

# 团 体 标 准

T/GDNAS 012—2022

## 眩晕（高血压）的刮痧技术

Technique of Guasha for Patients with Vertigo (Hypertension-induced)

2022-11-30 发布

2023-01-01 实施

广东省护理学会 发布

## 目 次

|  |    |
|--|----|
| 前言 .....                                     | II |
| 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 操作步骤.....                                  | 1  |
| 5.1 操作流程.....                                | 1  |
| 5.2 核对医嘱.....                                | 2  |
| 5.3 评估.....                                  | 3  |
| 5.4 告知.....                                  | 3  |
| 5.5 物品准备.....                                | 3  |
| 5.6 患者准备.....                                | 3  |
| 5.7 清洁皮肤.....                                | 3  |
| 5.8 刮痧.....                                  | 3  |
| 5.9 观察及询问.....                               |    |
| 5.10 健康宣教.....                               | 3  |
| 5.11 整理.....                                 | 3  |
| 5.12 记录.....                                 | 3  |
| 6 操作要点.....                                  | 3  |
| 6.1 刮痧步骤及选穴.....                             | 3  |
| 6.2 刮痧频次.....                                | 4  |
| 6.3 刮痧时间.....                                | 4  |
| 6.4 刮痧手法.....                                | 4  |
| 6.5 刮痧程度.....                                | 4  |
| 6.6 注意事项.....                                | 4  |
| 附录 A（资料性） 眩晕（高血压）的辨证分型.....                  | 5  |
| 附录 B（资料性） 眩晕（高血压）不同证型刮痧选穴、刮痧时间、角度、频次、程度..... | 6  |
| 参考文献.....                                    | 7  |

## 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。

本文件由广东省护理学会提出并归口。

本文件起草单位：广东省护理学会中西医结合护理专业委员会、广州中医药大学深圳医院（福田）、广州中医药大学第一附属医院、广东省中医院、广西中医药大学第一附属医院、南方医科大学中西医结合医院。

本文件主要起草人：钟印芹、全小明、叶美霞、叶日春、吴玉娟、陈赟、陈应平、张天奉、张慧慧、唐新征、黄沂、周瑾、赵磊。

# 眩晕（高血压）的刮痧技术

## 1 范围

本文件规定了眩晕（高血压）患者实施刮痧技术的基本要求、评估和操作要点。  
本文件适用于对眩晕（高血压）人群施行的刮痧技术。

## 2 规范性引用文件

本文件没有规范性引用文件。

## 3 术语和定义

下列术语和定义适用于本文件。

### 3.1

#### 眩晕 vertigo

眩晕是以头晕、眼花为主症的一类病证。眩即眼花，晕即头晕，二者常同时并见。其轻者闭目可止，重者如坐舟车、旋转不定、不能站立，或伴有恶心、呕吐、汗出，甚则昏仆等症状。眩晕多风，属本虚标实之证，肝肾阴亏、气血不足为病之本。痰、瘀、风、火为病之标。病位在脑，但与肝、脾、肾密切相关，其中又以肝为主。

### 3.2

#### 刮痧技术 scrapping technique

在中医经络腧穴理论指导下，应用边缘钝滑的器具，如牛角类、砭石类、铜砭等刮板或匙，蘸上刮痧油、水或润滑剂等介质，在体表一定部位反复刮拭，使局部出现瘀斑，通过其疏通腠理，驱邪外出；疏通经络，通调营卫，和谐脏腑功能，达到防治疾病的一种中医外治技术。

