

T/YYXH

山东省医养健康产业协会团体标准

T/YYXH02—2022

中医养生保健操作规程 第2部分：艾灸

Traditional Chinese Medicine Health Care Practice Specifications: moxa-wool
moxibustion

2022-11-03 发布

2022-11-04 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 操作方法	1
4.1 施术前准备	1
4.2 艾灸方法	2
4.3 艾灸后的处理	3
5 注意事项	3
6 禁忌	3

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。

本文件依据《山东省中医药产业发展规划（2022-2025年）》提出。

本文件由山东省医养健康产业协会归口。

本文件起草单位：山东中医药大学。

本文件主要起草人：王加锋、张昕、赵翔凤、辛义周、罗文君、李茜、孙咪、陈曙光、陈乐乐。

全国团体标准信息平台

引 言

为规范中医养生保健服务市场，加强社会上中医养生保健服务机构管理，促进中医养生保健事业的健康发展，山东省卫生与健康委员会组织编制了《中医养生保健机构服务规程》（以下简称《服务规程》）。

《服务规程》是依据《中华人民共和国中医药法》制定，用于指导和规范中医养生保健服务的规范性文件。在编写《服务规程》的基础上，现制定《中医养生保健技术操作规程》（以下简称《技术规程》）。

《技术规程》编制的目的旨在为非医疗类中医养生保健机构的从业人员提供技术操作规范，使中医养生保健技术更好地为大众的健康服务。

艾灸是以艾绒为主要燃烧材料，烧灼、熏熨或刺激体表的一定部位，借灸火的热力给人体以温热性刺激，达到治病、防病目的的一种养生保健方法。本部分是《中医养生保健技术操作规程》第2部分，用于指导和规范艾灸在中医养生保健中操作的规范性文件，标准适用于中医养生保健机构养生保健人员调理健康人群、亚健康人群、慢病辅助调理人群、有需求于中医养生保健服务的人群使用。

