

ICS **, ***, **
C**



团体标准

T/CACM 0112—2022

中医慢性非传染性疾病管理技术通则

The traditional chinese medicine general rules for management techniques of chronic non-communicable disease
(征求意见稿)

20**--**--**发布

20**--**--**实施

中华中医药学会发布

目次

前言	I
引言	II
1 范围	3
2 规范性引用文件.....	3
3 术语和定义.....	3
3.1 慢性非传染性疾病.....	3
3.2 慢性病管理.....	4
4 总则.....	4
5 中医慢病管理要素.....	5
5.1 管理对象.....	5
5.2 管理目标.....	5
5.3 管理内容.....	5
5.4 管理技术.....	5
5.4.1 健康教育.....	5
5.4.2 生活方式干预.....	5
5.4.3 辨体调理.....	5
5.4.4 辨证论治.....	5
5.4.5 中医外治疗法.....	5
5.5 管理方案.....	5
5.5.1 病前管理（高危期）	6
5.5.1.1 健康教育.....	6
5.5.1.2 高危人群筛查.....	6
5.5.1.3 生活方式干预.....	6
5.5.1.4 辨体调理.....	6
5.5.2 病中管理（发作期）	6
5.5.2.1 医院管理.....	6
5.5.2.2 社区管理.....	6
5.5.2.3 家庭管理.....	6
5.5.2.4 自我管理.....	6
5.5.3 防复管理（缓解期）	7
5.5.3.1 评估病情.....	7
5.5.3.2 自我管理.....	7
5.5.3.3 促建防复.....	7
5.5.3.4 择时防发.....	7
5.6 随访管理.....	7
5.6.1 成立小组.....	7
5.6.2 随访项目.....	7
5.6.3 随访内容.....	7
5.6.4 信息管理.....	7
5.7 管理评估.....	7
5.8 管理流程.....	8
6 支持系统.....	9
6.1 信息化建设.....	9
6.2 团队建设.....	9
6.3 人才培养.....	9
附录 A（规范性）中医体质分类与判定表	

前 言

本文件按照GB/T1.1—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》规定的规则起草。

本文件由中华中医药学会慢病管理分会，开封市中医院（河南大学中医院），中国中医科学院广安门医院提出。

本文件由中华中医药学会归口。

起草单位：开封市中医院（河南大学中医院）、中国中医科学院广安门医院、辽宁中医药大学、上海中医药大学曙光医院、北京中医药大学东直门医院、厦门大学附属第一医院、北京中医药大学管理学院、广东省中医院、辽宁中医药大学、北京大学人民医院、北京中医药大学深圳医院（龙岗）、河南省中医院、中南大学湘雅医院、中国中医科学院望京医院、中国中医科学院中医临床基础医学研究所、湖南中医药大学醴陵医院、河北省中医院、广西中医药大学第一附属医院、中华中医药学会慢病管理分会、中国中医科学院西苑医院、河南省长垣市中西医结合医院、上海中医药大学岳阳中西医结合医院、南京中医药大学、河南省郑州市中医院、河南省中医糖尿病医院、山东中医药大学附属医院、陕西中医药大学第二附属医院、陕西省中医院等。

主要起草人：庞国明、倪青、石岩、常静玲、张芳、翟纪功、吴启相、刘旭生、赵能江

起草人（按姓氏笔画为序）：于睿、马宇鹏、王艳君、史楠楠、冯淬灵、吕诚、吕志刚、朱涛、朱燕波、刘遂心、阮志华、阴永辉、李鲜、李松、李鹏辉、沈璐、沈远东、杨国强、张京春、张景祖、张振贤、邱模炎、周超锋、胡世平、姜静、徐学功、贾新华、郭子华、鲍玉晓、谢胜、谢卫平、雷焱、谭海彦

