中医护理理论与实践指南

钟晓莉 黄琴 唐颖丽◎编

西南交通大学出版社

中医护理理论与实践指南

钟晓莉　黄　琴　唐颖丽　主编

西南交通大学出版社
·成　都·

图书在版编目（CIP）数据

中医护理理论与实践指南 / 钟晓莉，黄琴，唐颖丽主编. —成都：西南交通大学出版社，2021.2
ISBN 978-7-5643-7979-7

Ⅰ. ①中… Ⅱ. ①钟… ②黄… ③唐… Ⅲ. ①中医学－护理学 Ⅳ. ①R248

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2021）第 028573 号

Zhongyi Huli Lilun yu Shijian Zhinan

中医护理理论与实践指南

钟晓莉　黄　琴　唐颖丽　主编

责任编辑　牛　君
助理编辑　姜远平
封面设计　严春艳

出版发行　西南交通大学出版社
（四川省成都市金牛区二环路北一段 111 号
西南交通大学创新大厦 21 楼）
邮政编码　6 10031
发行部电话 0 28-87600564　028-87600533
网址　ht tp://www.xnjdcbs.com
印刷　成都勤德印务有限公司

成品尺寸　170 mm × 230 mm
印张　17.75
字数　272 千
版次　2021 年 2 月第 1 版
印次　2021 年 2 月第 1 次
定价　88.00 元
书号　I SBN 978-7-5643-7979-7

课件咨询电话：028-81435775
图书如有印装质量问题　本社负责退换
版权所有　盗版必究　举报电话：028-87600562

《中医护理理论及实践指南》

编 委 会

主　任： 钟晓莉　黄　琴　唐颖丽

副主任： 王　沙　曾　锐　李　施
陈　丽　李　欣　李　丹

编　委： 陈思源　陈　娅　代沁文
江　璐　廖　蕊　李思怡
廖丹丹　廖明雪　李　爽
刘　红　王　雪　谢　聪
余清萍　杨欢欢　叶文倩
邹艳玲　周雪琪　郑　燕

序言

近年来国家积极扶持中医药事业，对中医护理的继承和发展提出了明确的目标和任务。中医临床护理学是中医药学的重要组成部分，是在中医理论指导下，应用整体观念的理论、辨证施护的方法和传统的护理技术，针对临床各专科常见病症进行预防、保健、康复、护理的一门学科。其独具特色的护理方法和护理内容在减轻患者的病痛、促进康复方面起到非常重要的作用。在中医临床护理实践中，强调人体与自然界及社会的整体关系，进而实施具有中医特色的整体护理。通过“望、闻、问、切”四诊手段获取病情、个体状况、心理、社会环境等信息，应用中医八纲辨证的方法加以分析、归纳，确立患者的证型及存在或潜在的健康问题，提出因时、因地、因人而异的辨证护理措施以及健康指导。

随着现代医学模式和人们健康观念的转变，护理工作的范畴已从单纯的疾病护理向全面的预防保健护理拓展，中医护理的整体观和辨证施护以更符合人性化护理的优势，受到医学界的肯定。随着不断深化的医药卫生体制改革，《全国护理事业发展规划（2016—2020年）》指出，相关医疗机构要全力促进中医护理行业的发展，促

进中医护理相关技术的提升，充分发扬中医护理的优势。本书通过对中医护理基础理论知识、临床常见疾病护理常规、中医护理技术临床操作等方面进行阐述，融入了“整体观”和“辨证施护”的理论基础，突出了中医护理特色，对临床中医护理工作具有一定的指导及借鉴意义。

希望此书能为规范中医护理，传承和发扬中医护理理论与技能起到很好的传播作用。

全国名老中医药专家传承工作室

彭　瞰

前言

随着健康观念和医学模式的转变，中医药越来越显示出其独特的优势。当前，中医药发展站在更高的历史起点上。国务院印发实施《中医药发展战略规划纲要（2016—2030年）》，将中医药发展摆在了经济社会发展全局的重要位置。中医护理学作为中医药学的重要组成部分，被赋予了更深刻的内涵和更广阔的外延。本书整理和发掘了中医护理的许多宝贵临床经验，广收博蓄，提炼精华，传播中医护理防重于治、注重养生的思想，发挥中医护理在老年病、慢性病防治和养生康复中的作用，突出中医整体观和辨证施护，加强中西医护理技术的有机结合，促进中医护理的可持续发展。编写此书的目的是为中医临床护理工作者提供一本能够自修研读、借鉴参考的专科书籍，使读者真正做到开卷有益。