## 4 基本要求

- 4.1 实施刮痧技术操作的人员应为注册医生、护士、治疗技师，并经过相关知识及操作技能培训。
- 4.2 操作过程中应对患者和照顾者进行刮痧相关知识的教育。

## 5 操作步骤

### 5.1 操作流程

操作流程详见图1。

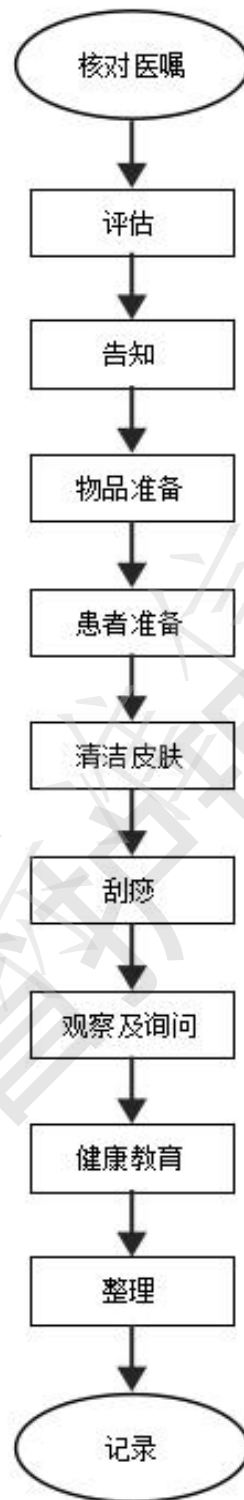


图1 眩晕（高血压）的刮痧技术操作流程

## 5.2 核对医嘱

核对患者基本信息、诊断、临床症状、既往史、刮痧方法、部位。

### 5.3 评估

- 5.3.1 病室环境，室温适宜，注意保护患者隐私。
- 5.3.2 患者主要症状、既往史，是否有出血性疾病、妊娠或月经期。
- 5.3.3 患者体质对疼痛的耐受程度。
- 5.3.4 患者刮痧部位皮肤情况。

