

《中医护理学基础》

第八章 辨证施护



学习目标

识记：

1. 阐述辨证施护的原则与方法。
2. 概述常见病证的证候表现。
3. 阐述常见病证的辨证要点。

理解：

1. 解释同病异护、异病同护的临床涵义。
2. 列举内科常见病证的健康教育内容。

运用：

能结合案例说明在临床护理工作中如何开展辨证施护。

第八章 辨证施护

第一节 辨证施护的原则与方法

第二节 常见病证护理



第一节 辩证施护的原则与方法



第一节 辨证施护的原则与方法

辨证是实施护理措施的前提和依据，施护是辨证的目的，是指导临床各科开展中医病证护理的基本法则。



第一节 辨证施护的原则与方法

一、辨证施护的原则

- 护病求本
- 调整阴阳
- 扶正祛邪
- 同病异护与异病同护
- 三因制宜



第一节 辨证施护的原则与方法

一、辨证施护的原则

➤ 护病求本

1. 正治与正护法
2. 反治与反护法
3. 标本缓急



第一节 辨证施护的原则与方法

一、辨证施护的原则

➤ 调整阴阳

1. 损其偏盛
2. 补其偏衰

➤ 扶正祛邪

1. 扶正
2. 祛邪



第一节 辨证施护的原则与方法

一、辨证施护的原则

➤ 同病异护与异病同护

1. 同病异护
2. 异病同护

➤ 三因制宜

1. 因人制宜
2. 因时制宜
3. 因地制宜



第一节 辨证施护的原则与方法

二、辨证施护的方法

1. 收集辨证资料
2. 分析判断病证
3. 制订护理计划
4. 实施护理措施
5. 客观评价记录
6. 进行健康宣教



第二节 常见病证护理



第二节 常见病证护理

一、感冒

二、哮喘

三、心悸

四、不寐

五、中风

六、头痛

七、眩晕

八、泄泻

九、便秘

十、消渴

十一、痔

十二、乳痈

十三、痛经

十四、产后缺乳

十五、积滞

十六、小儿高热

十七、干眼症

十八、肥胖

第二节 常见病证护理

一、感冒

感冒是指因感受风邪或时行病毒，引起肺卫功能失调，出现鼻塞、流涕、喷嚏、咳嗽、头痛、恶寒、发热及全身不适等为主要临床表现的一种外感病证。

感冒按病情轻重分为：

轻者：伤风或冒风、冒寒。

重者：多因感受非时之邪所致，称为重伤风。

时行感冒：感受时行疫毒，具有较强的传染性。

体虚感冒：正气虚弱，易受外邪，反复发作。

第二节 常见病证护理

一、感冒·病因病机

1. 病因 外邪侵袭和正气失调

外邪侵袭：{ 风、寒、暑、湿、燥、火六淫之邪
时行疫毒之气（风邪为主因）

正气失调：感受外邪 → 正气不足 → 卫外能力减退

2. 病机 表卫失司、肺气失宣

风夹时邪从口鼻或皮毛而入 → 侵犯肺卫 → 卫阳被遏
营卫失和 → 邪正相争 → 肺气失宣而致病
病变脏腑在肺，病理性质多属于表实证。

第二节 常见病证护理

一、感冒·辨证要点

1. 辨风寒与风热

- 风寒感冒：恶寒重，发热轻，无汗，苔白，脉浮紧。
- 风热感冒：发热重，恶寒轻，苔白少津或薄黄，脉浮数。

2. 辨兼夹症

夹湿者见身热不扬，头胀如裹；夹暑者见身热有汗，心烦，小便短赤；夹燥者见身热头痛，咳嗽无痰。

第二节 常见病证护理

一、感冒·辨证要点

3. 辨气虚与阴虚

气虚感冒：在感冒基础上兼有恶寒甚，倦怠无力，气短懒言，身痛无汗，脉浮等气虚症

阴虚感冒：兼见身微热，手足发热，心烦口干，少汗，干咳少痰，舌红，脉细数等症

第二节 常见病证护理

一、感冒·辨证分型

- 风寒束表
- 风热犯表
- 暑湿伤表
- 体虚感冒



第二节 常见病证护理

一、感冒·护理措施

1. 病情观察 { 恶寒、发热及汗出情况
鼻涕和痰液的色、质、量、气味
2. 起居护理
 - (1) 风寒气虚感冒→应注意防寒保暖，室温可稍高
 - (2) 风热阴虚感冒→室内宜凉爽、湿润
 - (3) 暑湿感冒→应适当降低室内温度与湿度
 - (4) 体虚感冒→根据体质状况，适当运动，增强正气
 - (5) 时行感冒→应做好消毒隔离工作，预防传染

第二节 常见病证护理

一、感冒·护理措施

3. 饮食护理

- (1) 风寒者 宜熟食，饮食中多佐用生姜、葱白、芫荽等
- (2) 风热者 → 用薄荷叶、鲜芦根煎汤代茶饮或多食绿豆
- (3) 暑湿者 → 避免过食生冷及甜品，可用鲜藿香、佩兰冲
→ 泡代茶饮，食用绿豆粥、薏苡仁粥
- (4) 气虚者 宜选用温性食物，如黄芪大枣粥、牛奶
- (5) 阴虚者 → 多食豆腐、银耳、海参等凉性之品
→

4. 情志护理

保持心情舒畅，乐观开朗，以增强正气，祛邪外达。

第二节 常见病证护理

一、感冒·护理措施

5. 用药护理

风寒感冒、体虚感冒→中药应热服
外感暑湿、风热感冒→汤药宜温服
解表药多为辛散轻扬之品，宜武火快煎。

6. 适宜技术

恶寒发热无汗者：背部捏脊，取督脉和膀胱经腧穴。

汗出不畅者：艾灸大椎、曲池穴以透汗。

高热者：可针刺十宣放血以退热。

外感暑湿发热、恶寒见头身疼痛者：可采用刮痧法。

第二节 常见病证护理

一、感冒·健康教育

疾病指导

讲解疾病相关知识，冬春季节尤当注意防寒保暖。

生活指导

感冒时应多饮水，饮食宜清淡，忌油腻、辛辣、煎炸之物。

功能锻炼

加强锻炼，增强体质，以御外邪。劳逸结合，避免过度疲劳。

第二节 常见病证护理

二、哮 证

哮证是由于宿痰伏肺，遇诱因或感邪引触，导致痰阻气道、气道挛急，肺失肃降，肺气上逆，以发作性痰鸣气喘，发时喉中哮鸣有声，呼吸急促困难，甚则喘息不能平卧为主要临床表现的病证。

{ “哮” 指声响言，是指喉中有哮鸣声。
“喘” 指气息言，为呼吸气促困难。



第二节 常见病证护理

二、哮喘 · 病因病机

1. 病因 外感侵袭、饮食不当、情志失调、体虚病后
2. 病机 痰阻气道，肺失宣肺，气道挛急

肺布散津液↓、脾转输精微↓、肾蒸化水液↓ → 津液凝聚成痰，伏藏于肺 → 哮喘发生的“夙根”

