中医适宜技术推广系列(二)刮痧疗法

刮痧法是应用边缘钝滑的器具，如牛角刮板、瓷匙等物，在患者体表一定部位反复刮动，使局部皮下出现瘀斑的一种治疗方法。此法可疏通理，使脏腑秽浊之气通达于外，促使周身气血沥畅，逐邪外出，从而达到治疗疾病的目的。

一、禁忌症

患者体形过于消瘦、有出血倾向者、皮肤病变处禁用此法。

二、物品准备

治疗盘，刮具(牛角刮板、瓷匙等)，治疗碗内盛少量清水或药液，必要时备浴巾、屏风等。

三、操作程序

1.备齐用物携至床旁，做好解释，再次核对。

2. 协助患者取合理体位暴露刮痧部位，冬季注意保暖。

3.根据病情或医嘱，确定刮痧部位，常用的部位有头颈部，背部，胸部及四肢。

4.检查刮具边缘是否光滑，有无缺损，以免刮刺皮肤。

5.手持刮具，蘸水或药液，在选定的部位，从上至下刮擦皮肤，要向单一方向，不要来回刮。用力要均匀，禁用暴力。

6.如刮背部，应在脊椎两侧沿肋间隙呈弧线由内向外刮，每次刮 8~10 条，每条长 6~15cm。

7.刮动数次后，当刮具干涩时，需及时蘸湿再刮，直至皮下呈现红色或紫红色，一般每一部位刮 20 次左右。

8.刮治过程中，随时询问患者有无不适，观察病情及局部皮肤颜色变化，及时调节手法力度。

9.刮痧完毕，清洁局部皮肤后，协助患者衣着，安置舒适卧位。

10.清理用物，归还原处，洗手，记录。

四、常见治疗疾病

1. 内科病症　感受外邪引起的感冒发热、头痛、咳嗽、呕吐、腹泻以及高温中暑等，急慢性支气管炎、肺部感染、哮喘、心脑血管疾病、中风后遗症、泌尿系感染、遗尿症、急慢性胃炎、肠炎、便秘、腹泻、高血压、眩晕、糖尿病、胆囊炎、肝炎、水肿，各种神经痛、脏腑痉挛性疼痛等，诸如:神经性头痛、血管性头痛、三叉神经痛、肋软痛、胃肠痉挛和失眠、多梦、神经官能等病症。除惧阴症和禁忌症以外的各种病症，包括一些疑难杂症均可用全息经络刮痧法治疗。

2. 外科病症　以疼痛为主要症状的各种外科病症，如急性扭伤，感受风寒湿邪导致的各种软组织疼痛，各种骨关节疾病，坐骨神经痛，肩周炎，落枕，慢性腰痛，风湿性关节炎，类风湿性关节炎，颈椎、腰椎、膝关节骨质增生，股骨头坏死，外科如痔疮、皮肤播痒症、荨麻疹、疱疮、湿疹、脱发等病症。

