

团 体 标 准

T/CPCPA 0010—2025

中医养生保健服务（非医疗）火龙罐综合
灸技术操作规范

Technical operation specifications of Chinese medicine health care services (Non-medical)—Fire Dragon Jar Comprehensive Moxibustion

2025 - 4 - 28 发布

2025 - 4 - 29 实施

目 次

前言	II
引言	III
1 范围	1
2 规范性引用文件	1
3 术语和定义	1
4 操作步骤与要求	1
5 注意事项和禁忌	4
附录 A (资料性) 常用火龙罐的种类	5
附录 B (资料性) 常用艾炷的种类	6
附录 C (资料性) 火龙罐综合灸技术注意事项	7
附录 D (资料性) 火龙罐综合灸技术禁忌	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。本文件的发布机构不承担识别专利的责任。

本文件由武汉扬承禾健康管理有限公司提出。

本文件由中国人口文化促进会归口。

本文件起草单位：武汉扬承禾健康管理有限公司、中国人口文化促进会中医养生保健工作委员会。

本文件主要起草人：刘伟承、刘鸣阳、李佃贵、徐荣谦、黄明达、马晓彤、陈新平、司同、高丹、庞勇、余皓、王红霞、郑丽丽、王冬梅、宫妍、谢永香、龚慧、王宇、孙晶、李敏、杨芳、陈珍珍、高志伟、黄夏晴。

引 言

中医养生保健是指在中医药理论指导下,通过各种调摄保养的方法,提高人体正气,增强人体对外界环境的适应能力和抗病能力,使机体处于阴阳调和、身心健康的最佳状态。

随着经济社会的快速发展,养生意识越来越强,中医养生保健服务逐渐受到社会的关注。人民健康观念发生了转变,也对中医养生保健服务技术规范有了更高的期待,提出了新的要求。据《中国保健服务产业发展蓝皮书》统计,我国保健服务机构数量呈现不断上升趋势。但由于缺乏规范化管理,加之安全、有效的中医养生保健服务技术种类较少,服务手段有限,而且缺乏行业普遍认可的操作规范和技术标准,中医养生保健服务行业的发展受到了严重的制约。《中医药法》第四十四条提出:“国家发展中医养生保健服务,支持社会力量举办规范的中医养生保健机构”。为构建中国特色健康服务体系,提升全民健康水平,推进小康社会建设,中医养生保健服务行业急需规范服务行为,提高服务质量和水平,建立起健全的服务规范体系。为此,研究制定安全可靠、应用广泛、便于推广的《中医养生保健服务(非医疗)火龙罐综合灸技术 操作规范》,对于提升中医养生保健服务的安全性、有效性和专业性,指导相关从业人员操作规范化,具有重要意义。

本文件是根据国家中医药管理局《中医养生保健服务规范(试行)》的相关规定,结合近年来新的研究证据而制定的。目的在于指导相关从业者正确使用火龙罐综合灸开展中医养生保健服务,使火龙罐综合灸的应用更加规范化、更具安全性,更好地为民众的健康服务。

中医养生保健服务（非医疗）火龙罐综合灸技术操作规范

1 范围

本文件适用于非医疗机构开展的火龙罐综合灸技术操作，界定了火龙罐综合灸的专业术语和定义，同时规定了操作步骤和要求、注意事项与禁忌等内容，涵盖罐具选用、环境要求等，旨在规范技术操作的科学性与安全性，提升中医养生保健服务质量。

注1：本文件使用者为具有中医药类相关专业背景或接受过中医养生保健服务（非医疗）专业机构培训的从业人员。

注2：本文件应用环境为提供中医养生保健服务的非医疗机构。

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—2021 经穴名称与定位

GB/T 21709.1—2008 针灸技术操作规范 第1部分：艾灸

GB/T 21709.5—2008 针灸技术操作规范 第5部分：拔罐

GB/T 30232—2013 针灸学通用术语

GB 37487—2019 公共场所卫生管理规范

WS/T 591—2018 医疗机构门急诊医院感染管理规范

3 术语和定义

GB/T 21709.1—2008、GB/T 30232—2013界定的术语和定义适用于本文件。

3.1 艾炷 Moxa-Cone

以艾绒为材料，用手工或器具做成的一定大小的圆锥形艾团。

注：每燃1个艾炷，称灸1壮。（来源：GB/T 21709.1—2008，3.4，有修改）

3.2 艾灸 Moxibustion

用艾绒或以艾绒为主要成分制成的灸材，点燃后悬置或放置在腧穴或不适部位，进行熏灼、温熨，借其温热刺激及药物作用，调整脏腑功能，达到防病、强身、健体目的的一种常用养生保健方法。