发作期的病变脏腑主要在于肺系。

缓解期表现为肺、脾、肾的气虚及阳虚，或肺、肾的阴虚，严重者发生“哮喘”危候。

第二节 常见病证护理

二、哮喘证·辨证要点

1. 辨已发与未发

{ 发作期
缓解期

2. 辨证候虚实



第二节 常见病证护理

二、哮喘 · 辨证要点

3. 辨痰性质

寒哮：哮鸣如水鸡声，咳痰清稀，或色白如泡沫。

热哮：痰鸣如吼，咳痰黄稠胶黏，咳吐不利，渴。

痰哮：喘咳胸满，痰涎涌盛，咳痰黏腻难出。

风哮：喉中哮鸣，止时如常人，或伴恶风、汗出，或咽干口渴、面色潮红。

第二节 常见病证护理

二、哮喘 · 辨证分型

发作期：

1. 寒哮
2. 热哮

缓解期：

1. 肺虚
2. 脾虚
3. 肾虚



第二节 常见病证护理

二、哮喘 · 护理措施

1. 病情观察

发作的持续时间、生命体征、神志、面色
有无恶寒、发热、汗出；痰液色、质、量
呼吸频率、节律、强弱及**呼吸道是否通畅**

2. 起居护理

- (1) 冷哮病室宜阳光充足，热哮病室宜凉爽通风，应注意防寒保暖，室温可稍高，避免致敏物质及烟尘异味刺激。
- (2) 肺阴亏虚者易感外邪，应注意防寒保暖。
- (3) 肾气亏虚者宜起居有常，节制房事，避免劳欲过度。

第二节 常见病证护理

二、哮喘 · 护理措施

3. 饮食护理

- (1) 寒哮者 → 宜温不宜凉，可用豆豉、葱白、生姜等
- (2) 热哮者 → 宜凉，但不可过食生冷，可服用荸荠、枇杷
- (3) 肺气亏虚者 → 可适当食用黄芪、灵芝、莲子、百合等
- (4) 脾气亏虚者 → 宜食山药、红枣、薏苡仁等
- (5) 肾气亏虚者 → 可食用核桃、黑木耳、桑葚等

4. 情志护理

- { 发作期：稳定患者及家属情绪，避免七情过极加重症状。
- { 恢复期：调养性情，避免急躁易怒，培养乐观情绪。

第二节 常见病证护理

二、哮喘 · 护理措施

5. 用药护理

- 寒哮、肺虚、脾虚、肾虚患者 → 汤药宜温服
- 热哮患者 → 汤药宜凉服
- 发作先兆时，可选择气雾剂立即给药，制止发作

6. 适宜技术

发作期：热哮：拔火罐；针刺；刮痧疗法

寒哮：针刺舒喘穴；艾灸天突、膻中、气海

缓解期：可艾灸肺俞、肾俞；拔罐大椎、双侧肺俞、双侧膈俞，或根据“冬病夏治法”进行穴位敷贴

第二节 常见病证护理

二、哮喘 · 健康教育

疾病指导

讲解疾病相关知识，指导患者学会快速缓解支气管痉挛的自救方法。

生活指导

饮食宜清淡而富有营养，忌肥甘厚味、生冷、辛辣、海腥发物。

功能锻炼

鼓励患者根据个人状况，选择运动锻炼，增强体质，扶助正气，预防感冒。

第二节 常见病证护理

三、心悸

心悸是指气血阴阳亏虚，或痰饮瘀血阻滞，致心失所养，心脉不畅，心神不宁，以患者自觉心中悸动，惊惕不安，甚则不能自主为主要临床表现的病证。

心悸包括**惊悸**和**怔忡**。

惊悸：因惊恐而诱发的自觉心跳不安的病证。

怔忡：不因惊恐而发的自觉心中悸动，惊惕不安，甚至不能自主的一种病证。

一般多呈阵发性，每因情绪激动或过度劳累而诱发

第二节 常见病证护理

三、心悸·病因病机

1. 病因 { 体质虚弱、饮食劳倦、情志失调、
感受外邪、药物中毒
2. 病机 心失所养，扰乱心神
病变脏腑主要在心，与脾、肾、肺、肝
四脏功能失调相关。



第二节 常见病证护理

三、心悸·辨证要点

1. 辨虚实 心悸多虚实相兼，虚指脏腑气血阴阳的亏虚，实指痰饮、瘀血、火邪上扰。

2. 辨脉象变化

数脉主热，迟脉主寒；脉有力为实，无力为虚。

阳盛则促，阴盛则结。脉数滑有力为痰火，涩脉多提示有瘀血，迟而无力为虚寒。

第二节 常见病证护理

三、心悸 · 辨证要点

3. 辨心悸的轻重

因惊恐而发，时发时止，伴有痰热内扰者较轻。

心悸频发，脏气虚损，痰瘀阻滞心脉者较重。

惊悸较轻，怔忡较重，发作急骤，伴有亡阳者多危重。



第二节 常见病证护理

三、心悸·辨证分型

- 心虚胆怯
- 水饮凌心
- 心脾两虚
- 心血瘀阻
- 阴虚火旺
- 痰火扰心
- 心阳不振



第二节 常见病证护理

三、心悸 · 护理措施

1. 病情观察

观察心悸发作的规律及持续时间、诱因。

观察心率、心律、血压等变化。

心率持续在120次/分以上或40次/分以下或频发期前收缩，立即通知医师处理。

2. 起居护理

(1) 保持室内整洁，温湿度适宜，阳虚怕冷者，室温应稍高。

(2) 保持病室安静，避免噪声。

(3) 心血瘀阻者，特别注意心前区的保暖，保持大便通畅。

(4) 肝肾阴虚者，应生活有节，慎房事。

第二节 常见病证护理

三、心悸 · 护理措施

3. 饮食护理

- (1) 虚证者→饮食宜高蛋白、高热量和高维生素食品
- (2) 实证者→饮食宜清淡、易消化，少食多餐
- (3) 心脾两虚者→可选用补益之品，如桂圆、红枣、山药
- (4) 阴虚火旺者→多选用滋阴清火、凉润多汁之品
- (5) 水气凌心者→尿少浮肿者给予清淡低盐饮食

4. 情志护理

避免不良情志刺激和思虑过度诱发心悸。

心虚胆怯者，故应特别注意避免情志内伤。

第二节 常见病证护理

三、心悸 · 护理措施

5. 用药护理

- (1) 补益药宜早晚温服，利尿药宜空腹或饭前服用，安神药宜睡前服用。
- (2) 阴虚火旺者，中药汤剂宜浓煎，少量多次分服，宜睡前凉服。
- (3) 水气凌心者，中药汤剂多为健脾温阳利水之剂，故应温服。