中医养生保健操作规程 第2部分：艾灸

1 范围

本文件给出了中医艾灸疗法的术语和定义、操作方法与要求、注意事项及禁忌等。
本文件适用于各级各类中医养生保健机构进行艾灸疗法操作的规范管理。

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 15981—1995 消毒与灭菌效果的评价方法与标准

3 术语和定义

下列术语和定义适用于本文件。

3.1

艾灸 moxibustion

借助艾叶制成的艾条、艾炷，点燃后对腧穴或病变部位进行烧灼和熏熨，通过灸火的热力给人体以温热性刺激，激发经络腧穴的作用，以达到防治疾病目的的外治方法。

3.2

艾炷 moxa-cone

用手工或器具将艾绒制作成小圆锥形，称作艾炷。每燃1个艾炷，称灸1壮。

3.3

艾条 moxa-stick

用艾绒为主要成分卷成的圆柱形长条。根据内含药物的有无，分为药艾条和清艾条。

3.4

间接灸 indirect moxibustion

用药物或其他材料将艾炷与施灸腧穴部位的皮肤隔开进行施灸的方法。

3.5

温灸器 moxibustion instrument

又名灸疗器，是一种专门用于施灸的器具，可将艾绒或加药末放入温灸器的小筒内或温灸盒里的铁网上，点燃后施灸，温灸器的制样很多，有温灸盒和温灸筒。

4 操作方法

4.1 施术前准备

4.1.1 基本要求

4.1.1.1 艾灸前应全面了解受术者状况，做到因人制宜和有针对性，应符合中医学辨证施治的原则。

4.1.1.2 充分暴露施术部位，确认受术者皮肤无破损、溃疡以及化脓性皮肤病等影响操作的情况，并保持清洁干燥。

4.1.2 方法

应根据受术者疾病症状以及部位不同选择相应的艾灸方法。

4.1.3 部位

应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疾病发生处。

4.1.4 体位

应选择受术者舒适且能持久保持的、施术者便于操作的体位。

4.1.5 受术者

4.1.5.1 应保持受术者全身肌肉放松，并做好充足的心理准备。

4.1.5.2 应注意观察受术者状态，如有紧张、恐惧或焦虑等情况出现，应向受术者积极沟通说明解除其心理压力，严重者应及时终止操作。

4.1.6 环境

应保持操作环境清洁卫生，避免污染。环境温度应保持26℃左右。

4.1.7 消毒

4.1.7.1 温灸器的消毒

温灸器材质主要有不锈钢、铜制、硅胶-陶瓷等。对不同材质温灸器可采用不同的消毒方法，消毒效果应符合GB 15981—1995的要求。

4.1.7.2 施术部位的消毒

施术部位一般无需消毒，但应保持施术部位皮肤清洁。

4.1.7.3 施术者的消毒

施术者应用肥皂水清洗双手或75%乙醇棉球擦拭。

4.2 艾灸方法

4.2.1 隔姜灸

4.2.1.1 将鲜姜切成直径大约2 cm~3 cm，厚约0.2 cm~0.3 cm的薄片，中间以针刺数孔，然后将姜片置于应灸的腧穴部位或患处，再将艾炷放在姜片上点燃施灸。当艾炷燃尽，再易炷施灸。

4.2.1.2 灸完所规定的壮数，以使皮肤红润而不起泡为度。

4.2.2 隔盐灸

用干燥的食盐(以青盐为佳)填敷于脐部，或于盐上再置一薄姜片，上置大艾炷施灸，以姜片下皮肤红润、微汗为度。

4.2.3 隔药饼灸

将对症的药物研成粉末，用黄酒或者醋、姜汁、蜂蜜等调和做成直径约3 cm，厚约0.8 cm的药饼，也可使用对症的药物煎煮浓缩成如上大小的药饼，中间以针刺数孔，放在应灸腧穴或患处，上面再放艾炷施灸，直至灸完所规定壮数为止。

4.2.4 温和灸

4.2.4.1 将艾条的一端点燃，对准应灸的腧穴部位或患处，约距皮肤2 cm~3 cm左右，进行熏烤，使受术者局部有温热感而无灼痛为宜，一般每处灸10 min~15 min，至皮肤出现红晕为度。

4.2.4.2 对于局部知觉迟钝的受术者，施术者可将中、食二指分张，置于施灸部位的两侧，通过施术者手指的感觉来测知受术者局部的受热程度，以便随时调节施灸的距离，防止烫伤。

4.2.5 雀啄灸

将艾条点燃的一端与施灸部位的皮肤并不固定在一定距离，而是像鸟雀啄食一样，一上一下活动地施灸。

4.2.6 回旋灸

艾条点燃的一端与施灸部位的皮肤虽然保持一定的距离，但不固定，而是向左右方向移动或反复旋转地施灸。

4.2.7 太乙针灸与雷火针灸

施灸时，将太乙针或雷火针的一端点燃，用布数层包裹其烧着的一端，立即紧按于应灸的腧穴或患处，进行灸熨，若疼痛灼烫即移开，针冷则再燃再熨。如此反复灸熨7次~10次为度。

4.2.8 温灸器灸

将艾绒或加掺药物，装入温灸器的小筒，点燃后，将温灸器之盖扣好，即可置于腧穴或应灸部位，进行灸灸，直到所灸部位的皮肤红润为度。

4.3 艾灸后的处理

4.3.1 艾灸的正常反应

施灸后，局部皮肤出现微红灼热，属于正常现象，无需处理。

4.3.2 艾灸后的善后与处理

4.3.2.1 如因施灸过量，时间过长，局部出现小水泡时应注意不擦破，任其自然吸收；如水泡较大，可用消毒的毫针刺破水泡，放出水液，或用注射针抽出水液，再涂以烫伤油等，并以纱布包敷；如用瘢痕灸者，在灸疮化脓期间，应注意适当休息，加强营养，保持局部清洁，并可用敷料保护灸疮，以防污染，待其自然愈合。如处理不当，灸疮脓液呈黄绿色或有渗血现象者，可用消炎药膏或玉红膏涂敷。

4.3.2.2 施灸时应防止艾火烧伤皮肤或衣物。用过的艾条、太乙针等，应装入小口玻璃瓶或筒内，以防复燃。

5 注意事项

一般是先灸上部，后灸下部，先灸阳部，后灸阴部，壮数是先少而后多，艾炷是先小而后大。特殊情况下，则可酌情而施。

6 禁忌

6.1 实热证、阴虚发热者不宜施灸。

6.2 颜面、五官和有血管部位以及关节活动部位，避免艾灸时间过长，防止烫伤留瘢痕。

6.3 孕妇腹部和腰骶部不宜施灸。