



# 中国中医药研究促进会团体标准

T/XXX XXXX—XXXX

## 中医芳香（精油）疗法应用规范

Traditional Chinese aromatherapy(essential oils) application guideline

XXXX - XX - XX 发布

XXXX - XX - XX 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 机构 .....	1
5 环境设施 .....	2
6 人员 .....	2
7 用品用具 .....	2
8 评估 .....	3
9 服务类型 .....	3
10 中医芳香（精油）常用疗法服务 .....	3
11 中医芳香（精油）推拿疗法服务 .....	4
12 中医芳香（精油）调理保健服务 .....	6
13 评价、投诉处理与改进 .....	7
14 档案管理 .....	7
附录 A（资料性） 中医芳香（精油）疗法眼保健服务 .....	9

## 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。

本文件由中国中医药研究促进会提出并归口。

本文件起草单位：中国中医药研究促进会、山东中医药大学、浙江中医药大学、江西中医药大学、上海中医药大学、浙江药科职业大学、中国标准化研究院、芳雀萝（杭州）健康科技有限公司。

本文件主要起草人：高武、张立祥、黄文秀、娄小娥、杨明、付强、苗明三、贾立群、韦企平、徐荣谦、石岩、毛丽军、唐玲、童培建、詹红生、余金节、林翠霞、范鹏、黄小英、王光然、朱超平、于轩、金婷。

## 引 言

中医芳香（精油）疗法是一种有着悠久历史的回归自然疗法，结合了艺术与治疗双重功能，综合性考虑到了人体生理和心理的需求。中医芳香疗法同时也是中医学的重要组成部分，它以中医整体观念和辨证论治理论为指导，运用芳香药物和植物精油，通过外治法达到防治疾病、养生保健的目的。

现阶段中医芳香（精油）疗法在使用过程中缺乏统一的规范和标准。为规范中医芳香（精油）疗法应用的临床操作，保障服务安全，提升服务质量，促进其健康发展，特制定本文件。

# 中医芳香（精油）疗法应用规范

## 1 范围

本文件规定了中医芳香（精油）疗法应用的机构、环境设施、人员、用品用具、评估、服务类型、中医芳香（精油）常用疗法服务、中医芳香（精油）推拿疗法服务、中医芳香（精油）调理保健服务、评价投诉处理与改进和档案管理的要求。

本文件适用于各级各类医疗、养生保健等相关机构开展的中医芳香（精油）疗法应用工作。

## 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 经穴名称与定位
- GB/T 19038 顾客满意测评模型和方法指南
- GB/T 19039 顾客满意测评通则
- GB/T 21709.1 针灸技术操作规范 第1部分：艾灸
- GB/T 21709.5 针灸技术操作规范 第5部分：拔罐
- GB/T 21709.9 针灸技术操作规范 第9部分：穴位贴敷
- GB/T 21709.22 针灸技术操作规范 第22部分：刮痧
- GB/T 22163 腧穴定位图
- GB/T 22443 中国苦水玫瑰精油
- GB/T 23237 腧穴定位人体测量方法
- GB/T 按摩精油
- GB/T 30233 腧穴主治
- GB/T 30443 保健服务通用要求
- GB/T 34821 体重控制保健服务要求
- GB 37488 公共场所卫生指标及限值要求
- GB/T 39511 保健调理按摩技术操作规范
- GB 50763 无障碍设计规范(附条文说明)
- GB/T 39014 生姜精油
- GB/T 43954 重瓣红玫瑰精油
- GH/T 1327 日化用龙脑精油
- SB/T 10441 足浴保健经营技术规范
- SB/T 10992 美容服务 面部护理操作技术要求

## 3 术语和定义

下列术语和定义适用于本文件。

### 3.1

**中医芳香（精油）疗法** traditional Chinese aromatherapy(essential oils)

以中医整体观念和辨证论治理论为指导，运用具有芳香气味和药用价值的植物精油（芳香精油），通过嗅吸、涂擦、按摩、熏蒸等外治方法，以发挥其疏通经络、调和气血、开窍醒神、化湿辟秽等作用，从而达到防治疾病、养生保健目的的一种中医外治技术。