### 5.4 告知

告知刮痧的目的、简单的操作方法、局部感受、注意事项，取得患者合作。

### 5.5 物品准备

治疗盘、刮痧板（牛角类、砭石类、铜砭等刮板或匙），介质（刮痧油、清水、润肤乳等），纸巾、手消毒液、必要时备浴巾、屏风等，检查刮具边缘有无缺损。

### 5.6 患者准备

核对患者信息后，患者取合理体位，充分暴露刮痧部位。

### 5.7 清洁皮肤

用纸巾进行皮肤清洁。

### 5.8 刮痧

刮痧板蘸取适量介质涂抹于刮痧部位；根据辨证分型（见附录 A）选择刮痧的穴位及经络，刮痧操作手法、刮痧顺序、力度及出痧要求进行操作。

### 5.9 观察及询问

观察患者局部皮肤颜色变化，询问患者有无不适，调节手法力度，以患者耐受为宜。

### 5.10 健康宣教

告知患者刮痧结束后，宜饮一杯温开水，不宜即刻食用生冷食物。出痧后 4 小时内不宜洗冷水澡；冬季应避免感受风寒；夏季避免风扇、空调直吹刮痧部位。

### 5.11 整理

清洁患者局部皮肤，协助患者穿衣，取舒适卧位，整理床单位，处理用物。

### 5.12 记录

刮痧时间、部位、出痧效果及患者反应。

## 6 操作要点

### 6.1 刮痧步骤及选穴

见附录 B。

#### 6.1.1 刮痧重点

眩晕刮痧重点为头部刮拭。

### 6.1.2 具体步骤

头部刮拭→开穴→结合证型选择相应的配穴及经络治疗。

### 6.1.3 头部刮痧的穴位及经络

前额：印堂—神庭；印堂—头临泣；印堂—头维。

头部：神庭—百会—风府—大椎；头临泣—络却—天柱—肩中俞；头维—率谷—风池—肩井。

### 6.1.4 开穴

刮拭配穴前首先刮拭大椎、大杼、膏肓、神堂穴。

### 6.1.5 结合证型选择相应的配穴及经络治疗

风痰上扰证眩晕：选穴风池、风府、曲池、足三里、中脘、丰隆。

肝火上炎证眩晕：选穴左心包经，右尺泽、曲池、中脘、足三里、丰隆、太冲、行间、侠溪、太溪。

痰瘀阻窍证眩晕：选穴内关、合谷、三阴交、血海、中脘、丰隆、阴陵泉。

气血亏虚证眩晕：选穴百会、胃俞、脾俞、膈俞、气海、血海、足三里、申脉、照海。

肾精不足证眩晕：选穴肾俞、三阴交、悬钟、百会、太溪、复溜。

阴虚阳亢证眩晕：选穴风池、肝俞、肾俞、行间、侠溪。

## 6.2 刮痧频次

6.2.1 头部可每天刮拭1次。

6.2.2 项部及配穴、经络视出痧情况可1周1次。

## 6.3 刮痧时间

视患者耐受情况每次半小时至1小时。

## 6.4 刮痧手法

头部刮痧的角度为30~45°，以蹭刮为主；配穴、经络刮痧角度为45~90°，气血亏虚证眩晕：申脉、照海取磨法，肾精不足证眩晕：太溪、复溜取磨法，刮痧长度以8~15cm为宜；磨法采用零度旋转打磨的方式，速度、力度以患者耐受为度。

## 6.5 刮痧程度

头部刮痧以头皮微红或发热为度；配穴在同一部位以不出新痧或毛孔张开局部伴有热感为度。

## 6.6 注意事项

6.6.1 操作前应了解病情，特别注意下列疾病者不宜进行刮痧，如严重心血管疾病、肝肾功能不全、出血倾向疾病、感染性疾病、极度虚弱、皮肤疔肿包块者不宜实施刮痧技术。

6.6.2 空腹及饱食后不宜实施刮痧技术。

6.6.3 急性扭挫伤、皮肤出现肿胀破溃者不宜实施刮痧技术。

6.6.4 刮痧不配合者，如醉酒、精神分裂症、抽搐者不宜实施刮痧技术。

6.6.5 孕妇的腹部、腰骶部不宜实施刮痧技术。

6.6.6 刮痧过程中若出现头晕、目眩、心慌、出冷汗、面色苍白、恶心欲吐，甚至神昏扑倒等晕刮现象，应立即停止刮痧，取平卧位，按压内关、极泉，立刻通知医生，配合处理。

## 附录 A

(资料性)

## 眩晕(高血压)的辨证分型

## A.1 实证

## A.1.1 实证的表现

人体感受外邪或疾病过程中阴阳气血失调,体内病理产物蓄积,以邪气盛、正气不虚为基本病理,表现为有余、亢盛、停聚特征的各种证候。

## A.1.2 风痰上扰证眩晕

头晕有旋转感或摇晃感、漂浮感,头重如裹,伴有恶心呕吐或恶心欲呕、呕吐痰涎,食少便溏,舌苔白或白腻,脉弦滑。

## A.1.3 肝火上炎证眩晕

头晕且痛,其势较剧,目赤口苦,胸胁胀痛,烦躁易怒,寐少多梦,小便黄,大便干结,舌红苔黄,脉弦数。

## A.1.4 痰瘀阻窍证眩晕

眩晕而头重昏蒙,伴胸闷恶心,肢体麻木或刺痛,唇甲紫绀,肌肤甲错,或皮肤如蚁行状,或头痛,舌质暗有瘀斑,舌下络脉紫暗或增粗,苔薄白,脉滑或涩。

## A.2 虚证

## A.2.1 虚证的表现

人体阴阳、气血、津液、精髓等正气亏虚,而邪气不著,表现为不足、松弛、衰退特征的各种证候。

## A.2.2 气血亏虚证眩晕

头晕目眩,动则加剧,遇劳则发,面色㿔白,爪甲不荣,神疲乏力,少气懒言,心悸少寐,纳差食少,便溏,舌淡苔薄白,脉细弱。

## A.2.3 肾精不足证眩晕

头晕久发不已,听力减退,耳鸣,少寐健忘,神倦乏力,腰酸膝软,遗精滑泄,舌红,苔薄,脉弦细。

## A.2.4 阴虚阳亢证眩晕

头晕目涩,心烦失眠,多梦,面赤,耳鸣,盗汗,五心烦热,口干,舌红少苔,脉细数或细弦。

附 录 B  
(资料性)