3.儿科病症　营养不良、食欲不振、生长发育迟缓、小儿感冒发热、腹泻、遗尿等病症。

4. 五官科病症　牙痛、鼻炎、鼻窦炎、咽喉肿痛、视力减退、弱视，青少年假性近视、急性结膜炎、耳痒、耳鸣等病症。

5.妇科病症　痛经、闭经、月经不调、乳腺增生、产后病等。

6.保健　预防疾病、病后恢复、强身健体、减肥、美容等。

五、注意事项

1. 室内空气流通，忌对流风，以防复感风寒而加重病情。

2.操作中用力要均匀，勿伤损皮肤。

3. 刮痧过程中要随时观察病情变化，发现异常，应立即停刮，并报告医师，配合处理。

4. 刮痧后嘱患者保持情绪安定，饮食要清淡，忌生冷油腻之品。

中医适宜技术推广系列(三)穴位按摩法

穴位按摩是中医基本理论指导下，运用手法作用于人体穴位的一种技术操作。通过局部刺激，可疏通经络，调动机体抗病能力，从而达到防病治病，保健强身的目的。

一、禁忌症

各种出血性疾患、妇女月经期；孕妇腰腹、皮肤破损、瘢痕等部位禁止按摩。

二、物品准备

治疗巾

三、操作程序

1. 向患者说明穴位按摩的作用、方法，以取得合作。

2.进行腰腹部按摩时，嘱患者先排尿。

3.合理安排体位，必要时协助松开衣着。冬季注意保暖。

4.准确取穴，根据患者的症状、发病部位、年龄及耐受性，选用适宜的手法和刺激强度，进行按摩。

5. 操作过程中要随时观察患者对手法反应，若有不适，应及时调整手法或停止操作，以防发生意外。

6.操作后协助患者衣着，安排舒适卧位。

7.洗手，必要时记录。

四、注意事项

1.操作前应修剪指甲，以防损伤患者皮肤。

2. 操作时用力要均匀、柔和、有力、持久，禁用暴力。

3.各种出血性疾患、妇女月经期；孕妇腰骶部、腹部以及皮肤破损处、瘢痕等部位，禁用此法。

五、按摩基本手法

按摩又称推拿。临床中的推拿手法很多，本章仅介绍几种常用手法。

1.推法

用指、掌或肘部着力于一定部位上，进行单方向的直线按摩。用指称指推法；用掌称掌推法；用肘称肘推法。操作时指、掌、肘要紧贴体表，用力要稳，速度缓慢而均匀，以能使肌肤深层透热而不擦伤皮肤为度。

此法可在人体各部位使用。能提高肌肉的兴奋点；促进血液循环，并有舒筋活络作用。

2.一指禅推法

用拇指指腹或指端着力于推拿部位，腕部放松，沉肩、垂肘、悬腕，以肘部为支点，前臂做主动摆动，带动腕部摆动和拇指关节做屈伸活动。手法频率每分钟 120~160 次，压力、频率、摆动幅度要均匀，动作要灵活，操作时要求达到患者有透热感。

常用于头面、胸腹及四肢等处。具有舒筋活络、调和营卫、健脾和胃、祛瘀消积的功能。

3.揉法

用手掌大鱼际、掌根或拇指指腹着力，腕关节或掌指做轻缓和的揉动。操作时压力要轻柔，动作要协调而有节律，一般速度每分钟 120~160 次。

适用于全身各部位。具有宽胸理气、消积导滞、活血化瘀、消肿止痛等作用。

4.摩法

用手掌掌面或手指指腹附着与一定部位或穴位，以腕关节连同前臂做节律性的旋转运动。此法操作时肘关节自然弯曲，腕部放松，指掌自然伸直，动作要缓和而协调，频率每分钟 120 次左右。

5.擦法(平推法)

用手掌大鱼际，掌根或小鱼际附着在一定部位，进行直线来回摩擦。操作时手指自然伸开，整个指掌要贴在患者体表治疗部位，以肩关节为支点，上臂主动带动手掌做前后或上下往返移动。动作要均匀连续，推动幅度要大，呼吸自然，不可进气，频率每分钟 100~120 次。