## 4 机构

- 4.1 机构的服务项目设置、管理制度、场所应符合GB/T 30443相关规定。
- 4.2 提供现场服务的机构应具备相应资质。
- 4.3 机构应具备满足服务需要的基本设施和功能,相关管理制度和设备、中医芳香疗法服务用品用具。
- 4.4 机构应制定服务流程和规范,培训和监督服务人员按规定工作,开展工作评价及改进,并做好服务记录。
- 4.5 机构应具有识别、防范风险的相应措施并符合要求。包括但不限于警示标志、风险提示等规范齐全、制定应急处置预案、组织培训和演练。
- 4.6 机构应在服务场所显著位置公示服务信息,包括但不限于经营资质、服务的项目、禁忌、收费标准、监督投诉电话。
- 4.7 机构应配备满足服务需要的服务人员,宜按相关规定聘用执业医师为顾客提供服务或指导相关服务。
- 4.8 机构应注重服务的健康大数据、信息安全和 service 管理信息化等的建设工作。
- 4.9 机构应建立顾客隐私的保护制度及相应保障机制,对服务过程中获得的顾客隐私不应泄露或用于服务项目以外的其他事项。

## 5 环境设施

### 5.1 环境

- 5.1.1 服务场所应按照功能划分区域,满足服务需要。
- 5.1.2 服务场所室内空气质量和声环境质量应符合GB 37488相关规定。
- 5.1.3 服务场所室内光线应舒适且符合服务需要,宜采用自然采光方式,自然采光不足时应采取相应的补足照明措施,宜注重环保、节能。
- 5.1.4 场所的环境卫生应符合国家、行业、地方等有关公共场所卫生管理要求。

### 5.2 设施

- 5.2.1 服务设施应符合国家、地方的建筑、消防等方面的相关规定。
- 5.2.2 无障碍设施应符合GB 50763的相关规定,公共区域应配备视频监控系统。
- 5.2.3 消毒、废物处理等应配备符合规定的设备,或委托有资质的机构进行处理。

## 6 人员

- 6.1 服务人员包括中医芳香(精油)疗法操作人员、管理人员、接待咨询人员和其他人员(如后勤、保安等)。
- 6.2 服务人员应具备中医基础理论和中医芳香疗法专业知识并接受教育培训。考评合格方可从事或继续从事相关岗位工作。
- 6.3 服务人员应按照规定持证上岗且身体健康,健康体检每年不少于1次。
- 6.4 服务人员应着装规范,统一标识,穿戴整洁。
- 6.5 服务人员应文明礼貌,言语规范,有责任心。
- 6.6 服务人员应保持个人卫生,不佩戴影响工作或潜在伤害隐患的物品。
- 6.7 服务人员工作中应专注工作和顾客,不做与工作无关的事项。
- 6.8 服务人员时应根据服务项目内容的相应要求,采取佩戴口罩、手部消毒等卫生防护措施。

## 7 用品用具

- 7.1 用品用具应符合国家有关安全、卫生、质量等相关规定,使用合格产品。
- 7.2 一次性用品用具应执行一次性使用,不应重复使用。
- 7.3 可重复使用的用品用具应严格执行“一客一换一消毒”。清洗消毒后的用品用具应符合GB 37488的要求。
- 7.4 已消毒和未消毒的用品用具应严格区分、明确标识和隔离存放。
- 7.5 用品用具应在其有效期内使用,不应使用超过保质期或安全使用期限的产品。
- 7.6 用品用具应按其使用说明或相关规定正确使用。

