧、思胜恐，以其胜治之，为精神护理奠定了基础。

东汉著名医学家张仲景的《伤寒论》、《金匱要略》中，对于患者服药的注意事项论述得十分具体，如桂枝汤方后注明要“啜稀粥一升余，以助药力，温覆令一时许，遍身**𦞙𦞙**，微是有汗者益佳，不可令如水流漓，病必不除”。“禁生冷、粘滑、肉面、五辛、酒酪、臭恶等物”。《金匱要略》还专门论述了食物禁忌，特别是病人的饮食禁忌，这是护理工作中的重要内容。

后汉名医华佗十分重视体育疗法保持健康、防治疾病的作用。《后汉书·华佗传》说：“人体欲得劳动，但不当使极耳……体有不快起作一禽之戏，怡而汗出，固以著粉，身体轻便而欲食”。他模仿着动物的动作而创造的一套锻炼方法“五禽戏”流传至今。

唐代著名医学家孙思邈，对于养生护理尤为擅长，他的著作《千金要方》及《千金翼方》中记载了有关按摩、衣着、饮食、幼儿护理方面等丰富的护理内容。如：“生候尚存，形色未改，病未入腠理，针药及时，能将节调理病无不愈”，指出了“将节调理”（护理工作）在配合治疗的重要作用。又说：“凡居家，常戒约内、外、长、幼，有不快即须早道，勿使隐忍……小有不好，即按摩接捺，令百节通利，泄其邪气”，强调及早用按摩的方法进行护理；“但粗纆可御寒暑而已，第一勤洗浣，以香霑之”，“湿衣及汗衣，皆不可久着”，“食欲数而少”，“故每学淡食，食当熟嚼，使米脂入腹，勿使酒脂入肠。人之当食……必不得暴噉……常须少食肉，多食饭，及少菹菜，并勿食生菜生米”，“食毕当漱口数过，令人牙齿不败，口香”，“食毕当行步踣蹠”，“凡人居止之室，必须周密，勿令有细隙，致有风气得入，少觉有风，勿强忍久坐”等等论述。在衣着、饮食、居处上具体的提出了注意事项；“儿初生，不可令衣过厚热，宜时见风日，天和风暖之时，令母将子日中嬉戏。见风日，则血凝气刚，肌肉牢密，能耐风寒，不致疾病。若常藏于帟帐之中，重衣温暖，比犹阴地之草木，不见日，软脆不堪风寒也”。生动的论述了加强幼儿户外活动的必要。这些护理原则与具体方法，至今仍是中医护理的重要内容。唐代另一名医学家王焘《外台秘要》还列举了初生儿护理（包括淋浴、包裹、哺乳）等护理内容。

金元时期的著名医家，也都相当重视护理工作在治疗疾病中的作用。如脾胃学派的代表李东垣十分强调脾胃是后天之本，必须注意。他所著《脾胃论》中“用药宜禁论”，“饮食伤脾论”，“脾胃损在调饮食寒温论”，“脾胃将理法”，“摄养”等节中，就包含很多护理的内容。他还很注意服药的注意事项，

提出：“若服升浮之药，先一日将理，次日腹空，方服。服毕更将理十日，先三日尤甚，不然则反害也”。也就是说，服升浮性药物及方剂，早一日就要做好准备，第二天空腹服，才能发挥其效力。又如养阴学派的朱丹溪，除去告诫人们要远离色欲外，也极为重视饮食，在《格致余论》中，强调要“茹淡”，也就是要少吃膏粱厚味，以免“有致疾伐命之毒”。在该书中，还记载了一位瘀血痰积的病人，先用精心护理，然后用药治愈的例子，来说明护理调治工作的重要意义。

明清医学总结并且发展了前人关于护理方面的知识。如汪绮石的《理虚元鉴》对虚劳证的预防和护理有较为深刻的论述。详尽地介绍了疗养和饮食调护的重要性及四季防病知识。李梴的《医学入门》也说：“……只得于饮食上调节，戒一切煎炒、炙煨、酒酢、糟酱、燥热之物，恐燥血也。戒一切生冷时果、时菜，恐伤脾也”。