眩晕（高血压）不同证型刮痧选穴、刮痧时间、角度、频次、程度

表 B.1 规定了眩晕不同证型刮痧选穴、刮痧时间、角度、频次、程度。

表 B.1 眩晕不同证型刮痧选穴、刮痧时间、角度、频次、程度

| 眩晕证型 |       | 主穴+经络                           | 常用配穴+经络                            | 刮痧频次   | 刮痧角度、长度、速度、力度   | 刮痧程度                                      |
|------|-------|---------------------------------|------------------------------------|--|---|---|
| 实证   | 风痰上扰证 | 前额：<br>印堂至神庭<br>印堂至头临泣<br>印堂至头维 | 风池、风府、曲池、<br>足三里、中脘、丰隆             | 头部可每天刮拭1次，视患者耐受情况每次半小时至1小时；项部及配穴、经络视出痧情况可1周1次。 | 头部刮痧的角度为30~45°，以蹭刮为主；配穴、经络刮痧角度为45~90°，刮痧长度以8~15cm为宜；磨法采用零度旋转打磨的方式、速度、力度以患者耐受为度。 | 头部刮痧以头皮微红或发热为度；配穴在同一部位以不出新痧或毛孔张开伴有局部热感为度。 |
|      | 肝火上炎证 | 头部经络：<br>神庭-百会-风府-大椎            | 左心包经、右尺泽穴、曲池、中脘、足三里、丰隆、太冲、行间、侠溪、太溪 |  |   |   |
|      | 痰瘀阻窍证 | 头临泣-络却-天柱-肩中俞                   | 内关、合谷、三阴交、血海、中脘、丰隆、阴陵泉             |  |   |   |
| 虚证   | 气血亏虚证 | 头维-率谷-风池-肩井                     | 百会、胃俞、脾俞、膈俞、气海、血海、足三里、申脉、照海        |  |   |   |
|      | 肾精不足证 |                                 | 肾俞、三阴交、悬钟、百会、太溪、复溜                 |  |   |   |
|      | 阴虚阳亢证 |                                 | 风池、肝俞、肾俞、行间、侠溪                     |  |   |   |

### 参 考 文 献

- [1] GB/T 21709.22—2013 针灸技术操作规范 中国国家标准化管理委员会 第22部分:刮痧
- [2] 王富春. 刮痧疗法-中医独特疗法[M]. 人民卫生出版社, 2004:10
- [3] 徐鸣曙. 循经刮痧疗法[M]. 中国中医药出版社, 2016
- [4] 梁繁荣 王华. 针灸学[M]. 中国中医药出版社, 2021
- [5] 《保健刮痧师》国家职业技能鉴定考试指导手册 中国劳动社会保障出版社(2007年版)
- [6] 中医人员护理技术使用手册 国家中医药管理局医政司
- [7] 眩晕中医诊疗方案 国家中医药管理局(2017年版)
- [8] 中医特色适宜技术-刮痧 国家基层高血压防治管理指南(2020年版)
- [9] ZYYXH/T 4~49—2008 中医内科常见病诊疗指南 中华中医药学会 (中国中医药出版社, 2008年8月)
- [10] ZYYXH/T 159—2010 中医保健技术操作规范—保健刮痧 国家中医药管理局
- [11] ZYYXH/T 173—2010 中医养生保健技术操作规范—砭术 中华中医药学会
- [12] ZYYXH/T 1.1~1.18—2006 中医护理常规 技术操作规程 中华中医药学会
-