7.7 精油产品应符合GB/T 26516、GB/T 39014、GB/T 43954、GB/T 22443、GH/T 1327等相关标准要求。

## 8 评估

8.1 操作前应对顾客进行全面评估，包括但不限于：

- a) 健康状况：现病史、既往史、过敏史（特别是药物、花粉、食物过敏史）；
- b) 中医辨证：通过四诊（望、闻、问、切）进行辨证分型；
- c) 皮肤状况：检查操作部位皮肤是否完整，有无破损、炎症、皮疹等；
- d) 心理状况：了解患者情绪状态及对芳香疗法的接受程度。

8.2 有下列情况的不应进行中医芳香疗法：

- a) 对所选精油或其成分有明确过敏史者；
- b) 妊娠期妇女（尤其是妊娠前3个月），不应采用通经活血、毒性较强的精油（如：迷迭香、鼠尾草、丁香等）；
- c) 严重癫痫、过敏性哮喘等不适宜疾病；
- d) 操作部位皮肤有严重破损、感染、烧伤或急性皮炎者；
- e) 严重心、肝、肾功能衰竭者。

## 9 服务类型

### 9.1 现场服务

到店服务要求至少应包括：

- a) 接待咨询：了解顾客基本信息、健康史、并解答相关问题等；
- b) 健康评估：对顾客健康状况进行基本评估，建立健康档案；
- c) 服务实施：
  - 1) 制定服务方案；
  - 2) 与顾客签订服务协议；
  - 3) 按服务方案进行操作，操作时保护个人隐私，若出现异常情况应立即停止服务；
- d) 服务回访：应及时进行服务回访；
- e) 服务总结：应及时进行服务总结。

### 9.2 上门服务

9.2.1 机构可对有需要的顾客提供上门服务。

9.2.2 上门服务前应与顾客签订详细、有效、规范的服务协议，协议中事项至少应包括：服务项目、服务地址、服务对象、健康状况、人身财产安全等风险防范措施、法律责任等事项，并根据服务方案进行服务。

9.2.3 上门服务人员应具备应急处置的常识和能力。

9.2.4 服务项目及要求应符合本文件9.1相关规定。

## 10 中医芳香（精油）常用疗法服务

### 10.1 操作前准备

操作前应做好以下准备工作：

- a) 核对患者信息及辨证结果；
- b) 与患者沟通并取得知情同意；
- c) 根据辨证选油结果，准备精油及基础油，并按安全浓度（常规按摩1%~3%）调配；
- d) 协助患者取舒适体位。

### 10.2 操作过程

操作过程应包括：

- a) 嗅吸法：将1滴~3滴精油滴于闻香纸、扩香仪或热水中，令患者近距离嗅吸，每次5min~10min。适用于情志病、头面部疾病及呼吸道问题；

b) 按摩法：将稀释后的复方按摩油涂抹于相应经络、穴位或不适部位，采用推、拿、按、摩等手法进行操作。适用于肌肉酸痛、经络不通、调理气血；

c) 涂擦法：将稀释后的精油直接涂抹于特定穴位（如太阳穴、内关穴）或患处。适用于局部问题及急症处理（如薄荷油涂太阳穴治头痛）；

d) 熏蒸法：使用香薰灯、加湿器或蒸汽仪使精油挥发于空气中。适用于环境净化、预防感冒及改善情绪。

### 10.3 操作后处理

操作后处理应包括以下内容：

- a) 操作完毕后，用干毛巾轻轻拭去皮肤上多余的油渍；
- b) 嘱患者饮用适量温开水，以促进代谢；
- c) 详细记录操作过程、所用精油、浓度、患者反应等；
- d) 整理用物，按要求清洁消毒。

### 10.4 不良反应的预防与处理

不良反应的预防与处理应包括以下内容：

- a) 皮肤过敏：首次使用某精油前，应在先在前臂内侧进行皮试（24h内观察反应）。如出现红、肿、痒、痛，立即停止使用，用基础油或牛奶擦拭，严重者抗过敏治疗；
- b) 头晕恶心：多因浓度过高或患者不适应引起。立即停止操作，将患者移至通风处，平卧休息，嗅吸新鲜空气或柑橘类精油可缓解；
- c) 眼部刺激：如精油不慎入眼，立即用大量清水或全脂牛奶冲洗，并寻求医疗帮助；
- d) 所有不良反应均需记录并上报。