引 言

起草组以2016年中共中央审议通过的“健康中国2030”规划纲要及2017年国务院办公厅印发《中国防治慢性病中长期规划（2017—2025年）》为政策指引，从充分发挥中医药“五大资源优势”和“三大作用”出发，结合我国慢性非传染性疾病（以下简称慢病）的现状及其特点，制订《中医慢性非传染性疾病管理技术通则》（以下简称《通则》）。目前，围绕各种慢病的管理，国内外已陆续编制了相应指南、标准，逐步形成了较为规范与成熟的制订原则和管理流程。中医学作为慢病防控与管理的主流医学之一，其具有悠久历史和突出优势，但中医慢病管理技术的指导性文件尚属空缺。因此，制定《通则》以引领和指导中医慢病防控十分必要。在中医思维和治未病理念的指导下，将“治未病”理念贯穿于中医慢病管理的全过程，使其最终形成具有中医特色优势的慢病管理技术通则为基本宗旨。

本《通则》以规范性、引领性、实用性为基本原则，遵循中医学自身规律，充分发挥中医药特色优势，借鉴国内外通则编制经验制订本《通则》，以中医管理思想指导慢病防治，将“治未病”理念贯穿慢病管理全过程，建立慢病健康信息档案，进行慢病风险评估以及对慢病人群进行分类，明确高危期、发作期、缓解期人群作为重点目标人群；分别在病前、病中、防复三个阶段针对重点目标人群进行健康教育与健康促进、个体生活方式管理，规范化药物指导；并对管理效果进行评估；然后持续跟踪收集管理信息，形成闭环管理。本《通则》旨在指导慢病中医管理工作，努力构建一种医院、社区、家庭及患者协同共管全方位的管理模式，以促进健康、减少慢病发生、延缓慢病进程、减少并发症出现、降低伤残率及死亡率、延长寿命、提高患者生命质量并降低医药费用的管理目标。

本《通则》的编制以提高中医慢病防治水平为目的，是更新慢病管理理念、创新慢病管理模式、增强慢病管理手段、促助和改善医患沟通，提高防治质量与管理效率，促进国民健康，助力健康中国建设的基础性工作，具有显著的社会和经济效益。

中医慢性非传染性疾病管理技术通则

1 范围

本《通则》规定了慢性非传染性疾病（以下简称慢病）中医管理技术的定义、管理对象、管理目标、管理内容、管理技术、管理方案、随访管理、管理评估、管理流程以及支持系统。

本《通则》主要适用于各级各类中医医院、综合性医院、社区卫生服务中心（站）及健康管理中心、养老机构等的医务人员在开展心脑血管疾病、癌症、慢性呼吸系统疾病、消化系统疾病以及内分泌、营养代谢性疾病、肾脏、骨骼、精神、神经等慢病中医管理过程中借鉴参考，以指导其制定相应管理技术的通用准则。

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，注明日期的引用文件，仅该日期对应的版本适用于本文件；未注日期的引用文件，其最新版本（包括所有的修改单）适用于本《通则》。

《“健康中国2030”规划纲要》2016年中共中央 国务院印发

《中国防治慢性病中长期规划（2017-2025）》国办发〔2017〕12号

中医体质分类与判定（ZYYXH/T157-2009）

《全国慢性病预防控制工作规范（2011年）》

3 术语和定义

下列术语和定义适用于本《通则》

3.1 慢性非传染性疾病 chronic non-communicable diseases (CND)

慢性非传染性疾病是指一类起病隐匿，病程长且病情迁延不愈，病因复杂，缺乏确切的传染性生物病因证据疾病的总称，简称“慢病”。

3.2 中医慢病管理 management of chronic non-communicable diseases in TCM

以中医理论为指导，治未病理念为统领，运用中医独特的防治技术与管理手段，对无症状或未诊断的慢病前期高危期、发作期和缓解期人群进行健康状态与生命质量评估，并提供相应的中医干预、调治及健康指导等技术手段，从而实现病前、病中、防复阶段中的中医慢病全过程、全方位动态管理。

4 总则

4.1 本《通则》以强化管理理念，推广中医管理方法为原则，将“治未病”理念贯穿中医慢病管理全过程，应用中医技术手段实施慢病管理，形成具有中医特色优势的管理技术通则为最终目标。