6. 适宜技术

针刺或指压内关、神门、足三里
耳穴埋豆，选用心、肾、副交感等

第二节 常见病证护理

三、心悸·健康教育

疾病指导

讲解疾病相关知识，积极治疗引起心悸的原发疾病。

生活指导

调摄精神，避免七情刺激，减少烦恼，保持心气平和、心情愉悦。

功能锻炼

可适当从事体力活动，以不觉劳累、不加重症状为度。

第二节 常见病证护理

四、不寐

以经常不能获得正常睡眠为特征的病证，表现为睡眠时间和深度不足，且不能消除疲劳、恢复精力，又称为失眠。以中老年人多见。

轻者——入睡困难，或寐而不酣，时寐时醒，
或醒后不能再寐；

重者——彻夜不寐。



第二节 常见病证护理

四、不寐·病因病机



心神不安，神不守舍



第二节 常见病证护理

四、不寐·病因病机

病位：心，与肝、脾、肾密切相关。

病机：阴阳失交（阴虚不能纳阳，或阳盛不得入于阴），致心神不安或心神失养。

病性：多属虚证或虚实兼夹。



第二节 常见病证护理

四、不寐·辨证施护

- (一) 辨证要点
- (二) 辨证分型
- (三) 护理措施
- (四) 健康教育



第二节 常见病证护理

四、不寐·辨证要点

(一) 辨证要点

辨虚实

辨病位

第二节 常见病证护理

四、不寐·辨证分型

肝火扰心

痰热扰心

心脾两虚

心肾不交

心胆气虚

第二节 常见病证护理

四、不寐·护理措施

1. 病情观察

- (1) 睡眠的状况：睡眠的习惯、时间和形态
- (2) 伴随症状
- (3) 识别诱发因素

2. 起居护理

良好的睡眠环境
作息规律



第二节 常见病证护理

四、不寐·护理措施

3. 饮食护理

- (1) 忌烟酒，睡前避免饮用咖啡、浓茶。
- (2) 辨证施食。

4. 情志护理

- (1) 自我调摄，放松心情。
- (2) 避免过度兴奋、焦虑、惊恐等不良情绪。



第二节 常见病证护理

四、不寐·护理措施

5. 用药护理

- (1) 安神药于睡前服用。
- (2) 服药后观察睡眠状况。
- (3) 定时定量服药，避免长期依赖安眠药物。

6. 适宜技术

耳穴埋豆、睡前沐足、穴位按摩。



第二节 常见病证护理

四、不寐·健康教育

1. 建立规律的作息制度，适当锻炼，促进睡眠。
2. 积极进行情志调整，克服不良情绪。
3. 营造良好、安静的睡眠环境，消除影响睡眠的不利因素。



第二节 常见病证护理

五、中 风

中风又名卒中，是由于气血逆乱，导致脑脉痹阻或血溢于脑，以突然昏仆、不省人事、半身不遂、口眼喎斜、言语不利等为主要临床表现的病证。

中风具有起病急、变化快的特点，分为中经络、中脏腑两类。

多见于中老年人，四季皆可发病，但以冬春两季最为多见。

第二节 常见病证护理

五、中风·病因病机

1. 病因 内伤积损的基础上劳逸失度、情志不遂、饮酒饱食、外邪侵袭
2. 病机 阴阳失调，气血逆乱，上犯于脑。
病性为本虚标实，上盛下虚。



第二节 常见病证护理

五、中风·辨证要点

1. 辨中经络与中脏腑

{ 中经络病情较轻，一般无神志昏蒙症状
中脏腑常有神志昏蒙表现，病情重

2. 辨闭证与脱证

{ 闭证乃邪闭于内，属实证
脱证乃阳气外脱



第二节 常见病证护理

五、中风·辨证要点

3. 辨阳闭与阴闭

阳闭：面赤身热，气粗口臭，舌苔黄腻，脉象弦滑数

阴闭：面白唇黯，痰涎壅盛，舌苔白腻，脉象沉滑缓

4. 辨分期 按病程分为急性期、恢复期、后遗症期。

5. 辨病势顺逆

神昏，瞳孔变化，呕吐、头痛项强，病情加重

神志逐渐转清，半身不遂未再加重或有恢复，病情转轻

目不能视，瞳孔大小不等，呃逆频频，突然昏愆、四肢抽搐不已，四肢发凉乃至手足厥逆，病势逆转，难以挽救

第二节 常见病证护理

五、中风·辨证分型

- 中经络
- 中脏腑
- 恢复期



第二节 常见病证护理

五、中风·护理措施

1. 病情观察

严密观察患者的意识状态及生命体征的变化，瞳孔、面色、呼吸、汗出，防止脑疝及中风脱证的发生。

2. 起居护理

- (1) 急性期绝对卧床休息，避免移动头部和不必要的操作。
- (2) 脱证者，头部平放，下肢稍抬高 $15^{\circ} \sim 20^{\circ}$ ，有利于脑部静脉回流。
- (3) 若呕吐、痰液较多，应将头偏向一边。

第二节 常见病证护理

五、中风·护理措施

3. 饮食护理

- (1) 饮食以清淡、低盐、易消化为原则。
- (2) 意识障碍、吞咽困难者，可采用鼻饲。
- (3) 肝阳上亢者 → 宜食清淡甘寒，如绿豆、梨等
- (4) 痰热腑实者 → 宜食清热化痰润燥，如萝卜、芹菜等
- (5) 风痰阻络者 → 宜食祛风化痰通络，如黑豆、藕等
- (6) 气虚血瘀者 → 宜食益气健脾通络，如山药薏苡仁粥

4. 情志护理

进行疏导、解释、安慰，避免患者情绪激动。

第二节 常见病证护理

五、中风·护理措施

5. 用药护理

中药汤剂宜少量频服。

神志不清者，丸、片、丹剂型的药物应碾碎后鼻饲。

服用通腑泻热药后应观察大便排泄情况。

降压药、脱水药用后应密切观察血压、尿量的变化。

6. 适宜技术

骤然中风昏迷时针刺人中、十宣、合谷、涌泉等。

口噤不开者，可用乌梅、胆南星研磨擦舌。

失语者针刺廉泉、哑门、绝骨、承浆、大椎。

半身不遂者可按摩、针灸肩髃、曲池、合谷、足三里等。

第二节 常见病证护理

五、中风·护理措施

7. 康复护理

- 急性期过后应尽早康复训练。
- 中风言语謇涩或失语者，指导语言训练。

8. 预防并发症

- 加强皮肤护理，防止压疮发生。
- 鼓励患者咳痰，加强口腔护理，防止肺部感染。
- 昏迷患者予鼻饲，预防误吸。
- 加强会阴护理，防止尿路感染发生。

第二节 常见病证护理

五、中风·健康教育

疾病指导

积极治疗高血压、糖尿病、高脂血症等易诱发中风的基础性疾病。

生活指导

养成良好的生活习惯，调情志，节饮食，慎起居，避风寒。

功能锻炼

生活要有规律，注意劳逸结合。加强锻炼，增强体质。

第二节 常见病证护理

六、头 痛

头痛是以头部经脉绌急或失养，致清窍不利，出现以头部疼痛为主要临床表现的病证。是临床上常见的自觉症状，可单独出现，也可发生在多种急慢性疾病中。

根据病因，头痛可分为外感头痛和内伤头痛。



第二节 常见病证护理

六、头痛·病因病机

1. 病因 外感头痛和内伤头痛

- 外感头痛：外感六淫所致之头痛，以风邪为主。
- 内伤头痛：主要和肝、脾、肾病变及瘀血有关。

2. 病机 外感和内伤

- 外感者：邪壅经脉，气血不畅，经脉绌急。
- 内伤者：与肝、脾、肾关系密切。
- 跌仆外伤者：久病入络，瘀血内阻而致病。

第二节 常见病证护理

六、头痛·辨证要点

1. 辨外感内伤

外感头痛：发病急，病势剧，病程短。

内伤头痛：起病慢，痛势缓，病程长。

2. 辨疼痛性质

阳亢→掣痛、跳痛；痰湿→重痛；寒厥→冷刺痛；

瘀血→刺痛固定；精血亏虚→隐痛绵绵或空痛；

气血不足→痛而昏晕。

第二节 常见病证护理

六、头痛·辨证要点

3. 辨疼痛部位

肝肾阴虚→全头作痛；阳亢→枕部，多连颈肌；

寒厥→痛在巅顶；肝火→痛在两颞。

前部为阳明经，后部为太阳经，两侧为少阳经，巅顶为厥阴经。

4. 辨诱发因素 内伤；寒湿；肝火；瘀血；阳亢。

第二节 常见病证护理

六、头痛·辨证分型

外感头痛

1. 风热证
2. 风寒证
3. 风湿证

内伤头痛

1. 肝阳证
2. 肾虚证
3. 气血虚
5. 瘀血证



第二节 常见病证护理

六、头痛 · 护理措施

1. 病情观察

观察头痛的性质、发作时间、疼痛部位及发作规律、诱发因素、伴随症状。

2. 起居护理

- (1) 风寒头痛者，病室应温暖，恶风严重可用屏风遮挡。
- (2) 风热头痛者，室温不宜过高，光线应柔和。
- (3) 风湿头痛者，病室应温暖、干燥。
- (4) 头痛重者需卧床休息，待疼痛缓解后方可下床活动。