### 10.5 注意事项

10.5.1 精油应储存于深色玻璃瓶中，避光、密封、阴凉处保存，远离儿童。

10.5.2 不应口服（除非在专业医师严格指导下）。

10.5.3 柑橘类精油（如柠檬、甜橙）具有光敏性，使用后12h内暴露部位应避免日晒。

10.5.4 应严格遵循精油的配伍禁忌和安全性数据，不应盲目混合多种精油。

10.5.5 操作过程中密切观察患者反应，如有不适应立即停止。

## 11 中医芳香（精油）推拿疗法服务

### 11.1 操作前准备

#### 11.1.1 用品用具

应准备如下器具物品：

- a) 应根据治疗或保健需求，结合辨病辨证，合理确定相关精油；
- b) 舒适的毛巾或被单，用于覆盖顾客相关部位以保护隐私。

#### 11.1.2 体位

选择顾客舒适、能暴露操作部位、便于服务人员操作的体位，如俯卧位、仰卧位、坐位。

#### 11.1.3 部位

根据病症辨证选取适当的治疗穴位。穴位定位应符合 GB/T 12346 的规定。

#### 11.1.4 皮肤测试

取 1 滴所选精油于顾客前臂腕横纹上 6cm 皮肤处均匀涂抹，5 min 后观察皮肤有无过敏反应，如未出现过敏反应方可进行操作。

### 11.2 操作过程

### 11.2.1 取油

根据推拿部位面积大小，滴取1 ml~3 ml精油于双手手心揉搓预热。

### 11.2.2 常用手法

#### 11.2.2.1 擦法

11.2.2.1.1 适用于颈肩部、腰背部、胸腹部、两肋部及四肢部。

11.2.2.1.2 用手掌紧贴于顾客体表，腕关节伸直，上肢主动用力做拉锯式运动，使掌面在操作部位表面沿直线进行均匀往返摩擦，动作宜连续不断，用力宜均匀适中，至精油挥发，时间约2min。

#### 11.2.2.2 推法

11.2.2.2.1 按着力部位不同分为指推法，掌推法和肘推法，不同推法适用于：

——指推法适用于头面部、手部、足部及颈部；

——掌推法适用于腰背部、胸腹部及四肢；

——肘推法适用于腰背部脊柱两侧。

11.2.2.2.2 用指、掌或肘着力于治疗部位，进行单方向直线的推动，推动时着力部位应紧贴于体表，着力要沉稳以达到一定刺激量，移动速度宜缓慢，做到轻而不浮，重而不滞，至精油挥发，时间约2min。

#### 11.2.2.3 摩法

11.2.2.3.1 按着力部位不同可分为指摩法和掌摩法，不同摩法适用于：

——指摩法适用于颈部、面部、四肢；

——掌摩法适用于腰背部、胸腹部、肋部。

11.2.2.3.2 用指腹或掌面在操作部位做环形往返摩动，可分为顺时针或逆时针方向摩动，以顺时针摩动为主，至精油挥发，时间约1min：

——指摩法操作时腕关节宜微屈，前臂主动用力带动指腹在体表做环形摩动，频率宜稍快，控制在120次/min；

——掌摩法全掌平置治疗部位，腕关节放松，轻度背伸，前臂主动用力带动手掌做环形摩动，频率宜控制在100次/min。

#### 11.2.2.4 揉法

11.2.2.4.1 按着力部位不同可分为指揉法和掌揉法，不同揉法适用于：

——指揉法适用于头面部及全身腧穴；

——掌揉法适用于腕腹部，背、腰、臀部。

11.2.2.4.2 用指或掌着力于操作部位，做轻柔和缓的上下、左右或环旋的揉动，并带动操作部位皮肤及皮下组织一起运动，至精油挥发，时间约2min。操作时宜沉肩、垂肘，前臂主动用力做回旋运动，带动腕关节做轻柔灵活的揉动，压力宜适中，动作灵活而有节律，以带动皮下组织为佳。