此法用于胸腹、肩背、腰臀部及四肢。具有温经通络、行气活血、消肿止痛、健脾和胃等作用。

6.搓法

用双手掌面夹住一定部位，相对用力做快速搓揉，同时做上下往返移动。操作时双手要用力对称，搓动要快，移动要慢；手法由轻到重，再由重到轻，由慢到快，再由快到慢。

适用于腰背、协助及四肢部位，一般作为推拿结束时手法。具有调和气血，舒筋通络作用。

7.抹法

用单手或双手拇指指腹紧贴皮肤，做到上下或左右往返移动。操作时用力要轻而不浮，重而不滞。

本法适用于头面及颈项部。具有开窍镇静、醒脑明目等作用。

8.振法

用手指端或手掌着力于体表，前臂和手部肌肉静止性强力地用力，产生振颤动作，操作时力量要集中在指端或手掌上，振动的频率较高，着力较重。

此法多用单手操作，也可双手同时进行。适用于全身各部位和穴位。具有祛疲消积、和气理气作用。

9.按法

用拇指端、指腹、单掌或双掌(双掌重叠)按压体表，并稍留片刻。操作时着力部位要紧贴体表，不可移动，用力要由轻到重，不可用暴力猛然按压。

指按法适用于全身各部穴位；掌按法适用于腰背及腹部。具有放松肌肉、活血止痛作用。

10.捏法

用拇指与食、中指或拇指与其余四指将患处皮肤、肌肉、肌腱捏起，相对用于挤压。操作时要连续向前提捏推行，均匀而有节律。

此法适用于头部、颈项部、肩背及四肢。具有舒经活络、行气活血作用。

11.拿法

捏而提起谓之拿，即用拇指与食、中两指或拇指与其余四指相对用力，在一定部位或穴位上进行节律性地提捏。操作时用力要由轻而重，不可突然用力，动作要缓和而有连贯性。

临床常配合其他手法适用于颈项、肩部及四肢等部位。具有祛风散寒、舒筋通络等作用。

12.弹法

用一手指指腹紧压住另一手指指甲，受压手指端用力弹出，连续弹击治疗部位。操作时弹击要均匀，频率为每分钟 120~160 次。

此法可用于全身各部，尤以头面、颈项部最为常用。具有舒筋活络、祛风散寒的作用。

13.掐法

用拇指指甲重刺穴位。掐法是强刺激手法之一，操作时要逐渐用力，达深透为止，不要掐破皮肤。掐后轻揉皮肤，以缓解不适。

此法多用于急救和止痛，常掐合谷、人中、足三里等穴。具有疏通血脉、温通经络的作用。

新春快乐 万事如意

甘中附院报

University Hospital of Gansu Traditional Chinese Medicine

甘肃中医学院附属医院网
http://www.zyxyfy.com
医院新浪官方微博
http://weibo.com/u2709587243
医院腾讯官方微博
http://t.qq.com/gansuzhongyi1991

2012年 第33期(总第四期) www.zyxyfy.com　12月31日　甘肃中医学院附属医院院报编辑部 (内部资料 免费赠阅)

我院接受国家中医药管理局中医药重点学科中期检查

11月26日-27日，山西省政协副主席、山西中医学院院长周然毅挽带组的国家中医药管理局“十一五”中医药重点学科中期检查工作组到我省检查指导工作。我院针灸学、中西医结合临床作为重点学科建设单位接受检查。

26日，专家组听取了我院针灸学、中西医结合临床的中期建设情况汇报，并于当日下午在甘肃省中医药管理局甘培尚局长的陪同下到医院实地考察，对针灸优势病种科、针灸门诊部、针灸治疗科，中西医结合心血管科等科室进行了重点查看，就相关问题和学科办公室的工作人员进行交谈。

专家组在反馈时表示，医院领导高度重视学科建设，管理措施切实有效，学科建设情况良好，两个学科在学术水平、学科队伍、科学研究等方面建设成效突出，圆满地完成了重点学科中期建设任务。专家组希望我院继续加强学科建设工作，进一步凝炼研究方向，加强数据库建设和教材建设，拓展学科建设深度。

(院办　李百龙)

甘培尚局长在我院进行『厅长行政查房』

11月27日下午，省卫生厅党组成员、省中医药管理局局长甘培尚等一行五人到我院进行“厅长行政查房”，我院李应东院长等院领导及部分科室负责人陪同检查。

在心血管科，甘局长认真查阅了运行病历，并到病房与患者交流，仔细询问患者的病情，深入了解床位费、药费收取等情况，与科主任及主管医师就诊疗方法进行了沟通。随后，甘局长一行查看了我院新装修的超声诊断科及正在装修中的老年病·肺病科。

查房结束后，甘局长对我院的近期工作表示肯定，并希望医护人员继续努力，做得更加细致。“厅长行政查房”将对我院医疗服务质量的提高起到积极督促作用。

(医务科　王璐)

