

ICS XX. XXX. XX  
X XX

# 团 体 标 准

T/QQCA XXX—XXXX

## 藏医外治优杰疗法技术操作规范

Technical code of operation for Tibetan medicine external treatment of  
Youjie therapy

(征求意见稿)

XXXX - XX - XX 发布

XXXX - XX - XX 实施

青海省质量管理协会 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
3.1 擦拭消毒 .....	1
3.2 紫外线消毒 .....	1
3.3 高温消毒 .....	1
3.4 优巴 .....	1
4 施术前准备 .....	1
4.1 治疗器具 .....	1
4.2 辩证取穴 .....	1
4.3 体位 .....	1
4.4 治疗环境 .....	2
4.5 受术者准备 .....	2
4.6 消毒 .....	2
4.7 签订知情书 .....	2
5 藏医外治优杰疗法技术 .....	2
5.1 方法 .....	2
5.2 施术方法分类 .....	2
5.3 术后处理 .....	2
6 注意事项 .....	3
7 禁忌症 .....	3
附录 A (资料性) 穴位的定位 .....	4
A.1 头部穴位 .....	4
A.2 肢干穴位 .....	4
A.3 前驱穴位 .....	5
A.4 脊柱穴位 .....	5
A.5 下肢穴 .....	6

## 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。

本文件由青海省藏医院提出。

本文件由青海省质量管理协会归口。

本文件起草单位：青海省藏医院、西藏自治区藏医院、中国藏学研究中心北京藏医院、青海省藏医药研究院、西藏藏医药大学、青海大学藏医学院、甘肃省甘南州藏医院、四川省阿坝州藏医院、云南迪庆藏族自治州藏医院、青海省质量管理协会、青海省藏医药学会、青海省卓越质量科学研究院。

本文件主要起草人：旦正项秀、尼玛才让、李先加、万玛拉旦、多杰、绒巴米玛、仁青加、达娃、仲格嘉、切军加、尕藏校郎、仲勒、姚晓武、万玛昂智、端智、卡着杰、华欠桑多、普穷次仁、斗本加、太果、才让多旦、旦正措、仁增多杰、宗吉、兰科加、娘毛才、罗尔吾、完玛仁青、仁青东智、李才吉、扎登尖措、吉毛加、痛却、桑吉才让、力毛措、张永红、王进林、崔国华、杨国海、阎毅、崔亮、石建民、张殊。