3.3 火龙罐 Comprehensive Moxibustion with Fire Dragon Jar

火龙罐综合灸技术是一种集推拿、艾灸、揉痧、点穴、熨烫于一体的中医特色外治技术，用点、振、叩、碾、推、按、拨、揉、熨、烫等不同手法正旋、反旋、摇拨、摇振罐体作用于人体皮肤肌肉组织，可产生温热效应、红外辐射效应和药物渗透等叠加作用，从而起到温经通络、补益气血、调节脏腑气机促进机能全面提升的作用。

4 操作步骤与要求

4.1 施术前准备

4.1.1 施术者与受术者准备

- a) 施术者拔罐前应全面了解受术者状况，做到个体化和有针对性，根据情况选择适当的操作部位。常用部位为具有保健作用的腧穴部位以及肌肉丰厚处，如肩、背、腰、臀、四肢近端以及腹部等。穴位的定位应符合 GB/T 12346—2021 经穴名称与定位的相关规定；

- b) 受术者应保持全身肌肉放松,并做好充足的心理准备。施术者应注意观察受术者状态,如有紧张、恐惧、焦虑或肌肉紧张等情况出现,应积极沟通说明以解除其心理压力,严重者应及时终止操作;
- c) 施术者和受术者在操作前均需排尿或排便,以避免施术过程中因生理需求而中断或产生不适。

4.1.2 用物准备

- a) 调理盘;
- b) 依所调理部位准备大小合适的火龙罐一个(常用火龙罐的种类参见附录 A);
- c) 专用艾炷(常用艾炷的种类参见附录 B);
- d) 湿毛巾,用于降温等应急处理;
- e) 润滑油,以减少罐体与皮肤摩擦;
- f) 打火枪,用于点燃艾炷;
- g) 鼓风机,辅助艾炷燃烧;
- h) 一次性压舌板,可用于辅助操作或清理艾灰等;
- i) 清洁纱布或纸巾,随时清洁用;
- j) 快速手消毒剂,方便施术者手部清洁消毒;
- k) 弯盘,放置废弃物等;
- l) 烫伤膏,以备烫伤时使用;
- m) 浴巾,用于保暖及保护受术者隐私;
- n) 必要时备屏风,保护隐私;
- o) 毛毯,保暖用。

4.1.3 环境准备

环境需保持整洁、安静、舒适且安全。原则上应在空间充足的室内实施拔罐,避免冷风、强风及直吹风。可采用单人单间,或双人、多人一间(应有帘幕或屏风分隔,确保受术者隐私)。室内温度应控制在22 - 26℃,湿度保持在40 - 60%,同时确保通风良好,严格符合GB 37487—2019标准规定。如此环境条件有利于被施术者放松身心,保障施术操作能够顺利开展。

4.1.4 消毒准备

- a) 罐具消毒:对罐具的消毒方法、消毒效果评价应严格按照 GB/T 21709.5—2008 针灸技术操作规范 第5部分:拔罐 的相关规定进行,确保罐具清洁无菌,防止交叉感染;
- b) 施术部位消毒:施术部位一般无需特殊消毒处理,但应保持局部皮肤清洁,无污垢、汗水等;
- c) 施术者消毒:施罐者应使用流动水和洗手液(或肥皂)洗手,注意衣帽整洁,修剪指甲,并按照 WS/T 591—2018 医疗机构门急诊医院感染管理规范 的相关规定做好防护。

4.1.5 施术前核对与用品检查

- a) 仔细核对受术者的健康档案信息,依据所调理部位的具体情况,精准选择适宜大小规格的火龙罐。在选择后,认真检查火龙罐罐口周围,确保其光滑平整,无缺损裂痕。同时,确认艾炷牢固插好,无散落风险;
- b) 确认所需用物是否备齐,无误后将其妥善携至调理床旁,放置在便于操作取用的位置。