第二节 常见病证护理

六、头痛 · 护理措施

3. 饮食护理

- (1) 外感头痛 → 膳食应清淡，慎用补虚之品
- (2) 风寒头痛 → 宜食疏风散邪的食物，如姜、芹菜等
- (3) 风热头痛 → 宜食清热泻火的食物，如绿豆、苦瓜等
- (4) 风湿头痛 → 忌生冷、油腻、甘甜之类等
- (5) 气血亏虚 → 饮食应注意营养，多食血肉有情滋补之品
- (6) 肝肾阴虚 → 宜食补肾填精食物，如核桃、芝麻等

4. 情志护理

第二节 常见病证护理

六、头痛 · 护理措施

5. 用药护理

- 外感头痛：汤药不宜久煎，以温热服为宜。
- 内伤头痛：汤剂宜久煎，以利于有效成分的析出，宜空腹服药。

6. 适宜技术

- 针刺太阳、风池、合谷、大椎等穴位。
- 风寒头痛者，用白附子、肉桂、川芎、细辛等研细末调糊状，外敷太阳穴。
- 瘀血头痛，痛有定处者，可施药熨法或穴位封闭疗法。

第二节 常见病证护理

六、头痛 · 健康教育

疾病指导

向患者讲解疾病相关知识，积极治疗引起头痛的原发疾病。

生活指导

注意保持心情舒畅，使气血流通，防止因情而诱发疾病。

功能锻炼

起居有常，劳逸结合，睡眠充足。加强锻炼，增强体质，增强抗病能力。

第二节 常见病证护理

七、眩 晕

眩晕是由风阳上扰、痰瘀内阻等导致脑窍失养，脑髓不充，以头晕目眩、视物运转为主要临床表现的病证。

{ 眩指目眩，即视物昏花，模糊不清，或眼前发黑；
晕为头晕，即感觉自身或周围景物旋转不定。



第二节 常见病证护理

七、眩晕·病因病机

1. 病因 { 肝肾阴虚、风阳上扰、气血亏虚
痰浊中阻、瘀血阻窍

2. 病机

{ 脑髓空虚，清窍失养。
痰火上逆，风邪外犯，扰动清窍。
瘀血痹阻脑络，以虚者居多。
病变脏腑在清窍，与肝、脾、肾三脏关系密切。

第二节 常见病证护理

七、眩晕·辨证要点

1. 辨脏腑

肝阴不足，肝阳上亢，眩晕兼见头胀痛、面红等症状；
脾虚，眩晕兼有纳呆、乏力、面色无华等；
脾失健运，眩晕兼有纳呆、呕恶、耳鸣等；
肾精不足，眩晕多兼有腰酸腿软，耳鸣如蝉等。

2. 辨虚实

新病多实，久病多虚；体壮多实，体弱多虚。

第二节 常见病证护理

七、眩晕·辨证要点

3. 辨标本

眩晕以肝肾阴虚、气血不足为本。

眩晕以风、火、痰、瘀为标。

阴虚：咽干口渴，五心烦热，潮热盗汗，舌红少苔，脉弦细数。

气血不足：神疲倦怠，面色不华，爪甲不荣，纳差食少，舌淡嫩，脉细弱。

第二节 常见病证护理

七、眩晕·辨证分型

- 肝阳上亢
- 痰浊中阻
- 气血不足
- 肾精不足
- 瘀血阻窍



第二节 常见病证护理

七、眩晕 · 护理措施

1. 病情观察

观察眩晕发作的时间、程度、规律、诱发因素和伴随症状。检测血压、脉象变化。

2. 起居护理

- (1) 肝阳上亢，肾精不足者居处宜凉爽；
- (2) 气虚血亏、瘀血阻窍者居处室温偏高。
- (3) 痰浊中阻居处宜干燥、温暖。保证充足睡眠。
- (4) 外出不宜乘坐高速车、船，避免登高或高空作业。

第二节 常见病证护理

七、眩晕 · 护理措施

3. 饮食护理

- (1) 肝阳风动者 → 宜食清淡，如山楂、海带、香菇等
- (2) 痰浊中阻者 → 宜多食薏苡仁、红小豆等清热利湿之物
- (3) 气血亏虚者 → 宜食富含营养、易于消化的食物
- (4) 肾精不足者 → 宜食补益类食物，如黑芝麻、胡桃肉

4. 情志护理

- 肝阳上亢者，情绪易激动，应指导患者移情怡性，减轻患者的精神压力。
- 肾虚者，避免不必要的惊恐。

第二节 常见病证护理

七、眩晕 · 护理措施

5. 用药护理

- 肝阳上亢者汤药宜凉服；气血亏虚者宜温服。
- 补益药宜早晚温服，眩晕发作时暂停服用中药汤剂。
- 呕吐严重者，可将药液浓缩，少量多次频服。

6. 适宜技术

- 按揉风池、风府、太阳、百会等穴。
- 耳穴贴压，取内耳、额、枕、肝、脾点等耳穴。
- 血亏虚者可针刺足三里、血海、百会、三阴交等穴。
- 痰浊中阻者可针刺中脘、丰隆、内关、风池穴。
- 肝阳上亢者可针刺风池、太冲、合谷、曲池等穴位。

