

团 体 标 准

T/HNNAS 001—2025
T/HAICWM 006—2025

老年虚证脐灸技术

Umbilical moxibustion technique for geriatric deficiency

2025-08-01 发布

2025-10-01 实施

湖 南 省 护 理 学 会
湖南省中医药和中西医结合学会 发 布

目 次

前言..... III

1 范围..... 1

2 规范性引用文件..... 1

3 术语和定义..... 1

4 基本要求..... 1

5 操作流程..... 2

6 不良事件处理..... 3

7 健康教育..... 3

8 伦理要求..... 3

附录A（资料性）问诊单..... 4

附录B（资料性）脐灸药粉表..... 6

附录C（资料性）标准操作流程图..... 7

参考文献..... 8

前 言

本文件按照GB/T 1.1—2020《标准化工作导则 第1部分：标准化文件的结构和起草规则》的规定起草。

请注意本文件的某些内容可能涉及专利。本文件发布机构不承担识别专利的责任。

本文件由湖南省护理学会和湖南省中医药和中西医结合学会提出并归口。

本文件起草单位：湖南省中医药研究院、湖南中医药大学、湖南省中西医结合医院（湖南省中医药研究院附属医院）、湖南中医药大学第一附属医院、湖南省护理学会、徐州开放大学、海南医科大学、湖南善孝堂健康科技有限公司、湘潭县人民医院、娄底职业技术学院。

本文件主要起草人：陈燕、刘尚、王灿、刘晴偲、马改红、朱建华、朱海利、陈青、林静、方森、梁百慧、唐婕妤、向琴、石溪溪、蒋新军、冯杰、李伟信、王金玲、张洁、龙紫琼、陈星月、张笑笑、洪艺彤。

老年虚证灸灸技术

1 范围

本文件规定了老年虚证灸灸技术的基本要求、操作流程、不良事件处理、健康教育和伦理要求。
本文件适用于各级各类等医疗机构开展老年虚证灸灸技术的护理人员。

2 规范性引用文件

下列文件中的内容通过文中的规范性引用而构成本文件必不可少的条款。其中，注日期的引用文件，仅该日期对应的版本适用于本文件；不注日期的引用文件，其最新版本（包括所有的修改单）适用于本文件。

GB/T 12346 经穴名称与定位
GB 13495 消防安全标志
GB 15982 医院消毒卫生标准
GB 50016 建筑设计防火规范
WS/T 313 医务人员手卫生规范
WS/T 367 医疗机构消毒技术标准
ZY/T 001.1 中医病证诊断疗效标准

3 术语和定义

下列术语和定义适用于本文件。

3.1

灸灸 umbilical moxibustion

以脐（又称“神阙穴”）为用药部位的隔物灸法。借助艾火纯阳热力，使中药粉剂的药性能快速透入肌肤，以通五脏六腑，激发经络之气，调和气血的技术。

3.2

老年虚证 geriatric deficiency

老年人因正气不足，人体气血津精阴阳虚损而引起气血、阴阳、脏腑、经络功能减退等为特征的一类证候，包括阳虚、阴虚、气虚、血虚等虚证。

4 基本要求

4.1 环境布局

4.1.1 宜独立设置灸灸治疗室，科学合理划分候诊区、操作区、处置区。可与门诊或病区的中医技术治疗室共用其场所。

4.1.2 室内应保持干净整洁，通风良好，温湿度适宜；无易燃易爆物品，远离氧源。

4.2 设施设备

- 4.2.1 应符合GB 50016相关规定, 配备灭火器, 安装烟雾报警器、排烟设备(排烟罩、排风扇)等。
- 4.2.2 应符合GB 13495相关规定, 设置明显的安全出口标识等。
- 4.2.3 应符合GB 15982相关规定, 配备洗手池和手卫生设施等。
- 4.2.4 应配备中医治疗床, 宜安装床帘或配备屏风等。
- 4.2.5 应配备急救应急设备。

4.3 施术人员

应为具有中医护理基本理论、基本知识、基本技能的注册护士。

5 操作流程

5.1 评估

5.1.1 病史

- 5.1.1.1 既往病史: 有高血压、糖尿病、过敏史、腹部外伤史者慎用。
- 5.1.1.2 现病史: 肿瘤晚期、出血性脑血管病急性期及患有严重器质性疾病、结核病者禁用。

5.1.2 症状

- 5.1.2.1 有脐部破损、溃疡、疱疹者, 腹部肿块、压痛及皮肤敏感程度高者或过饥、过饱、过劳者慎用。
- 5.1.2.2 有发热、出血、神志障碍、感觉障碍或大惊、大恐、大渴、大汗、大醉者禁用。