4.2 本《通则》是慢病中医管理技术的纲领性文件，是总的指导原则。

5. 中医慢病管理要素

5.1 管理对象

心脑血管疾病、癌症、慢性呼吸系统疾病、消化系统疾病以及内分泌、营养代谢性疾病、肾脏、骨骼、精神、神经等慢病的高危期、发作期期和缓解期人群。

5.2 管理目标

围绕提高慢病管理效率与防治质量，强化与提升慢病管理对象的中医防控意识；指导和推动各类慢病中医管理指南的制定，促进中医慢病管理技术的推广应用，提高中医慢病管理水平；助力慢病防控效率与防治质量的持续提升，促进国民健康和助力健康中国建设为目标。

5.3 管理内容

全程贯彻落实中医“治未病”理念，首先以社区为主体建立居民健康档案；进行慢病风险评估以及对人群进行分类，确定高危期、发作期、缓解期人群作为重点目标人群；分别在病前、病中、防复三个阶段针对不同人群进行健康教育与健康促进、个体生活方式管理，规范化的药物指导；适时对健康管理效果进行评估；然后持续跟踪收集管理信息，形成闭环管理；实现全流程、全方位的慢病管理过程。

5.4 管理技术

5.4.1 健康教育

将中医“治未病”思想贯穿健康教育全过程，针对不同慢病不同阶段提供相应的健康教育内容和行为指导。

5.4.2 生活方式干预

通过干预高危因素如：肥胖、吸烟、酗酒、高盐、高热量饮食、久坐、不良情绪等不良生活方式以及食疗养生、起居养生、传统功法养生、情志养生、四时养生等，预防慢病发生。

5.4.3 辨体调理

根据体质辨识结果，进行中医体质调理。

5.4.4 辨证论治

针对不同慢病进行辨证治疗，可采用中药汤剂、丸剂等多种制剂形式。

5.4.5 中医外治疗法

针刺、艾灸、推拿、刮痧、熏洗、敷贴、纳肛、中药肛滴、膏摩等。

5.5 管理方案

5.5.1 病前管理（高危期）

5.5.1.1 健康教育

以未病先防为目标，向高危人群宣传体检筛查的重要性，并指导其纠正不良生活方式，起到防控慢病危险因素的作用，有计划地进行慢病防控知识宣教，如辨体调理、食疗药膳、四时养生、传统功法、情志调养、外治疗法等治未病养生知识，提高高危人群慢病防控知晓率 and 自我管理意识。

5.5.1.2 高危人群筛查

以社区为主体建立居民健康档案，根据各种慢病的特点采用相应的风险评估方法，筛查高危人群，建立健全筛查制度。

5.5.1.3 生活方式干预

通过干预高危因素如：肥胖、吸烟、酗酒、高盐、高热量饮食、久坐、不良情绪等不良生活方式以及食疗养生、起居养生、传统功法养生、情志养生、四时养生等，预防慢病发生。

5.5.1.4 辨体调理

通过体质辨识，辨别高危人群体质类型，依据体质类型运用中医体质分类与判定表（附录 A）方法进行相应体质调养方法，以干预偏颇体质，使其趋于平和，达到未病先防、预防慢病发生的目的。

5.5.2 病中管理（发作期）

5.5.2.1 医院管理

医院应建立完善的慢病管理制度，建立管理档案，做好健康指导，应用辨证施治、内外合治等措施开展诊疗活动；三级医院作为慢病的指导单位，需将最新的慢病知识传递给社区医师、患者及家属，提高其对慢病的认识及管理水平；建立社会支持、教育训练、临床用药指导等医-护-患协作互助共管机制，提高患者依从性和自我管理效能；患者病情得到控制后可转往下级或社区医院继续康复治疗。

5.5.2.2 社区管理

慢病管理模式中社区医疗服务机构是慢病管理的主要执行者，承担着慢病预防、保健、医疗、康复、健康教育等多项工作。社区医护人员在上级医师的指导及帮助下，持续提高对慢病的认识，掌握基本要求，通过建立患者数据库了解患者信息，定期组织健康教育讲座、家庭探访、经验分享、小组活动等。

