



全国医药卫生类院校精品教材

中医护理

ZHONGYI HULI

主 编 吴 琦 黄志雄



扫描二维码
共享立体资源

中医护理

主
编
吴
琦
黄
志
雄



中南大学出版社
www.csupress.com.cn



中南大学出版社
www.csupress.com.cn

目录

第一章 绪论 1

- 第一节 中医护理发展概况 2
- 第二节 中医护理的基本特点 6
- 第三节 中医护理学的思维特点 9
- 第四节 护理在中医学中的地位和作用 10

第二章 中医护理基础理论 13

- 第一节 中医护理的哲学基础 14
- 第二节 藏象学说 25
- 第三节 精、气、血、津液 37
- 第四节 经络腧穴 46
- 第五节 体质 73
- 第六节 病因病机 82

第三章 病情观察 102

- 第一节 望诊 103
- 第二节 闻诊 118
- 第三节 问诊 121
- 第四节 切诊 132

第四章 方药基础知识 140

- 第一节 中药基础知识 141
- 第二节 方剂基础知识 163

第五章 中医护理基本原则 178

第一节 预防与养生 179

第二节 护理基本原则 181

第六章 中医常用护理方法 186

第一节 生活起居护理 187

第二节 情志护理 190

第三节 饮食护理 197

第四节 用药护理 205

第七章 辨证与护理 215

第一节 八纲辨证与护理 215

第二节 脏腑辨证与护理 221

第八章 中医护理技术操作 235

第一节 针刺法 236

第二节 灸法 241

第三节 推拿法 244

第四节 拔罐法 249

第五节 刮痧法 250

附录：中医护理常用技术操作流程及评分标准 253

参考文献 257

第二章

中医护理基础理论

学习目标

1. 掌握阴阳、五行学说的基本内容。
2. 熟悉阴阳、五行的基本概念和特征。
3. 熟悉阴阳学说、五行学说在中医学中的应用。
4. 了解事物属性的五行归类。



【重点提示】◆ ...

阴阳学说是我国古代人民创造的辩证唯物主义哲学思想，是研究阴阳概念及其运动规律，并用以解释宇宙万物和现象发生、发展和变化的哲学理论。阴阳学说对中医学理论的形成和发展有着深远的影响，是中医理论体系中不可或缺的重要组成部分，需重点掌握。

中医护理学是在中医学的形成、发展中逐渐发展起来的，它以中医理论为指导，是以研究探讨中医护理方法和技术为主的一门学科。中医理论的形成受当时盛行的哲学思想的深刻影响，不断发展，构建了自己独特的医学理论体系，其具体内容包括中医哲学基础、藏象、精气血津液、经络与腧穴、体质、病因病机等内容。中医哲学理论是中医理论体系构建的灵魂，藏象学说阐述了人体的结构与生理功能，精气血津液是人体生理功能活动的物质基础，经络与腧穴理论从独特的角度阐释了人体生理活动、病理变化的基础和规律，体质学说阐释了人体不同类型体质的特征及其在疾病的诊疗、养生、保健中的应用，病因病机学说阐述了人体疾病发生、发展变化的原因与病理变化本质。



■ 第一节 中医护理的哲学基础

哲学是关于自然、社会和思维的最一般的共同规律的科学，是理论化、系统化的世界观和方法论。任何一门自然科学的建立和发展，都离不开哲学的指导。中医学用当时盛行的哲学思想如阴阳、五行、精气等，阐述关于生命、健康、疾病等一系列医学问题。

阴阳学说和五行学说是古人用以认识自然和解释自然的世界观和方法论，是我国古代的唯物论和辩证法，也是中医学的重要思维方法。中医学理论体系约形成于战国至秦汉时期，由于当时的自然科学发展滞后于社会科学，代表文化进步和科学发展的阴阳学说和五行学说，不仅盛于天文、地理、气象、历法、农业、军事、政治等各个自然和社会科学领域，同时也渗透到中医学领域，而成为中医理论建立的基本构架和最重要的思维方法，并对中医学理论体系的形成与发展产生了极为深刻的影响。

阴阳学说和五行学说的基本观点和方法被引入中医学领域之后，与中医学自身固有的理论和经验相融合，用以阐释人体的生理功能、病理变化，归纳疾病的本质与类型，从而作为指导预防、诊断、治疗和护理疾病的依据。