第二节 常见病证护理

七、眩晕·健康教育

疾病指导

向患者讲解疾病相关知识，重视原发病的治疗，严格遵医嘱服药。

生活指导

饮食宜清淡，忌暴饮暴食或肥甘厚腻之品，戒烟酒。

功能锻炼

注意劳逸结合，适当锻炼，增强体质。不宜从事高空作业的工作。

第二节 常见病证护理

八、泄泻

由脾胃运化功能失职，湿邪内盛所致，以排便次数增多，粪便稀溏，甚至泻出如水样为主要临床表现的病证。以夏秋两季多见。

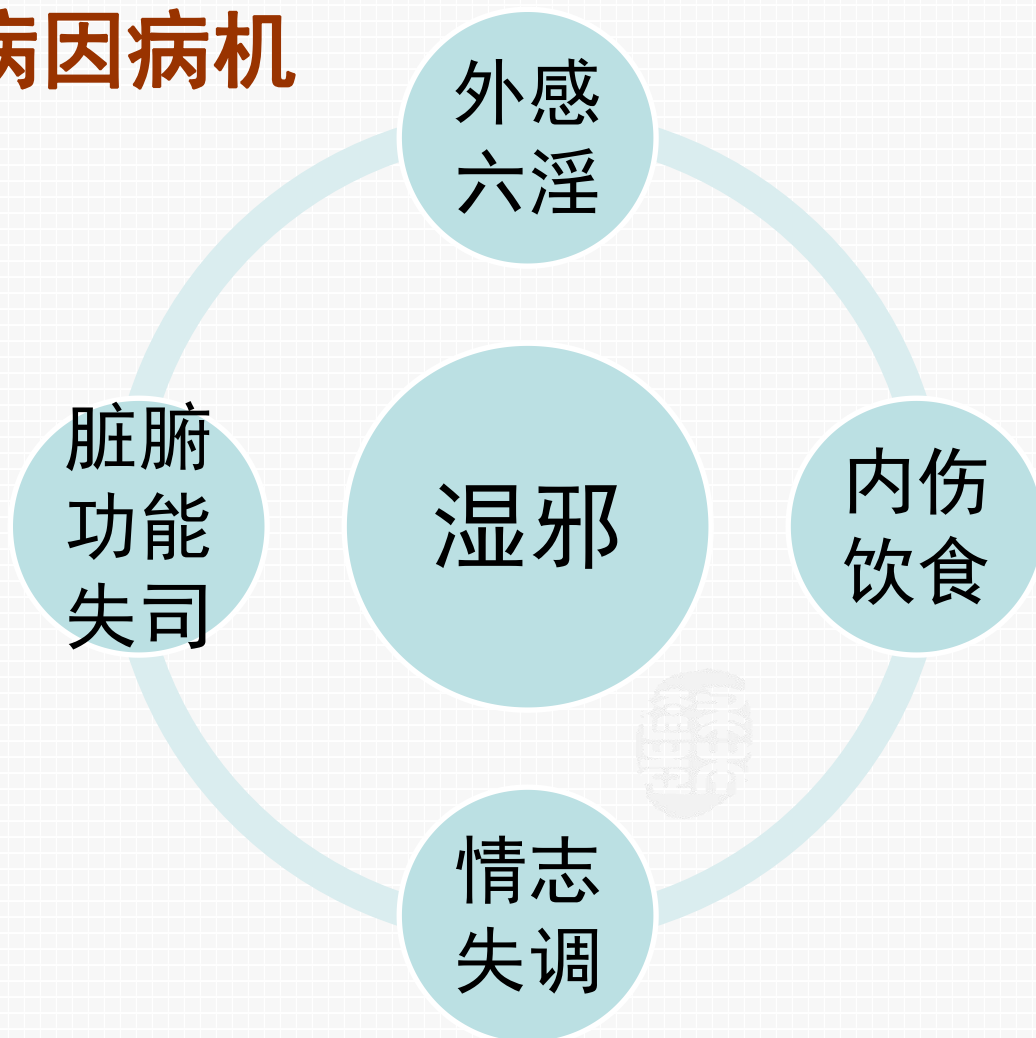
泄者，大便溏薄而势缓者；

泻者，大便清稀如水而势急者。



第二节 常见病证护理

八、泄泻·病因病机



第二节 常见病证护理

八、泄泻·病因病机

病位：肠，与脾、胃密切相关

病理因素：以湿邪为主

病机：脾虚湿盛

病性：急性暴泻——实证

慢性久泻——虚证或虚实夹杂证

第二节 常见病证护理

八、泄泻·辨证施护

- (一) 辨证要点
- (二) 辨证分型
- (三) 护理措施
- (四) 健康教育



第二节 常见病证护理

八、泄泻·辨证要点

(一) 辨证要点

辨虚实

辨寒热

辨证候特征

第二节 常见病证护理

八、泄泻·辨证分型

寒湿困脾

肠道湿热

食滞胃肠

肝气乘脾

脾胃虚弱

肾阳亏虚

第二节 常见病证护理

八、泄泻·护理措施

1. 病情观察

- (1) 泄泻的次数，粪便的色、质、量、气味。
- (2) 有无伤阴或阳气外脱的变证。
- (3) 识别诱发因素。

2. 起居护理 严格执行消化道隔离制度

肛周皮肤护理

第二节 常见病证护理

八、泄泻·护理措施

3. 饮食护理

(1) 宜清淡、易消化，多食粥、汤等炖煮食物。

(2) 辨证施食。

4. 情志护理

保持心情舒畅、情绪稳定、气机调畅。

第二节 常见病证护理

八、泄泻·护理措施

5. 用药护理

- (1) 定时定量，饭后温热服用。
- (2) 服药后观察泄泻状况。

6. 适宜技术

耳穴埋豆、艾灸、穴位按摩、中药敷脐

第二节 常见病证护理

八、泄泻·健康教育

1. 慎防风、寒、湿等邪气的侵袭，调畅情志。
2. 注意饮食有节、卫生，勤洗手，不暴饮暴食。
3. 慢性泄泻适当运动，加强锻炼，增强体质。



第二节 常见病证护理

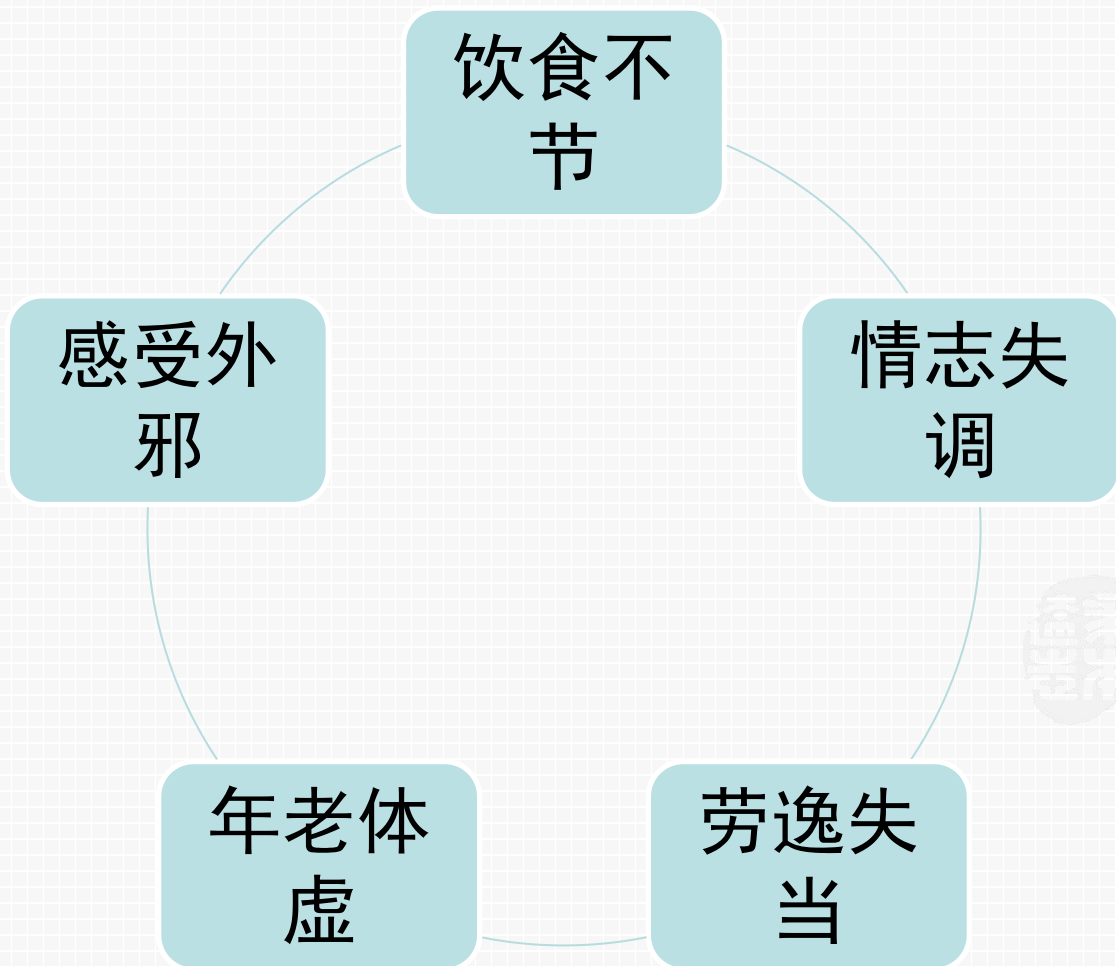
九、便秘

由于大肠传导失司，致粪便秘结不通，在肠内滞留过久，排便周期延长，或周期虽不长，但粪质干结，排出艰难，或粪质不硬，虽有便意，但便而不畅的病证。



第二节 常见病证护理

九、便秘 · 病因病机



第二节 常见病证护理

九、便秘 · 病因病机

病位：大肠，与肺、脾、胃、肝、肾密切相关

病机：大肠传导失司

预后：单纯性便秘，其预后较佳

长期便秘者易发生痔疮和肛裂



第二节 常见病证护理

九、便秘 · 辨证施护

- (一) 辨证要点
- (二) 辨证分型
- (三) 护理措施
- (四) 健康教育



第二节 常见病证护理

九、便秘 · 辨证施护

(一) 辨证要点

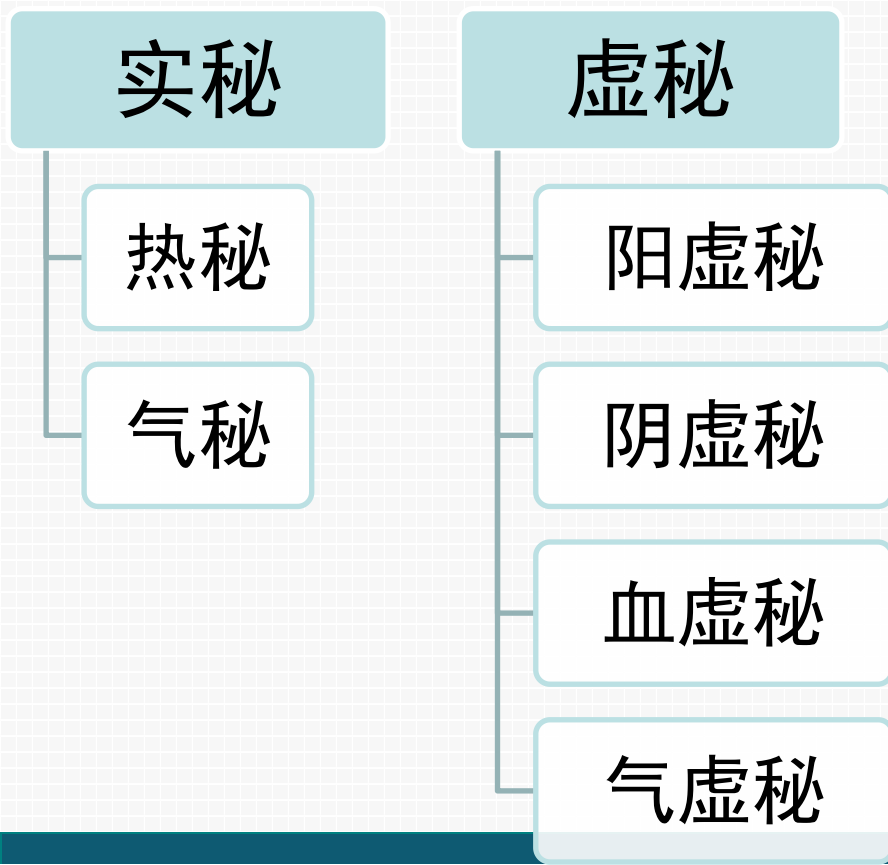
辨虚实

辨寒热

第二节 常见病证护理

九、便秘 · 辨证施护

(二) 辨证分型



第二节 常见病证护理

九、便秘 · 辨证施护

(三) 护理措施