5.1.3 证型

应依据ZY/T 001.1相关规定, 辨识虚证。问诊单可参考附录A。

5.2 施术

5.2.1 准备

5.2.1.1 应准备以下施术用物:

- a) 器具: 脐碗(规格宜为直径8 cm, 外沿高度4 cm, 内沿深度2 cm, 外口内收, 药孔深度2 cm, 直径1.5 cm; 其中大麦粉与水比例宜为2:1, 大小应包裹脐碗为度, 后放微波炉低火加温60 s 左右)、治疗盘、防护圈、打火枪、控温计、孔巾等。应检查器具是否齐全, 有无破损。
- b) 艾柱: 每个重量约为6 g艾绒, 宜制作成高度3.5 cm, 底座直径3.5 cm的圆锥状艾柱。
- c) 脐灸药粉: 应遵循辨证论治的原则, 依据受术者的病情、证候以及症状, 遵医嘱选择脐灸药粉, 可参考附录B。

5.2.1.2 应协助受术者做好以下准备:

- a) 取仰卧舒适体位, 充分暴露脐部(可上至中脘、下至关元、左右至大横)。
- b) 保持放松心态, 指导进行冥想、深呼吸等。

5.2.1.3 仪容仪表应整洁干净。按WS/T 313要求洗手, 剪指甲, 佩戴口罩, 戴手套等。

5.2.2 操作

5.2.2.1 应符合GB/T 12346相关规定, 暴露神阙穴, 用生理盐水棉球清洁。

5.2.2.2 应按以下步骤进行隔物灸：

- a) 再次检查器具有无破损。将脐面碗置于神阙穴，将孔巾套住脐碗平铺于脐周，防护圈固定。从脐碗内孔填充中药粉于脐部至内孔1/2~2/3。
- b) 点燃艾柱，置于脐面碗内孔，一般3壮~5壮，以脐周皮肤红润为宜。
- c) 询问受术者感受，注意面色、表情和脉象，及时发现和处理不良反应。
- d) 密切观察控温计的变化情况，温度宜控制在42℃~45℃。当温度低于42℃时，可加用红外线灯照射。
- e) 施术完毕应移除脐碗。
- f) 将敷贴固封脐中药末，嘱2h~4h后自行清理脐中药末并清洁，具体步骤详见附录C。

5.2.2.3 应按下列步骤进行整理与记录：

- a) 协助受术者穿衣，整理床单位。宜酌情开窗通风，用物处理符合WS/T 367相关规定。
- b) 洗手、核对、记录并签名。

6 不良事件处理

6.1 晕灸

6.1.1 应立即停止脐灸，抬高受术者双下肢。

6.1.2 轻者宜休息片刻，饮温开水；重者宜加掐人中、内关、足三里，并通知医师处理。

6.2 烫伤

6.2.1 发生局部温热感或轻微疼痛时，无需处理。

6.2.2 发生皮肤发红或轻微起疱时，直径<1cm，可不予处理；水疱直径≥1cm且泡液较多时，用一次性注射器抽出水液，消毒后覆盖无菌纱布。

6.2.3 发生灸疮时，涂敷消炎药膏，2次/日，1日~3日；若感染或烫伤面积较大时，应及时通知医师处理。

6.3 胃肠道反应

若肠鸣音增强、排气增多、轻微腹泻持续时间不长，可无需处理；若反应严重，应及时通知医师处理。

6.4 皮肤过敏反应

应停止脐灸。严重者，及时通知医师。

7 健康教育

7.1 施术后30min内禁食禁饮；避免摩擦和搔抓；4h内应注意保暖，不宜吹风和洗澡。

7.2 施术24h内，禁食生冷、油腻、辛辣食物，宜多饮温开水；24h后，宜吃甘温益气食物。

7.3 应避免过度劳累，适当休息。运动应以循序渐进为原则，可进行八段锦、太极拳等有氧活动。

8 伦理要求

8.1 应保护受术者隐私。

8.2 应注重操作舒适与安全，密切观察受术者的反应和心理状态。

附录 A

(资料性)