全书共分三章，包括中医护理基础理论、中医护理常规、中医护理技术操作；共涉及中医常见病种23种，中医护理技术12项，涵盖了中医临床护理工作的各个环节。在筛选病种时，摒弃了面面俱到，而是精选临床常见病症，以达到浓缩精华、科学实用的目的。在编写过程中，参考阅读了大量中医教材、书籍及文献，反复进行推敲论证，力求做到科学准确，贴近临床。“工欲善其事，必先利其

器”，我们期盼此书能够为中医临床护理工作提供参考，成为中医护理人员可以依赖的工具书。

因编者水平所限，书中难免存在疏漏之处，敬请读者批评指正。

钟晓莉

2020.10

目录

第一章　中医护理基础理论 …… 001

第一节　中医护理学的基本特点 …… 001

第二节　病因病机 …… 006

第三节　四　诊 …… 014

第四节　辨　证 …… 026

第五节　辨证施护的原则与方法 …… 033

第六节　起居护理 …… 040

第七节　饮食护理 …… 043

第八节　情志护理 …… 053

第九节　用药护理 …… 058

第十节　病情观察 …… 070

第十一节　病后调护 …… 072

第十二节　中医养生保健 …… 074

第二章　中医护理常规 …… 089

第一节　感　冒 …… 089

第二节　咳　嗽 …… 094

第三节　喘　证 …… 101

第四节　肺　胀 …… 107

第五节　肺　癌 …… 111

第六节　心　悸 …… 116

第七节　胸　痹 …… 122

第八节　便　秘 …… 128

第九节　胁　痛 …… 134

第十节　黄　疸…… 139
第十一节　郁　证…… 145
第十二节　不　寐…… 149
第十三节　眩　晕…… 154
第十四节　胃　痛…… 162
第十五节　鼓　胀…… 168
第十六节　水　肿…… 174
第十七节　消　渴…… 180
第十八节　血　证…… 186
第十九节　腰　痛…… 195
第二十节　痹　证…… 200
第二十一节　痔、肛漏、肛裂 …… 205
第二十二节　蛇串疮…… 217
第二十三节　面　瘫…… 222
第三章　中医护理技术操作…… 226
第一节　悬灸技术…… 226
第二节　中药灌肠技术…… 230
第三节　中药热熨敷技术…… 234
第四节　中药熏蒸技术…… 237
第五节　中药湿热敷技术…… 241
第六节　经穴推拿技术…… 243
第七节　耳穴贴压技术…… 248
第八节　中药涂药技术…… 252
第九节　刮痧技术…… 256
第十节　拔罐技术…… 261
第十一节　穴位贴敷技术…… 265
第十二节　中药泡洗技术…… 269
参考文献…… 272



中医护理基础理论

第一节　中医护理学的基本特点

中医护理学理论体系基本特点是整体观念、恒动观念、辨证施护及防护结合。

整体观念

整体观念是对事物和现象的完整性、统一性和联系性的认识。中医学认为人体是一个有机的整体，构成人体的各个组成部分在生理上相互协调，在病理上相互影响；同时还认为人体、自然环境、社会环境之间也是一个不可分割的整体。这种内外环境的统一性和机体自身整体性的思想，称为整体观念。整体观念作为中医学的方法论和指导思想，贯穿于生理、病理、诊法、辨证、养生、治疗、护理等整个中医学理论体系之中，构成了中医学的一大特点。中医护理的整体观念主要体现在人体自身的整体性和人与自然、人与社会环境的统一性三个方面。