1. 病情观察

- (1) 排便的周期、次数
- (2) 粪便的色、质、量、气味
- (3) 变证：胸痹、肛裂和脱肛

2. 起居护理 养成良好的排便习惯

避免久坐不动，鼓励运动

肛周皮肤护理



第二节 常见病证护理

九、便秘·辨证施护

(三) 护理措施

3. 饮食护理

(1) 宜食具有润肠通便作用的食物，多饮水

(2) 忌辛辣刺激、煎炸之品，忌烟酒

(2) 辨证施食

4. 情志护理

避免过度紧张、忧思，保持心情舒畅



第二节 常见病证护理

九、便秘·辨证施护

(三) 护理措施

5. 用药护理

(1) 不可滥用通便导泻的药物

(2) 服药后观察泄泻状况

6. 适宜技术

耳穴埋豆、热熨、穴位按摩、中药敷脐



第二节 常见病证护理

九、便秘·辨证施护

(四) 健康教育

1. 了解患者饮食习惯，强调饮食调理的重要性。
2. 养成定时排便的习惯，勿过度依赖泻下药物。
3. 适量体育锻炼，避免久坐少动，多做腹部按摩，以促进排便。

第二节 常见病证护理

十、消渴

由于先天禀赋不足，复因饮食不节、情志失调等导致机体阴虚燥热，出现以多饮、多食、多尿、形体消瘦为主要临床表现的病证。

根据“三多”症状的主次，有上、中、下三消之分。随着病情发展，可出现多种并发症，严重危及人体健康。

第二节 常见病证护理

十、消渴 · 病因病机



阴虚 (本)
燥热 (标)



第二节 常见病证护理

十、消渴·病因病机

病位：肺、胃、肾，尤以肾为关键

病机：阴津亏损（本），燥热偏盛（标）



第二节 常见病证护理

十、消渴·辨证施护

- (一) 辨证要点
- (二) 辨证分型
- (三) 护理措施
- (四) 健康教育



第二节 常见病证护理

十、消渴·辨证施护

(一) 辨证要点

辨病位

辨标本

辨本证与并发症

第二节 常见病证护理

十、消渴·辨证施护

(二) 辨证分型

上消

(肺热津伤)

中消

(胃热炽盛)

下消

(肾阴亏虚、阴阳两虚)

第二节 常见病证护理

十、消渴·辨证施护

(三) 护理措施

1. 病情观察

- (1) “三多一少” 症状
- (2) 血糖监测
- (3) 有无危象：低血糖、酮症酸中毒
- (4) 有无并发症早期征象

第二节 常见病证护理

十、消渴·辨证施护

(三) 护理措施

2. 起居护理

- (1) 注意四肢保暖，谨防外邪
- (2) 保持口腔、足部、外阴等的清洁卫生
- (3) 避免过劳和懒动
- (4) 下消者要节制房事



第二节 常见病证护理

十、消渴·辨证施护

(三) 护理措施

3. 饮食护理

(1) 控制饮食，定时定量进食，提倡粗粮

(2) 忌食油腻、甜食、辛辣，禁烟酒

(3) 辨证施食

4. 情志护理

鼓励患者增强信心，积极配合治疗



第二节 常见病证护理

十、消渴·辨证施护

(三) 护理措施

5. 用药护理

(1) 中药餐后半小时温服

(2) 便秘者可服用润肠通便药物

6. 适宜技术

(1) 不宜针刺，慎用灸法

(2) 可用穴位按摩、中药熏洗



第二节 常见病证护理

十、消渴·辨证施护

(四) 健康教育

1. 消渴是终身疾病，患者应提高自我管理的能力，有效控制血糖，防止或延缓并发症的发生。
2. 注意个人卫生，保持全身和局部清洁，避免破溃和感染。
3. 学会识别和应对低血糖症状，防止发生意外。