5.5.2.3 家庭管理

组建患者及其家庭成员为主的支持小组，对患者及其家属进行慢病相关知识的同堂培训，提高其对慢病认识及家庭化慢病管理能力；有条件的家庭可建立“家庭医生互助共管模式”，医师可对患者家庭管理情况随时了解，及时进行定期评估，给出个性化的慢病管理方案。

5.5.2.4 自我管理

患者自我管理的干预措施包括两个重要的方面：要让病人学会解决问题的技巧，这样有利于病人发现自己的问题并制定行动计划去解决；这些措施需涵盖病人生理、心理、社会适应和道德层面。根据疾病不同的性质，把握自我管理的要点和侧重点。

5.5.3 防复管理（缓解期）

5.5.3.1 评估病情

根据康复期患者健康信息及相关指标，评估个体慢性病危险程度及发展趋势。

5.5.3.2 自我管理

居家康复阶段，严格遵循医师的医嘱，按时服药，定期复诊；持续接受康复知识的宣教与指导，保持乐观心态，做好自我情绪管理；开展个体化的生活方式管理及行为危险因素校正。

5.5.3.3 促健防复

对不同证型或体质的患者有针对性地提供中医干预方案，依据慢病的临床规范、指南开展中医药辨证、辨体治疗，并对患者进行饮食调养、起居活动等给予指导，向患者传授适宜自身疾病，自我操作的养生技术。