1. 人体是一个有机整体

人体由若干脏腑、组织和器官组成，以五脏为中心，通过经络系统把

六腑、五体、五官、九窍、四肢等全身组织器官联系成一个有机整体，并通过精、气、血、津液的作用，完成人体的功能活动，形成人体内环境的统一性。

在人体结构上，按五脏配属联络关系，形成五大系统。如心配小肠，在躯体联血脉，在五官联舌，外华在面，构成心与小肠-脉-舌-面系统；其他还有肺与大肠-皮-鼻-毛系统，脾与胃-肉-口-唇系统，肝与胆-筋-目-爪系统，肾与膀胱-骨-耳-发系统，从而组成了一个完整的人体。在生理功能上，各个脏腑、组织、器官都有各自不同的功能，而在整体活动中又是分工合作的，它们之间既有相辅相成的协同作用（如心主血脉，肝藏血，脾统血），又有相反相成的制约作用（如心肾相交，水火既济），共同维系着人体生理活动的协调平衡。

在诊治、护理疾病上，可以通过五官、形体、色脉等外在变化，了解和判断内脏病变，进而作出正确的诊断。在治疗护理上，体表局部的病变，可以采取调整脏腑功能的方法，如用清心泻小肠火的方法治疗口舌糜烂。同样，脏腑的病变也可采取外治的方法，如针灸治疗脏腑疾病就是一个典型的例子。

2. 人与自然环境的统一性

人与外界环境有着物质同一性，外界环境提供了人类赖以生存的必要条件，即所谓“人与天地相应”。人类适应外界环境的变化而生存，但当外界环境的变化超过了人体的适应能力，或者由于人体的功能失常，不能适应外界环境的变化，就会发生疾病。外界环境包括自然环境和社会环境两个方面。自然环境对人体功能的影响涉及许多方面，如一年四季的气候变化，昼夜阴阳的消长，居住条件、环境和生活习惯变化等，都使人表现出规律性的适应过程。中医把人与自然看成一个整体，因此在护理疾病时，还必须考虑自然的因素，做到因时、因地制宜。

3. 人与社会环境的统一性

人生活在社会环境中，人能影响社会，社会环境的变化也会影响人体身心功能。人在适应社会环境的过程中，维持着生命的稳定、协调、平衡、

有序，这体现了人与社会环境的统一性。当社会环境发生剧变而人体不能作出相应的改变和调整，就势必造成人体心理功能紊乱。一般来说，良好的社会环境、有力的社会支持、融洽的社会关系，能使人精神愉悦，勇于进取；而不利的社会环境，可使人精神抑郁，产生恐惧、紧张、焦虑、悲伤等不良情绪，从而影响身心健康，引发或加重疾病。因此，中医提倡“精神内守”，主张“护身”更要“护心”。

恒动观念

恒动，就是不停顿地运动、变化和发展。中医学理论认为，一切物质，包括整个自然界，都处于永恒而无休止的运动之中。自然界的各种现象包括生命活动、健康、疾病等都是物质运动的表现形式，因此，运动是绝对的、永恒的，摒弃一成不变、静止、僵化的观点，称之为恒动观念。

中医理论认为，“天主生物，故恒于动；人有此生，亦恒于动”。人的生、长、壮、老、已的生命活动全过程，始终体现了“动”。又如人体对食物的吸收，津液的输布与代谢，气血的循环贯注，物质与功能的相互转化等，无一不是在机体内部以及机体与外界环境之间的阴阳运动之中实现的。

中医理论不只强调以恒动观念来认识人的生理，更强调以此来把握患者的疾病过程及病理变化。从病因作用于机体到疾病的发生、发展、转归，整个疾病的病理亦处于不停的发展变化之中。如外感表寒证未及时治疗，则可入里化热，转成里热证；实证日久可转为虚证；旧病未愈又添新疾，新疾又往往引动旧病等。另一方面，疾病的病理变化多表现为一定的阶段性，发病初、中、末期都有一定规律和特点。如风温，初在肺卫，中在气分，末期多致肺胃阴伤。又如气血瘀滞、痰饮停滞等，都是机体发病、脏腑气化运动失常的结果。