喻昌在《医门法律》中强调调节饮食五味，告诫不要过于偏食某一种饮食。这种论述，使饮食护理的内容更加深化、具体。

清代名医叶天士，对老年病的护理，研究较深，他在《临证指南医案》等著作中，对老年病的防护，强调“颐养功夫，寒暄保暖摄生，尤当加意于药餌之先”，饮食应“薄味”、力戒“酒肉厚味”、“务宜怡开怀”、“戒嗔怒”，对老年病的护理作了具体的指导。

清，钱襄有《侍病要语》，是护理学的专书。流传民间“十叟长寿歌”以诗歌形式表达了十位百岁老人延年益寿，防病抗老的经验。从起居、饮食、锻炼及情志等方面，指出了“长寿”的途径，是具有我国民族特色的保健常识。

古代有所谓“胎教”之说，其中就包含着对孕妇护理的合

理内容。清代亟斋居士的《达生篇》说：“临产时，宜老成安静二、三人伺候，不必多。一切亲族妇女，俱婉言谢却，勿令入房。……第一要劝其放心，……切忌在房中大惊小怪，交头接耳，咨差叹息，皆能令其忧疑忧乱，以致误事。房中冬设火盆，夏月多贮井水，以收热气，仍频换之。”清，汪朴斋的《产科心法》也说：“产后夜间用老成妇人伴眠，日间房中亦宜作伴，盖产妇心虚易惊，室内静，俾安睡养神。”

解放后，在党的中医政策指引下，全国大力开展了对祖国医学的继承发扬研究工作，各地成立了专门研究机构，中医医院和中医病房，为中医护理的发展提高创造了良好的条件。

早在五十年代，全国已有不少地区逐步地运用中医理论，通过临床实践，总结出较好的中医及中西医结合的护理经验。如“中医对乙型脑炎的认识及护理”、“小儿肺炎的中西医结合护理”、“破伤风的中药治疗及护理”、“中暑的中医护理”等等，并初步整理了古代某些医学著作中有关护理的论述，如：“伤寒论中的护病学”等。同时在护理工作中开展了针灸、按摩、拔火罐、气功、太极拳、刮痧等简便而有效的中医治疗方法。

随着中医及中西医结合成果的涌现，在六十至七十年代中，各地对中西医结合护理工作也相继进行了更广泛、深入的探索，总结出比较成功的经验，如“急腹症的辨证施护”、“小夹板局部外固定治疗骨折的护理”、“肺癌的辨证施护”、“针拨白内障的护理”、“中药麻醉前后的护理”等等。在技术操作上，正在以科学实验和临床实践相结合的方法，探索用中医治疗方法，改进和提高原有的西医护理操作，如以针灸配合十二指肠引流术的操作，提高成功率；内服中药代替清洁灌

肠，减少病人痛苦；外敷中药预防并消除肌注硬结，静脉炎等。均有较大的实用价值。

从以上所述，可以看出，中医护理在其理论方面论述的确历史悠久，目前虽也有一定的发展，但作为一个独立的中医护理专业毕竟刚刚诞生不久，需要有一个不断深化完善的过程，实际经验也比较缺乏。这就要求我们中医护理工作者，在努力完成日常工作的同时，加强中医护理的理论研究，重视实践经验的积累，不断地把中医护理专业的理论与实践，提高到一个新的水平。

第二节 中医护理的特点

自古以来，祖国医学是医、药、护不分的。正由于中医历史上形成的医护一体的理论和医护兼施的个体性医疗形态，过去未能形成独立的护理专业学科。中医护理专业是在新中国诞生后，才开始逐步形成。它是中医学体系中一门新的专门学科。中医护理队伍还很年轻，正处于成长壮大的过程。中医护理有它自己的特点，尤其必须以整体恒动观为护理学科的指导思想，遵循因人、因地、因时制宜的原则，运用辨证施护方法，主要采取中医所特有的如四诊观察、针灸、推拿、药剂煎服等护理技术，同时十分强调情志调节和饮食调养，即从机体与精神等诸方面进行整体性护理。

一、整体观念

祖国医学认为，人体的各个部分是有机的联系在一起的。这种相互联系的关系是以五脏为中心，通过经络的作用而实现的。它体现在脏腑与脏腑、脏腑与形体各组织器官之间