学习导入 ◆

案 例

黄某，女性，35岁，3天前不慎感受风寒之邪而出现咳嗽，咳声重浊，气急，咽痒，咳痰稀薄色白，恶寒、发热，苔薄白，脉浮紧，自服“感冒药”后症状无缓解，今晨起咳嗽频剧气粗，咯痰不爽，痰黏稠，喉燥咽痛，口渴，发热，苔薄黄，脉浮数。

思 考

1. 患者自服“感冒药”前后症状的性质有何不同？
2. 如何用阴阳的相互关系来解释其症状性质的改变？

一、阴阳学说

阴阳学说，是古代朴素的对立统一理论，是古人探求宇宙本原和解释宇宙变化的一种世界观和方法论。阴阳学说认为，世界是物质性的整体，宇宙间的一切事物都包含着阴阳相互对立的两个方面，如上与下、明亮与晦暗、兴奋与抑制等；阴阳的相互作用，是宇宙间一切事物发生、发展、变化的根源和规律，正如《素问·阴阳应象大论》所言：“阴阳者，天地之道也，万物之纲纪，变化之父母，生杀之本始，神明之府也。”



阴阳学说渗透到中医学领域,成为中医学重要而独特的思维方法,广泛用以阐释人体的生命活动,指导疾病的诊断和防治,使之成为中医学理论体系的重要组成部分。

(一) 阴阳的基本概念

阴阳,它萌生于商周,成熟于战国与秦汉之际,是对自然界相互关联的某些事物和现象对立双方属性的概括。

【知识拓展】

阴阳的概念

考阴阳原义,“阴”为云之覆,“阳”为日之出;月为阴、日为阳。从字形上分析,阴阳二字均有“卩”(偏旁),“卩”即“阜”,“阜”为山、为岗、为高地,所谓阴阳,即是指山的南北两面,一面为暗,一面是明,它们都以“阜”为坐标,没有“阜”,也就无法分阴阳。由此引申出阴是指山之北;阳是指山之南。

阴阳最初的含义非常朴素,是指日光的向背,即向日为阳,背日为阴。向阳的地方光明、温暖、生机勃勃;背阳的地方黑暗、寒冷、缺乏生机。于是古人即以光明、黑暗,温暖、寒冷来分阴阳。后经过漫长的生产和生活历程,其含义被逐渐引申,用来概括自然界所有的两极现象,如天地、日月、水火、昼夜、升降、动静、内外、雌雄等。这时的阴阳不再特指日光的向背,而变为一个概括自然界具有对立属性的事物和现象双方的抽象概念。正如《灵枢·阴阳系日月》言:“阴阳者,有名无形……”



阴阳鱼介绍

阴阳,既可以标示相互对立的事物或现象,也可以标示同一事物或现象内部对立着的两个方面。故《类经·阴阳类》说:“阴阳者,一分为二也。”一般来说,凡是活动的、弥散的、上升的、明亮的、温热的、推动的、兴奋的,都属于阳的范畴;凡是静止的、凝聚的、下降的、晦暗的、寒冷的、宁静的、抑制的,都属于阴的范畴。如以天地而言,则“天为阳,地为阴”;以水火而言,则“水为阴,火为阳”;以动静而言,则“静者为阴,动者为阳”;以物质的运动变化而言,则“阳化气,阴成形”。

事物的阴阳属性不是绝对的,而是相对的。其相对性体现在两个方面:一是事物或现象的阴阳属性是在与自己的对立面相比较中确定的,若比较的对象发生了改变,那么事物的阴阳属性也可以发生改变。如春天与冬天比,其气温当属阳,但与夏天相比,则其气凉应属阴。二是事物的无限可分性决定了阴阳之中复有阴阳。如昼为阳,夜为阴;而上午为阳中之阳,下午为阳中之阴;前半夜为阴中之阴,后半夜为阴中之阳。

事物的阴阳属性必须具有关联性,即以阴阳来概括或区分事物的属性,必须是相互关联的一对事物或现象,或是一个事物内部的两个方面。只有相关联的事物或现象,才能用阴阳来说明,如上与下、左与右、男与女等;不相关的事物或现象不能对其属性进行阴阳划分,如上与冷、下与热、外与寒等。



立统一关系的体现。人体的生理功能以物质为基础，没有物质就无以产生生理功能，而生理功能的结果，又不断促进着物质的新陈代谢，人体功能与物质的关系也就是阴阳相互依存、相互消长的关系。如果阴阳不能相互为用而分离，人的生命也就终止了。