4.2 施术方法

4.2.1 艾炷点燃

采用由艾炷边缘以环形方式由外向内缓慢点燃的方法,点燃过程中要特别注意避免烧到罐体及罐口。点燃后,使用鼓风机助燃,以打圈的方式使艾饼表层充分燃烧至形成约0.1mm左右厚度的艾灰,确保艾炷燃烧均匀稳定。

4.2.2 施罐前检查

施罐前仔细观察艾炷燃烧情况，是否均匀稳定，无偏燃、熄灭等异常。用掌心测试罐口温度，遵循“一摸二测三观察”原则。一摸罐口有无破裂瑕疵，二测罐口温度是否适宜施术，避免过烫或过凉，三观察艾炷燃烧升温是否均匀正常。确认无误后告知患者即将开始操作，确定施罐部位及穴位准确无误。

4.2.3 施罐起始动作

施罐时，施术者手掌的小鱼际或手指先轻柔接触皮肤，形成良好的共同谐振后再缓慢落罐，使受术者能更好地适应罐体接触。

4.2.4 施罐手法操作

持罐过程中集推拿、揉痧、艾灸功能于一体，结合点、振、叩、碾、推、按、拨、揉、熨、烫等不同手法，正旋、反旋、摇拨、摇振罐体作用于皮肤肌肉组织，以达到气化和序化作用。常用施罐手法如下：

- a) 点法：用罐边缘齿部突起部分作为力点，垂直按压于特定调理点上，此手法力点集中，刺激性比较强，可精准作用于穴位或痛点；
- b) 振法：施术者用罐边接触体表，双手协同配合，持续发出同一频率的震动，引发共振效果，促进局部气血运行与组织修复；
- c) 叩法：利用罐边，在施术部位上轻轻叩击，力度适中，可起到激发经气、疏通经络的作用；
- d) 碾法：用罐边吸定一个部位，小范围带动组织进行碾揉，如同精细按摩，可有效松解局部粘连；
- e) 推法：用罐边及小鱼际紧贴调理部位，施加适当压力，进行单方向呈椭圆移动，推动气血运行，改善局部气血瘀滞；
- f) 按法：用罐边及小鱼际着力于体表某一部位或穴位上，逐渐用力下压，以调节脏腑气机，缓解疼痛不适；
- g) 拨法：术者用罐齿按于穴位或一定部位上，适当用力做与肌纤维垂直方向来回拨动，状如弹拨琴弦，可松解肌肉紧张，改善局部拘挛；
- h) 揉法：用小鱼际或者指腹包裹住罐边，贴附在一定部位轻柔旋转不停摆动，促进局部血液循环与组织舒缓；
- i) 熨法：将罐口朝上，利用底部太极图的高温，迅速接触调理部位后立即移开，借助短暂高温刺激，起到温通经络的作用；
- j) 烫法：当罐体表面温度较高时，将罐口朝上以做八卦图的方式快速在施术部位点灸，注意控制时间与力度，避免烫伤，可增强温热刺激效果。

4.2.5 施灸时间

每部位施灸时间控制在20~30分钟左右，以皮肤微微发红发热为度，但具体施灸时间应视疾病情况、受术者体质及耐受程度等综合因素而定，灵活调整。

4.2.6 操作频率与节奏

火龙罐操作时需达到施术者、火龙罐及受术者三者的同频共振，操作手法均需用力均匀、平稳，持续不断运罐，不可在同一部位停留过长时间，以防止局部烫伤或不适。操作过程中观察受术者皮肤反应，当皮肤微微汗出、红润，并出现痧点时，可移至下一部位继续操作或停止操作。

4.2.7 施术过程观察

在施术过程中，要时刻留意罐内的艾炷燃烧情况，有无熄灭或掉艾灰现象，罐口有无破裂，罐底有无发烫过度，同时密切观察受术者皮肤颜色变化，询问有无不适感，如疼痛加剧、灼热难忍等，以便及时调整操作或采取相应措施。

4.2.8 操作过程要点

- a) 运罐要点：
操作过程中必须持续不断运罐，不能在同一部位停留过久，施术者应时刻用小鱼际感受受术者皮肤温度变化，并据此及时做出调整，确保施术安全有效；
- b) 罐温与施灸量控制要点：