中医理论更强调疾病防治的恒动观。中医学主张未病先防、既病防变的思想，就是运用运动的观点去处理健康和疾病的矛盾，以调节人体的阴阳偏盛偏衰而使之处于生理活动的动态平衡。中医学在临床治疗、护理时，更是要针对患者不断出现的新情况、新变化，随时调整处方用药以期药证相合，取得良好疗效。

辨证施护

辨证施护是中医护理工作的基本法则，是中医护理的基本特点之一。“症”“证”“病”是中医学中三个不同的概念。“症”即症状，是疾病的具体临床表现，如发热、咳嗽、头痛等。“证”即证候，是指在疾病发展过程中某一阶段的病理概括。证比症状能更全面、更深刻、更准确地揭示疾病的本质。“病”是对疾病发展全过程中特点与规律的概括，如感冒、中风等。一病可以有数证，而一证又可见于多病之中。辨证施护是中医护理的精髓，所谓“辨证”就是在中医基本理论指导下，将四诊（望、闻、问、切）所收集的病情资料通过分析、综合而辨清疾病的原因、性质、部位和邪正之间的关系，从而概括判断为某种性质的证；“施护”则是根据辨证的结果，确定相应的护理原则和方法。辨证是实施护理措施的前提和依据，施护是辨证的目的，辨证与施护是护理疾病过程中相互联系、不可分割的两个方面，是理论和实践相结合的体现，是指导临床中医护理工作的基本法则。

辨证施护不同于对症护理，也不同于辨病护理。对症护理是针对疾病的症状采用的一种护理方法，它只能减轻患者一时的痛苦，不能解决其根本原因。辨病护理是在确立疾病的诊断之后，根据疾病确定护理的原则。由于一种疾病的不同阶段可以出现不同的证候，而不同的疾病有时在其发展过程中，却可以出现相同的证候。因此，同一疾病由于证候不同，治疗也就不同，而不同的疾病只要出现相同的证候，就可以采用相同的治疗和护理方法，这就是中医“同病异护”和“异病同护”的意义所在。这种针对疾病发展过程中不同的本质矛盾、不同的状态，用不同的方法进行治疗、护理的思想，是辨证施护的精髓所在。

防护结合

“防护”即预防与护理。预防，是指采取一定的措施，防止疾病的发生和发展。中医学在总结劳动人民与疾病作斗争的经验中，已认识到预防疾病的重要性，强调防护结合。中医的预防医学思想，主要阐述人体应顺应

自然环境，增强体质，预防疾病及病后调理，防病复发，从而延年益寿，这种“防护结合，以防为主”的思想，具有现实指导意义。防护结合包括未病先防和既病防变两个方面。

一、未病先防

未病先防就是在疾病发生之前，采取一定的预防措施，防止疾病的发生。疾病的发生，关系到正邪两个方面，正气不足是疾病发生的内在因素，邪气侵袭是发病的重要条件。因此，固护人体正气、防止病邪侵入是护理预防工作的两个重要方面。

1. 养生以固护正气

（1）顺应自然。“人与天地相应”，人类的生活与自然界息息相关，人必须根据四时气候的变化调整阴阳，“春夏养阳，秋冬养阴”，对于外界不正常的气候和有害的致病因素，要及时避开，顺从四时寒暑的变化，保持与外界环境的协调统一。

（2）调摄情志。中医学早在2000年前就注意到调摄精神的重要性，并作为摄生要素而提出。中医认为应尽量减少不良的精神刺激和过度的情绪变动，才能保持人体的身心健康。现今，心身医学在国际上崛起，提出了生物-心理-社会医学模式，说明精神心理因素的调摄在疾病预防和治疗中的作用，已为国际医学界所重视。

（3）起居有常。即起居作息、日常生活要有规律。这是强身健体、延年益寿的重要原则。若起居作息毫无规律、恣意妄行，会导致机体适应能力减退，抵抗力下降，发病率增加等。因此，生活起居要有规律，注重保养正气，调整机体内外阴阳平衡，增强机体抗御外邪的能力，促进疾病的预防、治疗与康复。