问诊单

(一) 姓名	性别	年龄	联系方式
(二) 体型	血压	血糖	心脏情况
(三) 主诉症状			
(四) 面部五官情况			
1. 面色: ☐ 白 ☐ 黄 ☐ 黯黑 ☐ 红 ☐ 淡红 ☐ 有斑 ☐ 其它			
2. 眼: ☐ 干涩 ☐ 昏花 ☐ 眩晕 ☐ 流泪 ☐ 目痛 ☐ 正常 ☐ 其它			
3. 目光: ☐ 呆滞 ☐ 灵活 ☐ 正常 ☐ 其它			
4. 眼袋: ☐ 眼袋大 ☐ 眼袋黑 ☐ 无眼袋 ☐ 其它			
5. 鼻: ☐ 流清涕 ☐ 流白脓鼻涕 ☐ 流黄脓鼻涕 ☐ 鼻塞 ☐ 鼻子发干 ☐ 流鼻血 ☐ 正常 ☐ 其它			
6. 口唇: ☐ 干裂 ☐ 溃疡 ☐ 色淡 ☐ 色红 ☐ 暗紫 ☐ 瘀斑 ☐ 正常 ☐ 其它			
7. 耳: ☐ 耳鸣 ☐ 耳背 ☐ 耳聋 ☐ 耳痒 ☐ 耳痛 ☐ 流水 ☐ 正常 ☐ 其它			
(五) 声音情况: ☐ 洪亮 ☐ 细微 ☐ 沉闷 ☐ 不愿说话 ☐ 兴奋欲言 ☐ 其它			
(六) 饮食、口味情况:			
1. 饮食:			
☐ 喜温、热 ☐ 喜冷、凉 ☐ 喜清、淡 ☐ 喜干燥 ☐ 喜甜 ☐ 喜咸 ☐ 喜酸			
☐ 喜辣 ☐ 食欲一般 ☐ 食欲不振 ☐ 食欲较好 ☐ 食欲旺盛 ☐ 正常 ☐ 其它			
2. 口味:			
☐ 口淡乏味 ☐ 口苦或晨起口苦 ☐ 口甜 ☐ 口咸 ☐ 口臭 ☐ 口腥 ☐ 其它			
3. 口渴情况:			
☐ 口渴喜冷饮 ☐ 口渴喜热饮 ☐ 口渴饮水较多 ☐ 口渴但不欲饮水			
☐ 口渴饮水多而不解渴 ☐ 口不渴 ☐ 喝水少 ☐ 正常 ☐ 其它			
4. 口感:			
☐ 口黏腻 ☐ 口干 ☐ 偶尔咽喉干燥 ☐ 咽喉干燥明显 ☐ 正常 ☐ 其它			
(七) 睡眠:			
1. 入睡程度、做梦:			
☐ 不易入睡 ☐ 睡后易醒, 醒后难以入睡 ☐ 醒后能迅速再次入睡 ☐ 时时惊醒			
☐ 无梦 ☐ 少梦 (偶尔做梦、醒后记不清楚) ☐ 多梦 (梦寐纷纭) ☐ 噩梦 (有时会从梦中惊醒)			
☐ 有时梦游, 过会儿自己清醒 ☐ 正常 ☐ 其它			
2. 晨醒后:			
☐ 精力充沛 ☐ 晨醒后意犹未尽, 还想多躺一会儿 ☐ 正常 ☐ 其它			
3. 嗜睡:			
☐ 困倦易睡 ☐ 白天神疲困倦, 朦胧不清醒, 总睡不够, 睡不深			
☐ 饭后神疲困倦易睡 ☐ 正常 ☐ 其它			
(八) 二便情况 (3 天内):			
1. 大便:			
☐ 大便偏干 ☐ 大便稀溏 ☐ 大便排解黏腻、粘马桶 ☐ 大便排解无力, 经常感觉排不净 ☐ 大便两三天及更多天一次 ☐ 大便每天二次及多次 ☐ 大便时肛门灼热 ☐ 大便每天一次成型不干 ☐ 其它			
2. 小便:			
☐ 小便清淡 ☐ 小便色黄 ☐ 小便不畅 ☐ 喝完水后很快就想小便 ☐ 小便淋漓不尽, 刚解完又想再解			
☐ 无夜起小便 ☐ 夜起小便一次 ☐ 夜起小便二次及以上 ☐ 小便时涩痛或余沥不尽 ☐ 有泡沫 ☐ 正常			
☐ 其它			

(九) 身体状况:

1. 整体情况:

☐ 身体消瘦 ☐ 身体肥胖 ☐ 容易疲劳 ☐ 困倦乏力 ☐ 腰膝酸软 ☐ 动则喘气 (上楼或跑步时)
☐ 平时不爱活动 ☐ 喜坐着或躺着 ☐ 正常 ☐ 其它

2. 出汗:

☐ 平时宜出汗, 活动后尤甚 ☐ 平时不出汗 ☐ 醒后出汗 ☐ 手足心出汗
☐ 正常 ☐ 其它

3. 胸腹四肢:

☐ 胸闷 ☐ 气短 ☐ 烦躁 ☐ 疼痛 (部位:) ☐ 正常 ☐ 其它

4. 手 (左/右):

☐ 手凉 ☐ 手心热 ☐ 手干燥 ☐ 手出汗 ☐ 手麻 ☐ 手颤 ☐ 正常 ☐ 其它

5. 足 (左/右):

☐ 足凉 ☐ 足热 ☐ 足麻 ☐ 足跟痛 ☐ 正常 ☐ 其它

(十) 既往史、手术史?