#### 11.2.2.5 搓法

11.2.2.5.1 适用于四肢部、肋部。

11.2.2.5.2 用双手掌夹住肢体，以掌面着力于操作部位，两臂用力使双掌搓动，状如搓绳，沿肢体纵轴由近到远边搓边移动，用力适中，速度宜快，至精油挥发，时间2min。

#### 11.2.2.6 捏法

11.2.2.6.1 按手指数量分为三指捏法和五指捏法，适用于四肢、颈项部。

11.2.2.6.2 用拇指和其余手指指腹在治疗部位做对称性的、一松一紧有节律性的捏挤，至精油挥发，时间2min。

#### 11.2.2.7 按法

11.2.2.7.1 按着力部位不同可分为指按法和掌按法，不同按法适用于：

——指按法适用于全身各部，主要用于对腧穴和压痛点的刺激；

——掌按法适用于腹部、腰臀部。

11.2.2.7.2 以指或掌面轻重交替有节律地按压治疗部位，按压用力方向应与受力面垂直，压力由轻到重，稳而持续，使刺激充分到达机体组织深部，按至精油挥发，时间 2min。

#### 11.2.2.8 拿法

11.2.2.8.1 适用于颈项部、肩部、四肢及头部。

11.2.2.8.2 用拇指与其余手指相对用力，对治疗部位进行捏提或捏揉，用力宜对称、柔和，动作连贯而有节律性，操作至精油挥发，时间 2min。

#### 11.2.2.9 叩击法

11.2.2.9.1 适用于肩部、腰背部、四肢部。

11.2.2.9.2 叩法和击法结合运用的手法，以拳背、掌根、掌侧小鱼际击打操作部位，用力适中，避免暴力击打，动作连续而有节奏，击打时应有反弹感，时间 1min。轻击为叩，以空拳底部节律性轻轻击打操作部位，双拳交替操作，动作宜轻柔，如击鼓状，时间 1min。