（4）饮食有节。饮食是人体生长发育必不可少的物质，古代有“药食同源”之说。饮食要有节制，既要养成良好的饮食习惯，又要注重饮食质与量的合理安排及饮食卫生。对未病之人进行饮食调护，可以补益身体，预防疾病；对患者进行饮食调护，则能调治疾病，促进康复。

（5）锻炼健身。锻炼身体是增强体质、预防疾病发生的一项重要措施。

中医的五禽戏、太极拳、八段锦、易筋经等多种健身方法，不仅对增强体质、预防疾病的发生有良好效果，而且对某些慢性疾病也有一定的治疗作用。

2. 防止病邪毒气侵入

（1）慎避外邪。“虚邪贼风，避之有时”，要谨慎躲避病邪的侵害，如春天防风，夏天防暑，秋天防燥，冬天防寒，这是预防疾病的重要措施。

（2）避疫毒，防疠气。在气候反常或遇传染病流行时，应做好隔离，注意环境卫生。

（3）预施药物，防止传播。我国很早以前就开始了药物预防工作，民间以雄黄、艾叶、苍术等烟熏以消毒防病，用板蓝根、大青叶预防流感、腮腺炎，用茵陈、贯众预防肝炎等，这些方法行之有效，简便易行。

二、既病防变

既病防变，是指疾病既然发生，应力求早诊断，早治疗，以防止疾病的发展与传变。

（1）早期诊治。病位较浅，病情多轻，正气未衰，病较易治。如不及时诊治，病邪就有可能步步深入，使病情加重。因此，一旦疾病发生，应早期诊断、早期治疗，护理人员要密切观察病情变化，给予恰当的护理。

（2）控制传变。疾病一般都有其一定的传变规律和途径，在实施护理过程中，要密切观察病情变化，掌握疾病的传变规律，早期诊治与护理，阻截其病传途径，先安未受邪之地。

第二节　病因病机

病因是导致人体产生疾病的原因。中医学认为，人体各脏腑组织之间，人体与外界环境之间，既是对立的又是统一的，维持着相对的动态平衡，人的脏腑、经络的生理活动正常，气血阴阳协调平衡，人体便处在健康状

态，从而保持着人体正常的生理活动。当这种动态平衡因某种原因遭到破坏，又不能自行调节而恢复时，人体就会产生疾病。病机是疾病发生、发展及其转归的机制。疾病的发生、发展及转归过程极其复杂，涉及人体内外各种因素，但总的来说，取决于人体正常生理功能与各种致病因素之间的矛盾斗争。

病　因

导致人体产生疾病的原因是多种多样、错综复杂的。临床把病因分为四大类：外感病因、内伤病因、病理产物及其他因素等。

一、外感病因

外感病因一般是指来自自然界的致病因素，包括六淫和疠气。外感病因侵犯人体导致的疾病称为外感病。外感病的特点为发病急、病程短，有季节性、地域性，症状相似。外感病初期具有恶寒发热、脉浮等表证的临床表现。

1. 六　淫

六淫即风、寒、暑、湿、燥、火六种外感病邪的统称。风、寒、暑、湿、燥、火指自然界六种不同的气候，在正常情况下称六气。当六气发生太过或不及、非其时而有其气、气候变化过于急骤等，在人体的正气不足、抵抗力下降时，六气才能成为致病因素，侵犯人体导致疾病发生，六气就转化为六淫。此外，由于脏腑功能失调而产生的内风、内寒、内湿、内燥、内火等，称内生五邪，当与之区别。

六淫致病具有以下共同特点：① 六淫致病，途径多为外感。外邪常常从肌表或从口鼻侵犯人体。② 六淫致病，多与季节气候相关。如春季多风病，夏季多暑病，长夏多湿病，秋季多燥病，冬季多寒病等。③ 西北高原多寒病、燥病，东南沿海多热病、湿病。高温环境容易发生温热病。④ 六淫致病，既可单独侵袭人体，还可两种以上邪气相兼同时侵犯人体。临床