# 藏医外治优杰疗法技术操作规范

## 1 范围

本文件规定了优杰疗法相关的术语和定义、操作步骤与要求、注意事项与禁忌。

本文件适用于对各级各类医院及医疗保健机构进行优杰疗法临床操作及治未病的规范管理，指导相关医师及技师正确使用藏医优杰疗法防治疾病。

## 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。

T/CMAM Z1-Z9 藏医医疗技术操作规范

GB 15981 消毒与灭菌效果的评价方法与标准

WS 310.2 医院消毒供应中心第2部分：清洗消毒及灭菌技术操作规范

## 3 术语和定义

下列术语和定义适用于本文件。

### 3.1

**擦拭消毒 Wipe and disinfect**

采用75%医用酒精棉球或0.5%~1%碘伏棉球擦拭消毒部位。

### 3.2

**紫外线消毒 Ultraviolet light disinfection**

将施术器具放入紫外线消毒箱消毒的方法。

### 3.3

**高温消毒 High temperature disinfection**

治疗器具部位用酒精灯火烤或高温高压蒸汽灭菌锅灭菌消毒

### 3.4

**优巴 Optimal,**

治疗器具既为优巴，包括优巴材料、长短及形状、治疗方法、治疗形式等丰富的内容。

## 4 施术前准备

### 4.1 治疗器具

根据病症应选择合适的治疗器具（见附录A）。

75%医用酒精、酒精灯、0.5%~1%碘伏、免洗手消毒液、无菌干棉球、一次性无菌检查手套、治疗盘、治疗车、紫外线消毒箱、陈酥油、芝麻油、医用纱布等辅助用具。

### 4.2 辩证取穴

根据征候选取特定的穴位（见附录B）和疼痛部位。

### 4.3 体位

根据患者病情及病位层次选择坐位、俯卧位、仰卧位、侧卧位，应以体位自然、心平气和、体态放松、施术部位充分暴露，便于消毒，受术者能够顺利完成治疗全过程。

#### 4.4 治疗环境

保持开窗通风、室内空气清新、卫生整洁、无污染、室内温度 $\geqslant 26^{\circ}\text{C}$ 为宜，安静舒适的诊疗环境。

#### 4.5 受术者准备

治疗前受术者不可过饱或过饥，避免大怒或大惊，着装宽松舒适，保持心情平静舒缓。

#### 4.6 消毒

##### 4.6.1 治疗器具消毒

采用擦拭消毒、紫外线消毒、高温消毒等。

##### 4.6.2 术者消毒

术者按照五个时刻严格实行七步洗手法洗手。以75%医用酒精棉球擦拭或抗菌洗手液、医用肥皂水在流动水下清洗15秒以上，佩戴一次性医用手套。

#### 4.7 签订知情书

施术前与术者签订知情同意书。

### 5 藏医外治优杰疗法技术

#### 5.1 方法

根据藏医人体脉络及穴位、肌肉、肌腱韧带、血管走向和骨骼形态结构特点，不同病种和疼痛部位，使用不同的治疗器具（优巴），采用敲、按、打、推、刮等手法治疗。

#### 5.2 施术方法分类

根据施术方法和病情的不同分类优托法、长优法、药优法。

##### 5.2.1 优托法

###### 5.2.1.1 锥优法

采用按压以及探钻手法为主，根据患者胖瘦程度不同采用相应的力度及角度，便于治疗筋骨类病症。

###### 5.2.1.2 圆优法

结合陈酥油或芝麻油，采用推、刮、拖手法为主进行治疗皮部疾病。

###### 5.2.1.3 椭优法

采用敲、打为主，手法宜轻、以治疗器具优巴自身自由落体力度为佳。

##### 5.2.2 长优法

采用大面积拍打、顶、击、挤、压等手法为主，利用穿透力原理治疗疾病。

##### 5.2.3 药优法

与辩证选用藏药结合，将药物经多层医用纱布捆扎，应用连续敲、击、打等手法为主，对有效部位进行调理治疗。

#### 5.3 术后处理

施术后，皮肤多有红晕灼热感，无需处理，可自行消失。

以下症状：

——优杰对皮肤组织造成擦伤可出现瘢痕、结痂、皮疹；

——出现出现破坏皮肤基底层或真皮组织，可发生皮肤组织水肿、溃烂、体液渗出，形成局部无菌性化脓，甚至形成局部化脓性感染；  
出现以上症状选择合适的藏药涂剂处理，必要时送往烧伤科按照烧伤及时处理。

## 6 注意事项

6.1 优杰治疗力度应先小后大，时间应先短后长，程度应先轻后重，使患者逐步适应。优杰部位如在头面、胸部、四肢末端皮薄而多筋骨处，按量宜小，在腰腹部、肩及两股等肌肉丰满处，按量可大。凡体质强壮者，可按量大；久病、体质虚弱、年迈体弱和小儿受术者，按量宜小。重大疾病慎用。

6.2 七日内避免寒凉饮食和起居。

6.3 受术部位应注意擦伤、预防感染。

6.4 若发生头晕或发热应立即停止优杰治疗，并受术者在空气流通处头低位平卧卧床休息，注意保暖，避免受寒受凉，及时给予红糖水、肉汤或酥油茶、白开水等；轻者一般平躺休息片刻即可恢复；重者按晕厥处理，及时送往急诊科或专科医院救治，对症采取急救措施。

6.5 受术者在精神紧张、过劳、过饱、过饥、醉酒、大渴、大惊、大恐、大怒时，不适宜应用优杰疗法。

## 7 禁忌症

7.1 热性疾病、麻疹、烫伤、皮肤病、传染病、空腹、开放性创伤、孕妇、糜烂、溃疡、凝血功能障碍、置入心脏起搏器、心脏支架、骨质疏松、感觉功能障碍等疾病及体质虚弱者禁止优杰治疗。