3. 说明人体的病理变化 中医学认为疾病的发生，是阴阳失去相对平衡而出现偏盛偏衰的结果。疾病的发生与发展，关系到人体的正气与邪气两方面。邪气有阴邪、阳邪之分，正气包括阴精与阳气两部分。阳邪致病，使人体阳偏盛而阴伤，从而出现热证；阴邪致病，使人体阴偏盛而阳伤，从而出现寒证。阳气虚不能制约阴寒，则出现阳虚阴盛的虚寒证；阴液亏虚不能制约阳热，则出现阴虚阳盛的虚热证。由于阴阳是互根互用的，当机体的阴阳双方虚损到一定程度时，常可导致对方不足，即所谓“阳损及阴”“阴损及阳”，从而出现“阴阳两虚”的病理状态。临床在某些慢性病的发展过程中，常见由于阳气虚弱而累及阴精生化不足，或由于阴精亏损而导致阳气生化无源的阴阳两虚的病理变化。综上所述，尽管疾病的病理变化复杂多端，但均可以用阴阳失调来概括说明（图 2-1）。

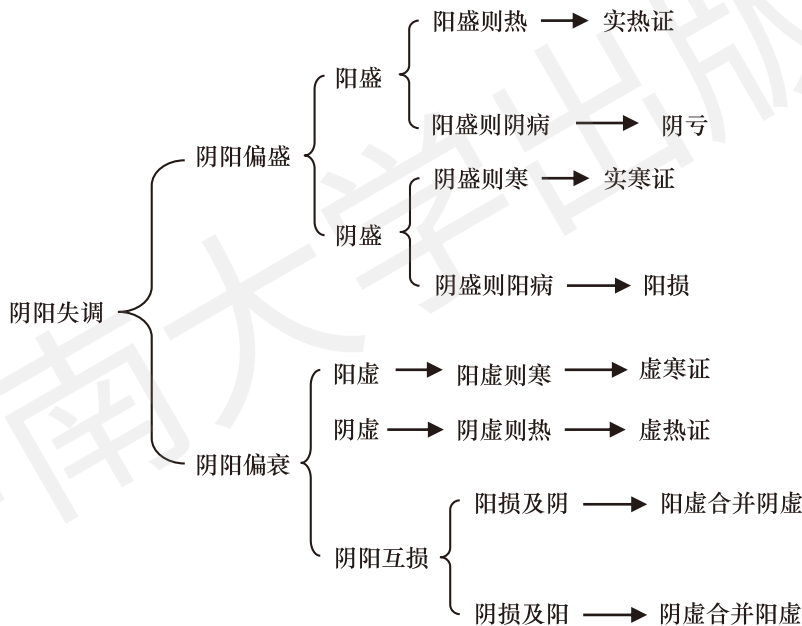


图 2-1 阴阳失调示意图

4. 用于疾病的诊断 由于疾病发生发展的机制在于阴阳失调，所以任何疾病尽管其临床表现错综复杂、千变万化，但都可用阴阳来加以概括说明。正确的诊断首先要分清阴阳，才能执简驭繁，抓住本质，正如《素问·阴阳应象大论》所言“善诊者，察色按脉，先别阴阳”。例如望诊中色泽鲜明者属阳，晦暗者属阴；闻诊中声音洪亮者属阳，低微断续者属阴；切脉中浮、大、滑、数、实者属阳，沉、小、涩、迟、虚者属阴；临床辨证中的表证、实证属阳证，里证、寒证、虚证属阴证。

5. 用于疾病的治疗和护理 由于疾病的基本病机是阴阳失调，即阴阳的偏盛偏衰，因此，调整阴阳的盛衰，补其不足，损其有余，恢复阴阳的相对平衡，就是治疗和护理



表 2-1 事物属性的五行归类表

自然界						五行	人体				
五味	五色	五化	五气	五方	五季		五脏	六腑	五官	形体	情志
酸	青	生	风	东	春	木	肝	胆	目	筋	怒
苦	赤	长	暑	南	夏	火	心	小肠	舌	脉	喜
甘	黄	化	湿	中	长夏	土	脾	胃	口	肉	思
辛	白	收	燥	西	秋	金	肺	大肠	鼻	皮毛	悲
咸	黑	藏	寒	北	冬	水	肾	膀胱	耳	骨	恐