操作过程中要精准把控罐温，注意施灸量和火候，避免过度晃动罐体或操作不规范，防止艾条脱落、艾灰掉落而引起烫伤事故。施术者应熟练掌握施术技巧，根据受术者反应灵活调整。

4.2.9 操作结束处理

操作完毕，将火龙罐放置在专用托盘内自然冷却，协助受术者整理衣着，帮助其恢复舒适体位，整理床单位，保持环境整洁。

5 注意事项和禁忌

火龙罐综合灸技术的注意事项和禁忌见附录C和附录D。

附录 A (资料性) 常用火龙罐的种类

A.1 按材质分类

A.1.1 陶瓷火龙罐

以高温陶瓷烧制而成，罐体厚重，导热均匀，可长时间保持温热效应。适用于需持续温补的体质调理，但需注意避免剧烈碰撞。

A.1.2 玻璃火龙罐

透明玻璃材质，便于观察艾炷燃烧情况，导热性适中。适用于需精准控温的操作，但操作时需防止温度骤变导致破裂。

A.1.3 金属火龙罐

不锈钢或铜制罐体，耐高温且导热快，可快速产生红外辐射效应。适用于肌肉丰厚部位的深层刺激，但需注意避免烫伤。

A.1.4 复合材质火龙罐

罐体采用陶瓷与金属复合设计，兼具保温性与导热效率。适用于综合调理场景，需定期检查接口密封性。

A.2 按功能分类

A.2.1 磁疗火龙罐

罐体嵌入磁石，结合温热效应与磁场作用，可增强气血运行。适用于慢性疼痛及气血瘀滞者，但凝血功能障碍者禁用。

A.2.2 远红外火龙罐

罐体涂覆远红外材料，可释放远红外线，促进组织修复。适用于亚健康人群的日常保健，操作时需控制施灸时间。

A.2.3 药熏火龙罐

罐内设药物仓，可放置中药粉末，随艾灸热力渗透皮肤。适用于风寒湿痹证，需根据体质选择配伍药物。

A.3 规格选择

A.3.1 罐口直径

- a) 小号 (3-5 cm)：适用于四肢、面部等精细部位；
- b) 中号 (6-8 cm)：适用于肩背、腰臀等肌肉丰厚处；
- c) 大号 (9-12 cm)：适用于腹部、大腿等大面积区域。

A.3.2 罐体高度

高度宜为直径的1.2-1.5倍，确保艾炷燃烧空间充足且热量分布均匀。

A.4 质量要求

- a) 罐口边缘应光滑无毛刺，避免划伤皮肤；
- b) 罐体需通过耐高温测试 ($\geq 300^{\circ}\text{C}$)；
- c) 磁疗罐磁感应强度应控制在 0.1-0.3 T，避免过量刺激。

附录 B
(资料性)
常用艾炷的种类

B.1 艾炷分类

B.1.1 纯艾绒柱

由三年陈艾绒制成，燃烧温和，烟雾较少。适用于体质敏感者及面部施灸。

B.1.2 药艾炷

艾绒中配伍当归、川芎等中药粉末，可增强温经散寒功效。适用于寒湿痹痛及气血不足者。

B.1.3 无烟艾炷

经碳化处理，燃烧时无明火且烟雾极少。适用于通风条件较差的室内环境。

B.2 规格参数

B.2.1 尺寸

- a) 标准型：直径 2 cm，高度 3 cm，燃烧时间约 25-30 分钟；
- b) 迷你型：直径 1.5 cm，高度 2 cm，燃烧时间约 15-20 分钟，适用于小部位或短时施灸。

B.2.2 燃烧温度

表层温度应控制在80-120℃，深层渗透温度不超过50℃，以避免烫伤。

B.3 质量要求

- a) 艾绒纯度 $\geq 85\%$ ，杂质含量 $< 5\%$ ；
- b) 药艾炷需标明中药成分及比例，过敏体质者慎用；
- c) 燃烧后灰烬应呈灰白色，质地均匀，无结块。