5.5.3.4 择时防发

依据中医时间学治疗理论，选择有针对性的时间治疗和防发措施，开展冬病夏治、冬病秋防、冬病冬治、节气调养等防复治疗。

5.6 随访管理

5.6.1 成立小组

成立随访小组，制订随访管理工作内容、程序、规章制度、患者管理制度及各慢病病种随访方案与随访评估。

5.6.2 随访项目

制定各慢病病种的常规随访项目及特异的随访项目；根据不同慢病的特点制定随访时间、频率、方式等。

5.6.3 随访内容

让患者明确随访的内容并给予相应的指导，通过食疗药膳、传统功法、药物、情志等及时调整管理方案。

5.6.4 信息管理

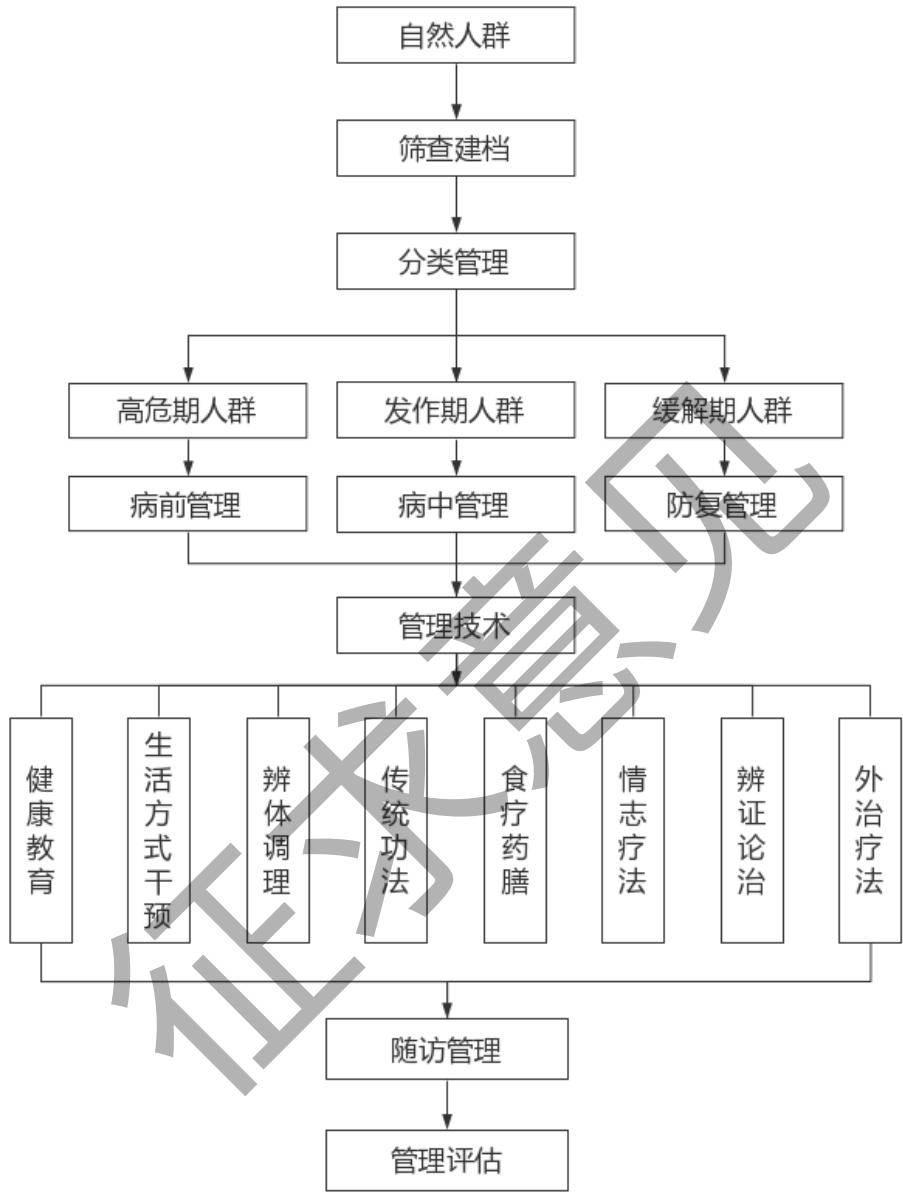
收集随访数据，建立随访数据库，进行统计分析，为持续改进提供参考。

5.7 管理评估

对管理过程的重要措施进行评估，病前（高危期）阶段评估高危人群中医慢病防治知晓、管理、发病等情况；病中（发病期）阶段评估患病人群中医药慢病管理治疗率、有效率、并发症发病率、死亡率、治疗费用、生命质量等方面的情况；防复（康复期）阶段评估康复期

人群中医药慢病管理对身体功能恢复、重复住院情况、并发症情况、生命质量等情况；对比分析干预前后基线测量改善的结果。

5.8 管理流程



中医慢病管理流程图

6 支持系统

6.1平台支持

构建智慧医疗模式，建立管理对象数据库、随访管理数据库，搭建慢病中医管理的大数据共享平台。

6.2政策支持

在各级行政管理部门支持下，构建国家、省、市、县四级管理团队与多学科专家团队联动机制；根据各慢病病种特点需求加强人才引进及人才培养，加强中医慢病管理队伍复合型人才的培养，加强基层中医药服务能力的培养。

附录 A

(规范性)

中医体质分类与判定表

平和质 (A 型)

请根据近一年的体验和感觉，回答以下问题。	没有 (根本不)	很少 (有一点)	有时 (有些)	经常 (相当)	总是 (非常)
(1) 您精力充沛吗?	1	2	3	4	5
(2) 您容易疲乏吗? *	1	2	3	4	5
(3) 您说话声音低弱无力吗?*	1	2	3	4	5
(4) 您感到闷闷不乐、情绪低沉吗?*	1	2	3	4	5
(5) 您比一般人耐受不了寒冷(冬天的寒冷，夏天的冷空调、电扇等)吗? *	1	2	3	4	5
(6) 您能适应外界自然和社会环境的变化吗?	1	2	3	4	5
(7) 您容易失眠吗? *	1	2	3	4	5
(8) 您容易忘事(健忘)吗?*	1	2	3	4	5
判断结果: ☐ 是 ☐ 基本是 ☐ 否					

(注: 标有*的条目需要先逆向计分, 即: 1→5, 2→4, 3→3, 4→2, 5→1, 再用公式计算转化分)

气虚质 (B 型)