### 11.3 操作后处理

#### 11.3.1 正常反应

局部皮肤可能出现充血泛红，片刻后可恢复正常，属正常反应，一般无需处理。

#### 11.3.2 处理要求

11.3.2.1 若出现头晕、恶心、大汗、面色苍白、心率加快等反应时，应立即停止，口服糖开水，使其平卧于床，严重者可按揉人中、内关、印堂、足三里等穴。

11.3.2.2 若推拿用力过度，会造成皮下出血：少量皮下出血可不予特殊处理；淤血较多者，可服适量活血疗伤药物。

11.3.2.3 推拿后，要将顾客的汗液擦干，防止感冒。

### 11.4 注意事项

#### 11.4.1 手法

11.4.1.1 推拿手法宜均匀和缓，有续持久，以顾客耐受为度。

11.4.1.2 推拿时保持双手的温暖，避免以冰凉的手接触顾客皮肤。

#### 11.4.2 精油

11.4.2.1 推拿时，精油的使用量并非越多越好，应按规定剂量操作，以免顾客因不耐受而产生副作用。

11.4.2.2 推拿时，若精油挥发，可适当增加。

11.4.2.3 推拿时应避免精油接触部分敏感部位，如眼睛、嘴、直肠、阴道等。

11.4.2.4 精油不宜用塑料瓶盛放，应存放于玻璃或不锈钢瓶中，保持瓶口旋紧，并存放于阴凉处，避免高温与阳光直射。

## 12 中医芳香（精油）调理保健服务

### 12.1 分类

中医芳香（精油）调理保健服务包括按摩、刮痧、拔罐、艾灸、足疗、穴位贴敷、美容保健、体重控制保健、眼保健等。

### 12.2 中医芳香（精油）按摩

参考本文件第10章、第11章要求，结合具体情况开展中医芳香（精油）按摩服务，并应符合GB/T 39511规定。

### 12.3 中医芳香（精油）刮痧

参考本文件第10章、第11章要求，结合具体情况开展中医芳香（精油）刮痧服务，并应符合GB/T 21709.22规定。

#### 12.4 中医芳香（精油）拔罐

参考本文件第10章、第11章要求，结合具体情况开展中医芳香（精油）拔罐服务，并应符合GB/T 21709.5规定。

#### 12.5 中医芳香（精油）艾灸

参考本文件第10章、第11章要求，结合具体情况开展中医芳香（精油）艾灸服务，并应符合GB/T 21709.1规定。

#### 12.6 中医芳香（精油）足疗

参考本文件第10章、第11章要求，结合具体情况开展中医芳香（精油）足疗服务，并应符合SB/T 10441规定。

#### 12.7 中医芳香（精油）穴位贴敷

按照本文件第10章、第11章要求，结合具体情况开展中医芳香（精油）穴位贴敷服务，并应符合GB/T 21709.9规定。

#### 12.8 中医芳香（精油）美容保健

参考本文件第10章、第11章要求，结合具体情况开展中医芳香（精油）美容保健服务，并应符合SB/T 10992规定。

#### 12.9 中医芳香（精油）体重控制

参考本文件第10章、第11章要求，结合具体情况开展中医芳香（精油）体重控制服务，并应符合GB/T 34821规定。

#### 12.10 中医芳香（精油）眼保健

按照附录A规定执行。

#### 12.11 其他

中医芳香（精油）调理保健服务应符合相应标准规定。

### 13 评价、投诉处理与改进

#### 13.1 评价

13.1.1 应采取内部评价和外部评价相结合，开展以顾客满意度测评为核心要素的服务质量评价。

13.1.2 满意度测评应符合 GB/T 19038 和 GB/T 19039 要求。

#### 13.2 投诉处理

应提供现场、信函、电话、网络等投诉渠道，明确专门部门负责调查、处理服务对象的投诉处理并及时将结果告知投诉人。

#### 13.3 改进

11.3.1 定期对中医芳香（精油）疗法服务质量进行评估，发现问题及时改进，确保服务质量的持续提升。

11.3.2 应建立持续改进机制，根据服务过程中意见反馈，满意度评价调查、投诉处理意见等，制定改进措施，持续改进优化服务工作。

### 14 档案管理

应建立档案管理制度，为每位顾客建立服务档案，包括但不限于：

- a) 建立格式统一、内容全面、建档规范的档案规则；
- b) 文件存档与检索规则，进行分类登记和编号管理；
- c) 文件保存规则，明确保存方式、期限；
- d) 文件销毁规则，明确销毁方式。

**附录 A**  
**(资料性)**  
**中医芳香(精油)疗法眼保健服务**

**A.1 概述**

中医芳香(精油)疗法眼保健服务是使用中医芳香疗产品涂抹眼部,采用按摩等手法开展的非医疗性保健服务,可以有效地缓解眼部疲劳、促进视功能改善,达到预防保健目的的服务。

**A.2 技术**

**A.2.1 按摩手法**

眼保健穴位按摩手法参照GB/T 12346、GB/T 22163、GB/T 23237、GB/T 30233相关规定。

**A.2.2 用品用具**

中医芳香疗法精油、眼贴、眼罩、眼膜、洗眼液、相关按摩介质以及对眼部具有舒缓、按摩、训练等作用的保健器具,符合相关产品标准规定。

**A.3 注意事项**

眼保健服务注意事项如下:

a) 眼部受伤未愈,眼周或颜面部有炎症,围手术期(如内眼、眼肌、眼眶、眼表等手术)等医嘱不宜进行;

b) 操作前先摘除隐形眼镜、美瞳或假睫毛等,保持眼部清洁;

c) 不应对眼球加压;

d) 按摩介质不进睫毛囊;

e) 可根据年龄、敏感度、个体差异等,适当调整手法手段。