(十一) 妇科情况:

1. 月经:

☐ 月经时间每月准时而至 ☐ 月经时间提前 (7 天左右) ☐ 月经时间推后 (7 天左右) ☐ 月经时间先后不定 ☐ 月经量偏少 ☐ 月经量偏多 ☐ 月经淋漓不尽 ☐ 月经颜色淡红 ☐ 月经颜色鲜红 ☐ 月经颜色污黯 ☐ 月经颜色呈黑色 ☐ 月经有紫黑色块状物 ☐ 月经前 3~5 天胸肋胀痛 ☐ 月经前 3~5 天小腹胀痛 ☐ 经色鲜红而量少 ☐ 经色鲜红而量多 ☐ 经色淡而量多 ☐ 经色淡而量少 ☐ 经色深红而量多 ☐ 经色深红而量少 ☐ 经色黯黑而量多 ☐ 经色黯黑而量少 ☐ 正常 ☐ 其它

2. 乳房 (左/右):

☐ 胀 ☐ 痛 ☐ 增生 ☐ 肿块 ☐ 乳溢水 ☐ 正常 ☐ 其它

3. 带下:

☐ 色白、量多、质清晰、无臭味 ☐ 色黄、量多、质粘稠、味臭 ☐ 色红黏稠或红白相间、微有臭味
☐ 色清冷如水而量多 ☐ 量多而白如蛋清, 无味 ☐ 其它

(十二) 男科情况:

1. 早泄遗精, 滑精, 阳痿等: ☐ 有 ☐ 无

请详细说明:

2. 有无前列腺疾患: ☐ 有 ☐ 无

请详细说明:

(十三) 舌诊照片 (自然光线)

1. 舌质:

☐ 舌体淡白 ☐ 舌体淡红 ☐ 舌体红 ☐ 舌体青紫 ☐ 舌体裂缝 ☐ 舌下青紫 ☐ 舌体肥大 ☐ 舌体瘦薄小
☐ 舌尖红 ☐ 舌边红 ☐ 舌有瘀斑 ☐ 舌有瘀点

2. 舌苔:

☐ 有苔 ☐ 无苔 ☐ 白苔 ☐ 黄苔 ☐ 苔厚 ☐ 苔薄 ☐ 苔腻 ☐ 滑湿 ☐ 干燥苔

(十四) 脉象

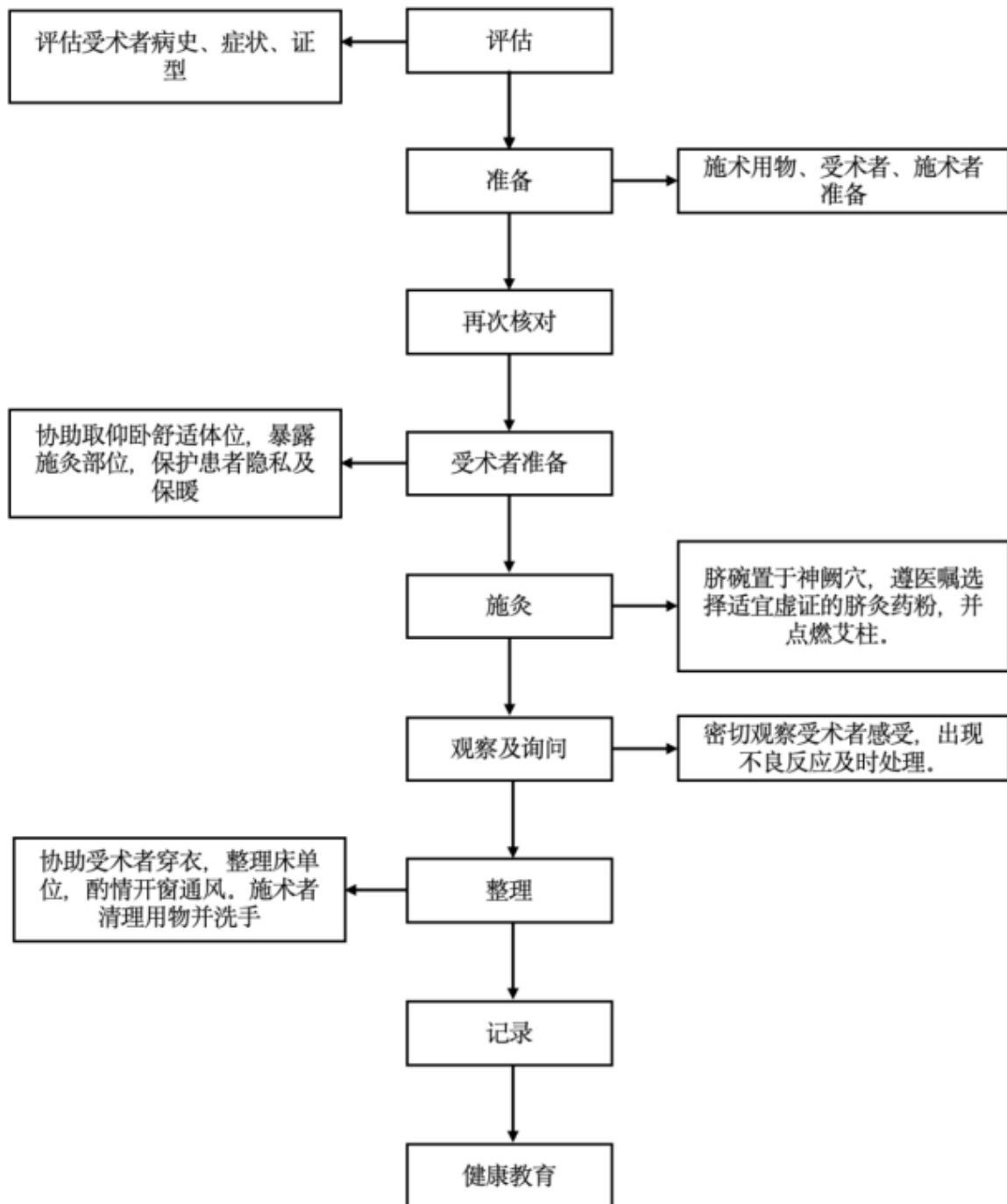
☐ 数脉 ☐ 迟脉 ☐ 有力 ☐ 无力 ☐ 弦脉 ☐ 滑脉 ☐ 其它

附 录 B
(资料性)
脐灸药粉表

常见证型	症状	主要药物
阳虚	畏寒肢冷、四肢不温、面色㿔白、精神萎靡、腰膝酸软、小便清长、夜尿频多、大便溏薄、舌淡胖有齿痕、脉沉迟无力	干姜、吴茱萸、补骨脂、白术、茯苓、肉桂、丁香等
气虚	神疲乏力、气短懒言、活动后加重、自汗出、面色苍白或萎黄、食欲不振、易感冒、舌淡苔白、脉虚弱无力	干姜、白术、陈皮、黄芪、当归、茯苓、党参、甘草等
血虚	头晕眼花、心悸失眠、面色苍白或萎黄、唇甲色淡、月经量少或闭经、手足麻木、舌淡苔白、脉细弱	当归、茯苓、黄芪、白芍、党参、地黄、香附、川芎等
阴虚	五心烦热、潮热盗汗、咽干口燥、两颧潮红、失眠多梦、腰膝酸软、大便干结、舌红少苔、脉细数	杏仁、山药、地黄、厚朴、白芍、枳实、当归、吴茱萸（反佐用法）、菟丝子等

备注：此表为常见虚证用药，可供临床参考配伍使用。

附录 C
(资料性)
标准操作流程图



参 考 文 献

- [1] GB/T 19000 质量管理体系基础和术语
 - [2] GB/T 21709.1 针灸技术操作规范 第1部分：艾灸
 - [3] GB 51039 综合医院建筑设计规范
 - [4] WS 308 医疗机构消防安全管理
 - [5] WS/T 512 医疗机构标识系统技术规范
 - [6] 《中医护理技术规范及考核评估标准》 中国中医药出版社
 - [7] 《医疗机构管理条例》 中华人民共和国国务院
 - [8] 《医疗废物管理条例》 中华人民共和国国务院
 - [9] 《中医医疗技术手册》 国家中医药管理局
 - [10] 《护理人员中医技术使用手册》 国家中医药管理局
 - [11] 《中医医疗技术相关性感染与控制指南》（试行） 国家中医药管理局
 - [12] 《中医护理常规技术操作流程》 中华中医药学会
 - [13] 《关于促进中医药传承创新发展的实施意见》 中共湖南省委湖南省人民政府
 - [14] 《关于组织实施全省“西医学习中医”人才培养项目的通知》 湖南省卫生健康委
-