第二节 常见病证护理

十一、痔疮

直肠末端黏膜下和肛管皮肤下的直肠静脉丛发生扩大、曲张而形成的柔软的静脉团，并由此产生出血、栓塞或团块脱出。

根据发病部位的不同，有内痔、外痔和混合痔之分。



第二节 常见病证护理

十一、痔疮·病因病机

内痔

- 便血
- 痔核脱出
- 肛门不适感

外痔

- 疼痛
- 肛门坠胀

第二节 常见病证护理

十一、痔疮·病因病机



第二节 常见病证护理

十一、痔疮·病因病机

病机：湿热下注，血行不畅，经络
阻滞，瘀血浊气下注肛门而成



第二节 常见病证护理

十一、痔疮·辨证施护

- (一) 辨证要点
- (二) 辨证分型
- (三) 护理措施
- (四) 健康教育



第二节 常见病证护理

十一、痔疮·辨证施护

(一) 辨证要点

辨虚实

辨内外痔

第二节 常见病证护理

十一、痔疮·辨证施护

(二) 辨证分型



第二节 常见病证护理

十一、痔疮·辨证施护

(三) 护理措施

1. 病情观察

- (1) 观察痔核大小及脱出情况
- (2) 伴随症状（出血、疼痛、面色、大便情况）
- (3) 变证：大肠癌

2. 起居护理 养成良好的排便习惯

急性发作或手术后体位

肛周皮肤护理

第二节 常见病证护理

十一、痔疮·辨证施护

(三) 护理措施

3. 饮食护理

(1) 宜清淡有规律，多饮水

(2) 忌辛辣刺激、煎炸之品，忌饮酒

(2) 辨证施食

4. 情志护理

消除患者的紧张、恐惧心理



第二节 常见病证护理

十一、痔疮·辨证施护

(三) 护理措施

5. 用药护理

(1) 中药汤剂温服

(2) 中药外用药：栓剂

6. 适宜技术

中药熏洗法、灸法、中药外敷、中药保留灌肠

第二节 常见病证护理

十一、痔疮·辨证施护

(四) 健康教育

1. 了解患者饮食习惯，强调饮食调理的重要性。
2. 注意饮食有节、劳逸结合，避免负重远行、久坐久立等不良生活习惯。
3. 指导患者进行提肛运动，以改善肛门局部血液循环，锻炼肛门括约肌，减少痔疮复发。

第二节 常见病证护理

十二、乳痈

由热毒侵入乳房所引起的一种急性化脓性疾病，又名“吹乳”。见于哺乳期妇女，尤以初产妇多见，好发于产后3~4周。

哺乳期——“外吹乳痈”

妊娠期——“内吹乳痈”

非哺乳期和非怀孕期——“不乳儿乳痈”

第二节 常见病证护理

十二、乳痈·病因病机



乳络郁滞不畅，
化热成痈



第二节 常见病证护理

十二、乳痈·辨证施护

- (一) 辨证要点
- (二) 辨证分型
- (三) 护理措施
- (四) 健康教育



第二节 常见病证护理

十二、乳痈·辨证施护

(一) 辨证要点

辨虚实：根据患乳局部病灶状况、全身伴随症状、疮面收敛情况，以及患者体质。



第二节 常见病证护理

十二、乳痈·辨证施护

(二) 辨证分型

气滞热壅
(郁乳期)

热毒炽盛
(酿脓期)

正虚邪恋
(溃疡期)



第二节 常见病证护理

十二、乳痈·辨证施护

(三) 护理措施

1. 病情观察

(1) 观察患乳局部情况及乳汁分泌

(2) 全身伴随症状

(3) 变证：袋脓、“传囊”之变

2. 起居护理 注意休息，避免过度劳累

患侧乳房局部清洁，及时排空

第二节 常见病证护理

十二、乳痈·辨证施护

(三) 护理措施

3. 饮食护理

- (1) 宜清淡、易消化，多饮水
- (2) 忌食肥甘、辛辣刺激性食物和海腥发物
- (2) 辨证施食

4. 情志护理



第二节 常见病证护理

十二、乳痈·辨证施护

(三) 护理措施

5. 用药护理

(1) 无法继续哺乳者，给予中药回乳或芒硝外敷

(2) “三期”外用药

6. 适宜技术

乳房按摩和热敷、中药外敷



第二节 常见病证护理

十二、乳痈·辨证施护

(四) 健康教育

1. 保持乳头清洁。
2. 指导产妇合理哺乳，养成良好哺乳的习惯，保持乳汁排出通畅，防止乳汁淤积。
3. 饮食宜清淡有营养，保持情志舒畅。

第二节 常见病证护理

十三、痛经

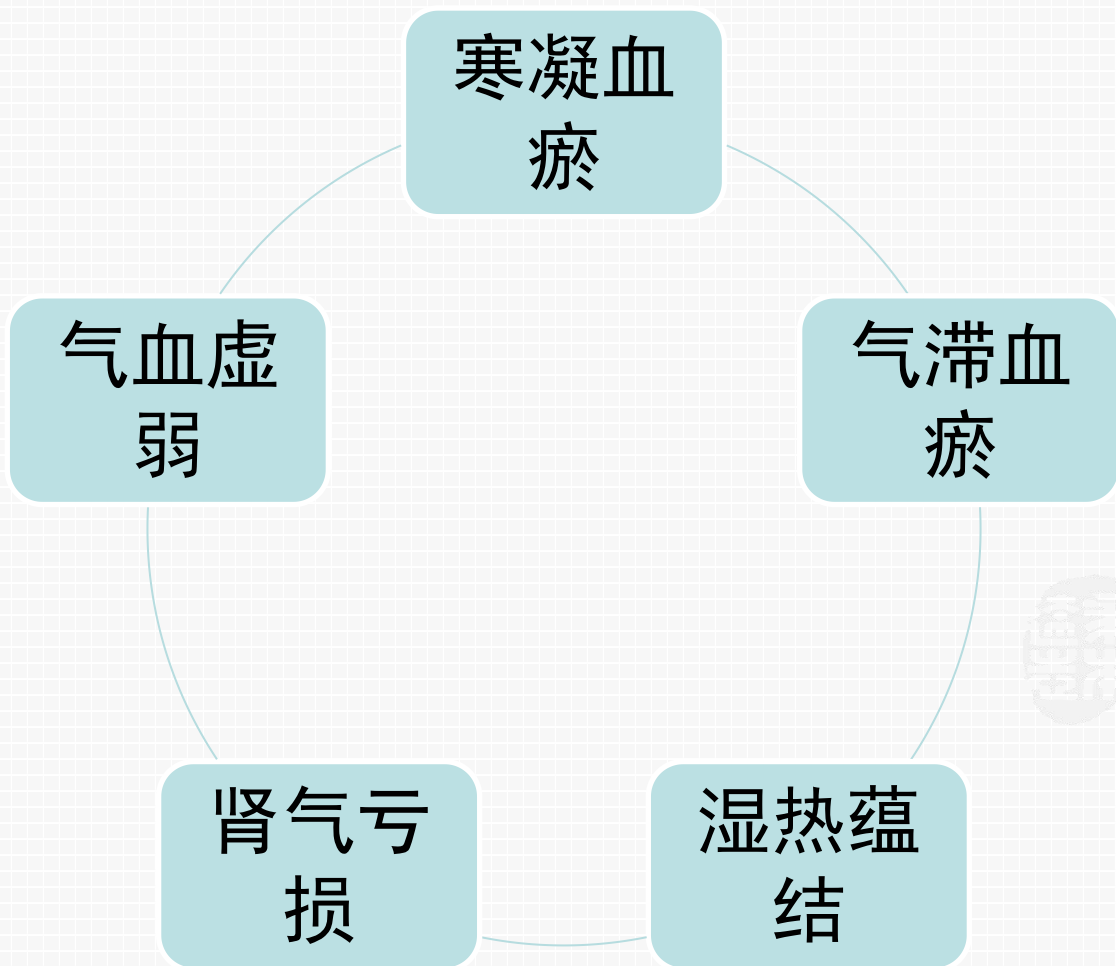
妇女正值经期或经行前后，出现周期性小腹疼痛，或痛引腰骶，甚则剧痛晕厥者，称为“痛经”，亦称之“经行腹痛”。