请根据近一年的体验和感觉，回答以下问题。	没有 (根本不)	很少 (有一点)	有时 (有些)	经常 (相当)	总是 (非常)
(1) 您容易疲乏吗?	1	2	3	4	5
(2) 您容易气短(呼吸短促，接不上气)吗?	1	2	3	4	5
(3) 您容易心慌吗?	1	2	3	4	5
(4) 您容易头晕或站起时晕眩吗?	1	2	3	4	5
(5) 您比别人容易患感冒吗?	1	2	3	4	5

(6) 您喜欢安静、懒得说话吗?	1	2	3	4	5
(7) 您说话声音低弱无力吗?	1	2	3	4	5
(8) 您活动量稍大就容易出虚汗吗?	1	2	3	4	5
判断结果: ☐ 是 ☐ 倾向是 ☐ 否					

阳虚质 (C 型)

请根据近一年的体验和感觉, 回答以下问题。	没有 (根本不)	很少 (有一点)	有时 (有些)	经常 (相当)	总是 (非常)
(1) 您手脚发凉吗?	1	2	3	4	5
(2) 您胃脘部、背部或腰膝部怕冷吗?	1	2	3	4	5
(3) 您感到怕冷、衣服比别人穿得多吗?	1	2	3	4	5
(4) 您比一般人耐受不了寒冷(冬天的寒冷, 夏天的冷空调、电扇等)吗?	1	2	3	4	5
(5) 您比别人容易患感冒吗?	1	2	3	4	5
(6) 您吃(喝)凉的东西会感到不舒服或者怕吃(喝)凉的东西吗?	1	2	3	4	5
(7) 您受凉或吃(喝)凉的东西后, 容易腹泻(拉肚子)吗?	1	2	3	4	5
判断结果: ☐ 是 ☐ 倾向是 ☐ 否					

阴虚质 (D 型)

请根据近一年的体验和感觉, 回答以下问题。	没有 (根本不)	很少 (有一点)	有时 (有些)	经常 (相当)	总是 (非常)
(1) 您感到手脚心发热吗?	1	2	3	4	5
(2) 您感觉身体、脸上发热吗?	1	2	3	4	5
(3) 您皮肤或口唇干吗?	1	2	3	4	5
(4) 您口唇的颜色比一般人红吗?	1	2	3	4	5
(5) 您容易便秘或大便干燥吗?	1	2	3	4	5

(6) 您面部 两颧 潮红或偏红吗?	1	2	3	4	5
(7) 您感到眼睛干涩吗?	1	2	3	4	5
(8) 您感到口干咽燥、总想喝水吗?	1	2	3	4	5
判断结果: ☐ 是 ☐ 倾向是 ☐ 否					

痰湿质 (E 型)

请根据近一年的体验和感觉, 回答以下问题。	没有 (根本不)	很少 (有一点)	有时 (有些)	经常 (相当)	总是 (非常)
(1) 您感到胸闷或腹部胀满吗?	1	2	3	4	5
(2) 您感到身体沉重不轻松或不爽快吗?	1	2	3	4	5
(3) 您腹部肥满松软吗?	1	2	3	4	5
(4) 您有额部油脂分泌多的现象吗?	1	2	3	4	5
(5) 您上眼睑 比别人 肿(上眼睑有轻微隆起的现象)吗?	1	2	3	4	5
(6) 您嘴里有黏黏的感觉吗?	1	2	3	4	5
(7) 您平时痰多, 特别是咽喉部总感到有痰堵着吗?	1	2	3	4	5
(8) 您舌苔厚腻或有舌苔厚厚的感觉吗?	1	2	3	4	5
判断结果: ☐ 是 ☐ 倾向是 ☐ 否					

湿热质 (F 型)

请根据近一年的体验和感觉, 回答以下问题。	没有 (根本不)	很少 (有一点)	有时 (有些)	经常 (相当)	总是 (非常)
(1) 您面部或鼻部有油腻感或者油亮发光吗?	1	2	3	4	5
(2) 您易生痤疮或疮疖吗?	1	2	3	4	5
(3) 您感到口苦或嘴里有异味吗?	1	2	3	4	5
(4) 您大便黏滞不爽、有解不尽的感觉吗?	1	2	3	4	5
(5) 您小便时尿道有发热感、尿色浓(深)吗?	1	2	3	4	5