我院召开二〇一二上半年度医疗质量安全分析评议会

11月27日下午，我院召开2012上半年度医疗质量安全分析评议会，省卫生厅党组成员、省中医药管理局局长甘培尚等上级部门领导出席会议，我院院领导、科主任、护士长参加会议。会议由张志明副院长主持。大家就医院医疗质量安全进行了认真分析和有益探讨。

评议会上，我院医务科易华科长向与会人员作2012上半年度工作汇报，对上半年度的病历质量、投诉接待、纠纷处理等医疗质量安全工作进行了总结；创伤骨科徐克武主任对医疗纠纷典型案例作以讲解，通过分析诊疗过程、医德医风等对发生纠纷的原因作了探讨。

甘局长指出，医院要重视并落实好核心制度，各级医师在合理发挥中医药特色的基础上，要结合现代技术及商科技检查结果，避免漏诊、误诊情况发生，医务人员要树立起“一心为患者，全意为救人”的服务理念，不仅要对患者负责，更要对自己的人品良心负责。

李应东院长对甘局长一行对我院工作的监督、支持和帮助表示感谢，并要求全院医务人员要在业务上加强学习，精益求精，加强医德医风建设，出现问题时要积极面对，坚决杜绝推诿、回避、相互拆台的情况发生，行政责任科室要加大监管力度，深入病房，为患者创造良好的诊疗环境。

(医务科　王璐)

十八大召开之际我院领导班子再次进村入户

十八大召开之际，我院领导班子和“双联”办公室工作人员一行13人于10月28日清晨冒雨赶武山县榨林乡，再次慰问联系户群众并了解他们的生产生活情况。李应东院长带队，先后到牛庄、天局、孙堡三个村将慰问品送到农户手中，把党的关怀送给了基层群众。在农户刘成林家中，工作组了解到年近7旬的刘成林生病腿痛，李应东院长和张晓刚副院长对老人进行了仔细检查，会诊后提出了治疗方案，并赠送药品、指导服药。

李院长指示办公室人员尽快将后续所需药品送到老人手中。得知帮扶户刘杰家喜添新丁，全体工作人员也为之高兴，一起赶去祝贺并把精心准备的慰问品送给产妇和新生儿，会面气氛格外温馨融洽。在孙军胜家中慰问时，在询问近期生活情况和对我们工作的建议时，孙军胜老人激动地说：“党的政策好，你们执行得更好，我们感谢党、感谢你们，我们没有别的建议，只希望我们国家更加繁荣昌盛，也希望你们工作顺心。”

(党办　滕霏霏)

我院援建榨林乡卫生院项目即将投入使用

援助武山县榨林乡卫生院建成中医适宜技术推广、远程会诊网络平台和标准化药房，是我院“联村联户、为民富民”行动医疗帮扶工作的一项重要任务，也是我院为完善卫生院中医药发展基础条件、提高中医药诊疗水平、提高中医药服务能力做出的积极努力。经过5个多月的精心策划与紧张筹备，榨林乡卫生院中医适宜技术推广、远程会诊平台和标准化药房于10月28日正式建成并即将投入使用。

在榨林乡卫生院中医适宜技术推广、远程会诊网络平台和标准化药房建设中，我院购置了价值5万余元的远程会诊硬件设备，9万元的配套设施及软件，2万余元的药品柜及陈列架，价值3千多元的药品冷藏柜，价值2千多元基础办公设备，另外投入2千多元制作药品标签、宣传材料等，共计投入资金约18万元。我院设备科、信息中心、药剂科还派相关负责人就会诊系统运行、设施设备管理及维护、药房药学人员配备、制度建设等方面进行了指导。

榨林乡卫生院中医适宜技术推广、远程会诊网络平台和标准化药房的建成，将极大提高卫生院医疗服务水平及药品使用管理水平，使当地群众的用药安全更加有保障，使“简、验、廉”的中医药服务发挥更大作用。

(党办　滕霏霏)

总　编:李应东　主　编:邢喜平　编　辑:杨文强　李百龙　谢文天　摄　影:李百龙
编辑部地址:兰州市嘉峪关西路732号甘肃中医学院附属医院办公室　电话:(0931)8635229　邮政编码:730020