7.2 眼部、生殖器、乳房、肌肉附着点、髌骨、腋窝、腹股沟、尾骨、棘突、肩胛骨、颧骨、脐中、颈动脉等处应避免直接敲打，选择适宜手法。

7.3 妊娠期妇女不宜使用优杰治疗，一般其腹部及腰骶部禁止敲打。

附录 A  
(资料性)  
穴位的定位

A. 1 头部穴位

A. 1. 1 颅顶穴

A. 1. 1. 1 定位

从眉间过头顶到后颈窝的连线与两耳尖过头顶线交点处。

A. 1. 1. 2 功效

此穴因是肌肉、骨、脑三者之脉络所在处，治疗“隆”引起的头晕、昏厥倒仆、神经性疾病等。

A. 1. 2 囤门穴

A. 1. 2. 1 定位

前额发际正中上四横指处。

A. 1. 2. 2 功效

大脑活命的脉络，功能与颅顶穴相同。可治脑病、健忘、头晕目眩等。

A. 1. 3 四神聪

A. 1. 3. 1 定位

颅顶穴处前后左右各量一寸为四神聪，四口。

A. 1. 3. 2 功效

主要治疗各种头痛病，尤其对“隆”引起的头痛、头晕、昏厥有特效。

A. 1. 4 后囱穴

A. 1. 4. 1 定位

枕骨上缘的联缝正中。

A. 1. 4. 2 功效

主要治疗各种眼科疾病。

A. 1. 5 耳尖发际穴

A. 1. 5. 1 定位

耳尖左右方所对的发际处，四口。

A. 1. 5. 2 功效

主要治疗夜惊症、耳痛、脑痛、昏厥倒仆等症。

A. 2 肢干穴位

A. 2. 1 手腕上穴

A. 2. 1. 1 定位

手腕关节内侧中央向上量四横指处的两筋腱中间。

### A. 2. 1. 2 功效

主要因心脏不适引起的哭叫、心神不安等症。

## A. 3 前驱穴位

### A. 3. 1 天突穴

#### A. 3. 1. 1 定位

仰靠时颈前两锁骨端与胸骨上缘连接凹陷处正中。

#### A. 3. 1. 2 功效

此穴为命脉穴与心脏的合穴。主治心绞痛，呕吐、心包积水，胸闷、咽喉阻塞等症。

### A. 3. 2 黑白际穴

#### A. 3. 2. 1 定位

两乳之间连线的正中。

#### A. 3. 2. 2 功效

治疗一切魔症所致的疾病。

## A. 4 脊柱穴位

### A. 4. 1 隆穴

#### A. 4. 1. 1 定位

低头时，颈部高突椎骨即第一椎下陷处。

#### A. 4. 1. 2 功效

主要治疗由“隆”引起的晕厥、战栗、口干舌燥、呼吸不适、食欲不振、肩井疼痛、声哑、上肢上抬受限无力、咳嗽、呕吐等症状。

### A. 4. 2 命脉穴

#### A. 4. 2. 1 定位

第六椎下陷处，即第五胸椎棘突下。

#### A. 4. 2. 2 功效

胸闷、心惊、呼吸不适、癔病、心神不安、心脏病引起的健忘、失眠、郁怒、烦燥、黄水和风侵入命脉引起的胸胀满欲裂及背部疼痛等症。

### A. 4. 3 心穴

#### A. 4. 3. 1 定位

第六椎下陷处，即第五胸椎棘突下。

#### A. 4. 3. 2 功效

心神不安、癫痫、昏厥、健忘、失眠、郁怒、烦燥、等症。

### A. 4. 4 肾穴

#### A. 4. 4. 1 定位

第十四椎下陷处，即第一腰椎棘突下。

#### A. 4. 4. 2 功效

主要治疗腰背部疼痛、驼背行、行走艰难、腰椎突出喷出等症状、肾寒症等。

## A.5 下肢穴

### A.5.1 大腿外侧穴

#### A.5.1.1 定位

直立，两手自然下垂贴于大腿外侧，中指尖所及之处。

#### A.5.1.2 功效

下肢麻痹、疼痛、瘫痪、行走艰难等症。

---