(1) 相生：是指一事物对另一事物具有促进、助长和资生的作用。

五行中相生的次序是：木生火，火生土，土生金，金生水，水生木，依次相生，如环无端，生化不息(图 2-2)。

在五行的相生关系中，任何一“行”都具有“生我”“我生”两方面的关系，“生我”者为“母”，“我生”者为“子”。所以，五行相生的关系又叫“母子关系”。以水为例，“生我”者“金”，则金为水之母，“我生”者“木”，则木为水之子，其他四行依此类推。

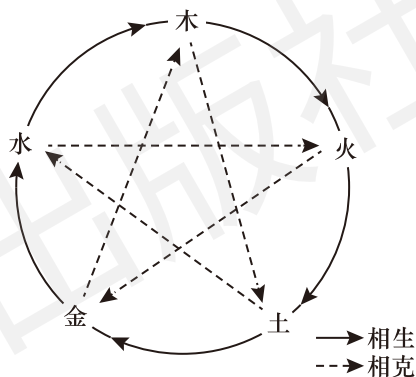


图 2-2 五行相生、相克示意图

(2) 相克：指一事物对另一事物的生长和功能具有抑制、制约的作用，这种关系就叫作“相克”。

五行相克的次序是：木克土，土克水，水克火，火克金，金克木(图 2-2)，这种克制关系，也是往复无穷的。

五行的相克关系中，任何一“行”都具有“我克”“克我”两方面的关系。我克者为我所胜，克我者为我所不胜。因此，五行的相克关系又称为“所胜”与“所不胜”的关系。以“木”为例，“克我”者为“金”，“我克”者为“土”，那么土就是木之“所胜”，金就是木之“所不胜”。其他四行依此类推。

在五行生克关系中，任何一行皆有“生我”“我生”“克我”“我克”四方面关系的同时存在。以“木”为例，“生我”者水，“我生”者火，“克我”者金，“我克”者土(图 2-2)。对五行中的任何一行来说都是生中有克、克中有生，从而形成了五行间既相互生化，又相互制约的“制化”关系。五行之间就是通过这种生克制化关系，防止了各行的太过与不及，使事物受到整体性调节，从而维持和促进事物的平衡协调和发展变化。

(3) 相乘：乘，凌也，即以强凌弱之意。五行相乘，是指五行中某一行对其所胜一行的过度克制。

五行相乘的次序与相克相同，即木乘土，土乘水，水乘火，火乘金，金乘木。



评 析

1. 腰为肾之府，患者出现腰部持续性冷痛重着，不能转侧，活动不利，说明疾病的部位属于肾。

2. 四诊合参，患者腰痛为肾虚寒湿停聚，痹阻络脉，气血运行不利所致。治当温肾祛湿，散寒通经。

■ 第三节 精、气、血、津液

【重点提示】◆ …

精、气、血、津液学说是研究人体精、气、血、津液的生成、运行、生理功能及其相互关系的学说，是中医理论体系的重要组成部分。必须重点掌握精、气、血、津液的概念和生理功能。

精、气、血、津液，是构成人体和维持机体生命活动的基本物质。精，是由禀受于父母的生命物质与后天水谷精微相融合而形成的一种精华物质；气是人体最为活跃，运行不息且无形的极细微物质；血液是运行于血管中营养丰富的液态物质；津液是人体正常水液的总称。

精、气、血、津液是人体各脏腑组织官窍生理功能活动的物质基础，而精、气、血、津液的生成和代谢，又赖于脏腑组织器官的生理活动。因此，精、气、血、津液与脏腑组织器官的生理功能和病理变化有着密切的关系。

学习导入 ◆

案 例

樊某某，男，17岁。患者身材矮小瘦弱，面容焦枯熏黑，头发灰黑无泽，精神委顿。问诊得知患者幼时囟门闭合延迟，语言、坐立、爬行均较同龄幼儿明显滞后，乳牙生长迟缓。经检查患者第二性征没有任何发育的迹象。

思 考

1. 患者为什么出现上述症状？
2. 此证候病位可能涉及哪一个脏腑？



2. 常用腧穴(图 2-8)