(6) 您带下色黄(白带颜色发黄)吗? (限女性回答)	1	2	3	4	5
(7) 您的阴囊部位潮湿吗? (限男性回答)	1	2	3	4	5
判断结果: ☐ 是 ☐ 倾向是 ☐ 否					

血瘀质 (G 型)

请根据近一年的体验和感觉, 回答以下问题。	没有 (根本不)	很少 (有一点)	有时 (有些)	经常 (相当)	总是 (非常)
(1) 您的皮肤在不知不觉中会出现青紫瘀斑(皮下出血)吗?	1	2	3	4	5
(2) 您两颧部有细微红丝吗?	1	2	3	4	5
(3) 您身体上有哪里疼痛吗?	1	2	3	4	5
(4) 您面色晦黯、或容易出现褐斑吗?	1	2	3	4	5
(5) 您容易有黑眼圈吗?	1	2	3	4	5
(6) 您容易忘事(健忘)吗?	1	2	3	4	5
(7) 您口唇颜色偏黯吗?	1	2	3	4	5
判断结果: ☐ 是 ☐ 倾向是 ☐ 否					

气郁质 (H 型)

请根据近一年的体验和感觉, 回答以下问题。	没有 (根本不)	很少 (有一点)	有时 (有些)	经常 (相当)	总是 (非常)
(1) 您感到闷闷不乐、情绪低沉吗?	1	2	3	4	5
(2) 您容易精神紧张、焦虑不安吗?	1	2	3	4	5
(3) 您多愁善感、感情脆弱吗?	1	2	3	4	5
(4) 您容易感到害怕或受到惊吓吗?	1	2	3	4	5
(5) 您胁肋部或乳房胀痛吗?	1	2	3	4	5
(6) 您无缘无故叹气吗?	1	2	3	4	5

(7) 您咽喉部有异物感，且吐之不出、咽之不下吗？	1	2	3	4	5
判断结果： ☐ 是 ☐ 倾向是 ☐ 否					

特禀质（I 型）

请根据近一年的体验和感觉，回答以下问题。	没有 (根本不)	很少 (有一点)	有时 (有些)	经常 (相当)	总是 (非常)
(1) 您 <u>没有感冒时</u> 也会打喷嚏吗？	1	2	3	4	5
(2) 您 <u>没有感冒时</u> 也会鼻塞、流鼻涕吗？	1	2	3	4	5
(3) 您有 <u>因季节变化、温度变化或异味等原因</u> 而咳喘的现象吗？	1	2	3	4	5
(4) 您容易过敏(对药物、食物、气味、花粉或在季节交替、气候变化时)吗？	1	2	3	4	5
(5) 您的皮肤容易起荨麻疹(风团、风疹块、风疙瘩)吗？	1	2	3	4	5
(6) 您的皮肤 <u>因过敏</u> 出现过紫癜(紫红色瘀点、瘀斑)吗？	1	2	3	4	5
(7) 您的皮肤一抓就红，并出现抓痕吗？	1	2	3	4	5
判断结果： ☐ 是 ☐ 倾向是 ☐ 否					

中医体质分类的判定

1. 判定方法

回答《中医体质分类与判定表》中的全部问题（见附录），每一问题按 5 级评分，计算原始分及转化分，依标准判定体质类型。

原始分=各个条目分值相加

转化分数=[(原始分-一条目数)/(条目数×4)]×100

2. 判定标准

平和质为正常体质，其他 8 种体质为偏颇体质。判定标准见下表。

平和质与偏颇体质判定标准表

体质类型	条件	判定结果
------	----	------

平和质	转化分 ≥ 60 分	是
	其他 8 种体质转化分均 < 30 分	
	转化分 ≥ 60 分	基本是
	其他 8 种体质转化均 < 40 分	
	不满足上述条件者	否
偏颇体质	转化分 ≥ 40 分	是
	转化分 30~39 分	倾向是
	转化分 < 30 分	否

征求意见稿