附 录 C
(资料性)
火龙罐综合灸技术注意事项

C.1 拔罐的正常反应处理：

在拔罐处若出现点片状紫红色瘀点、瘀斑，或兼微热痛感，或局部发红，或微有痒感，一般会在短时间内或 3 天至 5 天后消失，恢复正常。告知受术者这是拔罐正常反应，不宜搔抓，一般不必特殊处理。

C.2 罐口防烫处理

点火时务必小心谨慎，避免烧到罐口。如罐口温度过高，可将其放置在放有湿毛巾的罐托上短暂等待，使其迅速降温，防止烫伤受术者皮肤。

C.3 应急处理

火龙罐操作过程中若受术者出现头晕、炫目、心慌、出冷汗、面色苍白、恶心呕吐等不适现象，应立即停止操作，将受术者安置在安全舒适体位，通知相关医生或专业人员配合处理，密切观察受术者生命体征变化，做好记录。

C.4 烫伤处理

如灸后施术部位出现局部起小水泡，可涂上少量伤科油，一般可自行吸收。若出现大水泡，应按烫伤处理规范处理，先对局部进行消毒，然后用无菌注射器抽吸泡内液体，再外涂烫伤膏并用无菌纱布覆盖，定期观察伤口愈合情况，做好记录。

C.5 罐癍处理

施罐后受术者皮肤可能出现罐癍、毛孔开大等情况，此为正常施术反应，无需特殊处理，一般会在数日后自行恢复正常。施术者可提前告知受术者，避免其过度担忧。

C.6 术后处理

- a) 饮食禁忌：
施术后即刻禁食生冷食物，以护脾胃阳气；
- b) 皮肤护理：
起罐后使用消毒棉球轻柔擦拭罐斑表面渗出液；
- c) 防寒保暖：
 - 1) 术后 4 小时内禁止沐浴，防止寒湿入侵；
 - 2) 冬季重点防范风寒，夏季避免空调 / 风扇直吹；
- d) 术后观察：
 - 1) 受术者需留待观察 5-15 分钟，经施术者确认后方可离室；
 - 2) 要求受术者持续观察 1-3 天异常反应；
- e) 并发症处理：
 - 1) 轻微出血：消毒棉球按压止血；
 - 2) 皮肤破损：碘伏消毒 + 无菌敷料覆盖；
 - 3) 严重情况：协助转介医疗机构。

附录 D
(资料性)
火龙罐综合灸技术禁忌

D.1 急性疾病慎用

患有急性疾病者，如急性发热、急性感染性疾病等，应慎用火龙罐综合灸，以免加重病情或引发其他不良反应。

D.2 过敏者慎用

对接触性物质（如罐体材质、润滑油等）或艾烟过敏者，应谨慎使用，如需使用，可先进行局部皮肤过敏测试或在严密观察下小剂量试用。

D.3 不明原因内出血者慎用

对于不明原因内出血者，如咯血、便血、尿血等，在未明确病因及出血控制前，应避免使用火龙罐综合灸，防止出血加重。

D.4 孕妇腹部和腰骶部慎用

孕妇腹部和腰骶部为特殊部位，火龙罐综合灸可能对胎儿产生不良影响，一般应避免在此部位施术，如需使用，应在专业医生指导下，权衡利弊后谨慎操作。

D.5 糖尿病末梢神经损伤者慎用

糖尿病末梢神经损伤者，其皮肤感觉减退，对温度、疼痛等感知不敏感，容易发生烫伤且不易察觉，使用火龙罐综合灸时需格外谨慎，加强温度监测与防护措施。

D.6 严重外伤未缝合伤口局部慎用

严重外伤未缝合伤口局部，施术可能导致伤口感染、愈合延迟等问题，应避免在该部位直接施术，待伤口愈合后再考虑使用。

D.7 传染性疾病禁用

患有传染性疾病，如肝炎、结核、艾滋病等，为防止交叉感染，禁止使用火龙罐综合灸，应先进行规范调理，待传染性消除后再评估是否可使用。

D.8 特殊人群禁用

情绪激动难以平静、处于精神病发作期患者、醉酒者以及吸毒人员，由于其意识状态或行为不受控制，无法配合施术操作且可能存在安全风险，应禁止使用火龙罐综合灸。

D.9 特殊部位禁用

心尖区、体表动脉搏动处、静脉曲张处及大血管和水肿处等禁用。

全国团体标准信息平台