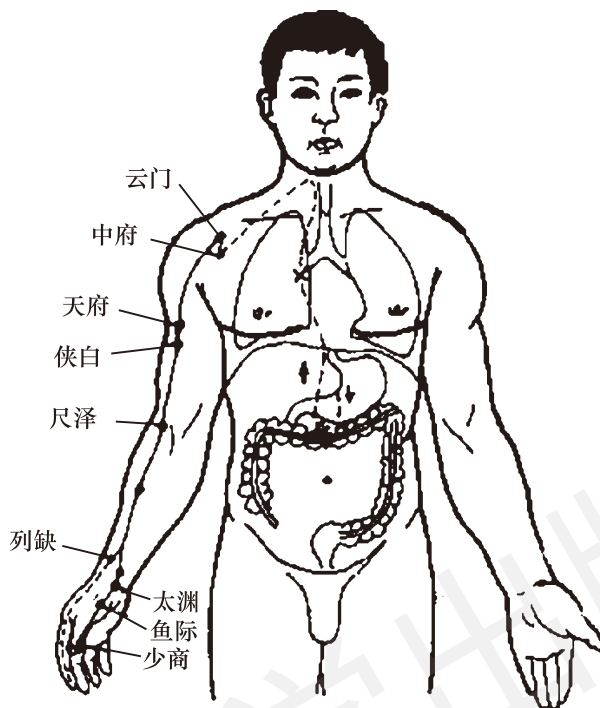


图 2-8 手太阴肺经

尺泽

【定位】肘横纹中，肘二头肌腱桡侧缘凹陷中。

【主治】咳嗽、咯血、气喘、咽喉肿痛、小儿惊风、乳痛、肘臂挛痛。

【操作】直刺 0.5~0.8 寸。

列缺

【定位】桡骨茎突上方，腕横纹上 1.5 寸。简便取穴法：两手虎口交叉，一手示（食）指按在桡骨茎突上，指尖下凹陷中是穴。

【主治】头痛项强、咳嗽、咽痛、手腕无力、齿痛、口眼歪斜。

【操作】向上斜刺 0.2~0.3 寸。

少商

【定位】拇指桡侧指甲角旁约 0.1 寸。

【主治】咽喉肿痛、咳嗽、鼻出血、发热、昏迷、癫狂。

【操作】浅刺 0.1 寸或点刺出血。

(二) 手阳明大肠经

1. 循行部位 起于示（食）指桡侧末端、沿示指桡侧上行，经过合谷（第 1、第 2 掌骨之间）进入两筋（拇长伸肌腱和拇短伸肌腱）之间，沿上肢外侧前缘、上行至肩



学习检测

一、名词解释

阴阳 五行 藏象 气机 六淫

二、选择题

- 既有季节特点，又不受季节限制，常为外感病先导的邪气是()。
 - 热邪
 - 风邪
 - 疠气
 - 寒邪
 - 湿邪
- 最易侵犯人体上部和肌肤的外邪是()。
 - 风邪
 - 寒邪
 - 湿邪
 - 暑邪
 - 燥邪
- 寒邪的性质是()。
 - 其性开泄
 - 其性重浊
 - 其性凝滞
 - 其性黏腻
 - 其性干涩
- 六淫中最易导致疼痛的邪气是()。
 - 寒邪
 - 火邪
 - 风邪
 - 燥邪
 - 湿邪
- 六淫中具有病程长，难以速愈的邪气是()。
 - 寒邪
 - 火邪
 - 风邪
 - 暑邪
 - 湿邪
- 湿邪、寒邪的共同致病特点是()。
 - 损伤阳气
 - 阻遏气机
 - 黏腻重浊
 - 凝滞收引
 - 易袭阴位
- 六淫中最易致肿疡的是()。
 - 风邪
 - 湿邪
 - 火邪
 - 燥邪
 - 寒邪
- 症见头痛、耳鸣、咽喉红肿疼痛、唇舌糜烂等，是由于()。
 - 热邪侵扰心神
 - 热邪伤津耗气
 - 热邪易生风
 - 热邪易致动血
 - 热邪燔灼向上



19. 阴偏盛的产生多由于()。

- A. 感受阴邪, 过食生冷 B. 阳病及阴 C. 阴病及阳
D. 久病耗伤气血 E. 先天禀赋不足

20. 阴损及阳的病理状态是指()。

- A. 阴虚为主的阴阳两虚 B. 阳虚为主的阴阳两虚 C. 阴虚为主
D. 阳虚为主 E. 阴阳在低水平上的平衡

三、简答题

1. 分述五行的特性。
2. 简述风邪的性质和致病特征。