以经行小腹疼痛明显，伴随月经周期发作，影响正常工作和学习为主要临床特征。



第二节 常见病证护理

十三、痛经·病因病机



第二节 常见病证护理

十三、痛经·病因病机

病位：冲任、胞宫，与脾、肝、肾关系密切

病机：“不通则痛”或“不荣则痛”



第二节 常见病证护理

十三、痛经·辨证施护

- (一) 辨证要点
- (二) 辨证分型
- (三) 护理措施
- (四) 健康教育



第二节 常见病证护理

十三、痛经·辨证施护

(一) 辨证要点

辨病位

辨虚实

辨寒热



第二节 常见病证护理

十三、痛经·辨证施护

(二) 辨证分型

气滞血瘀

寒凝血瘀

湿热蕴结

气血虚弱

阳虚内寒

肝肾亏虚

第二节 常见病证护理

十三、痛经·辨证施护

(三) 护理措施

1. 病情观察

- (1) 痛经的时间、部位、疼痛性质和程度
- (2) 月经的量、色、质及带下的情况
- (3) 是否出现疼痛性休克

2. 起居护理 注意休息，避免过度劳累

经期保持会阴清洁，注意腹部的保暖

第二节 常见病证护理

十三、痛经·辨证施护

(三) 护理措施

3. 饮食护理

- (1) 经期饮食宜温热、富有营养
- (2) 忌生冷、肥甘厚味或辛辣刺激之品
- (2) 辨证施食

4. 情志护理

保持心情舒畅，使气血运行通畅，以减轻疼痛

第二节 常见病证护理

十三、痛经·辨证施护

(三) 护理措施

5. 用药护理

- (1) 遵医嘱按时服药，不可擅自服用止痛药
- (2) 理气方剂宜武火快煎，补益方剂宜文火久煎
- (3) 实证：饭后温服；虚证：空腹温服

6. 适宜技术

艾灸、热熨、耳穴埋豆、穴位按摩

第二节 常见病证护理

十三、痛经·辨证施护

(四) 健康教育

1. 经期注意卫生，保持会阴清洁，避免感染。
2. 平时注意饮食调理。
3. 经期应注意腹部的保暖，避免受寒。



第二节 常见病证护理

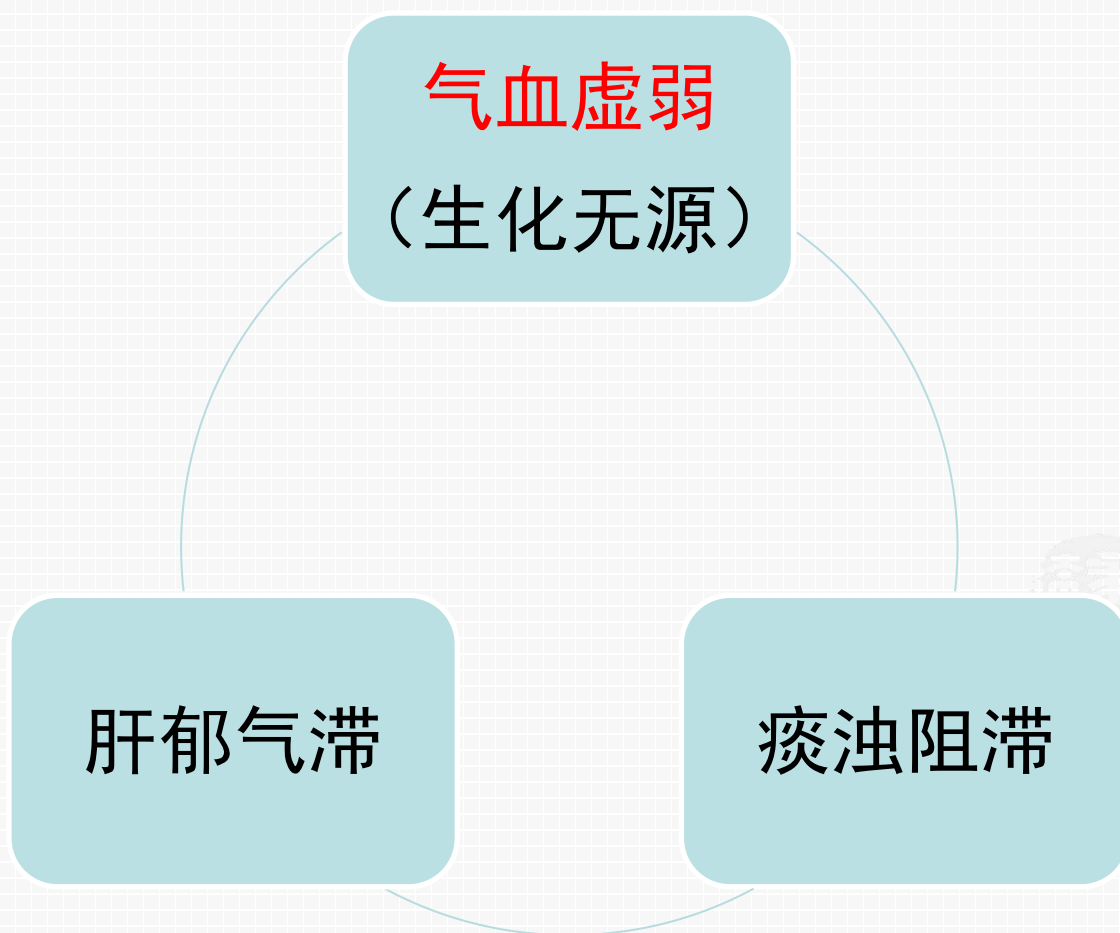
十四、产后缺乳

产后哺乳期内，产妇乳汁甚少或全无，不能满足哺育婴儿的需要，称为“产后缺乳”，亦称“乳汁不行”或“乳汁不足”。



第二节 常见病证护理

十四、产后缺乳·病因病机



第二节 常见病证护理

十四、产后缺乳·病因病机

病位：冲任、乳络，与脾、肝、肾密切相关

病机：乳汁生化不足或乳络不畅

病性：有虚实之分



第二节 常见病证护理

十四、产后缺乳·辨证施护

- (一) 辨证要点
- (二) 辨证分型
- (三) 护理措施
- (四) 健康教育



第二节 常见病证护理

十四、产后缺乳·辨证施护

(一) 辨证要点

辨虚实：根据产妇乳房、乳汁的情况，结合面色、舌脉及情志特点进行辨别虚实。



第二节 常见病证护理

十四、产后缺乳·辨证施护

(二) 辨证分型

气血虚弱

肝郁气滞

痰浊阻滞



第二节 常见病证护理

十四、产后缺乳·辨证施护

(三) 护理措施

1. 病情观察

- (1) 乳汁的质、量，是否通畅，乳房有无胀痛感
- (2) 分析缺乳的原因
- (3) 预防乳痈发生

2. 起居护理 注意休息，避免过度劳累和受风

第二节 常见病证护理

十四、产后缺乳·辨证施护

(三) 护理措施

3. 饮食护理

(1) 产后饮食调养，多食高蛋白食物，多饮水

(2) 忌辛辣刺激、肥甘厚味、生冷之品

(2) 辨证施食

4. 情志护理



第二节 常见病证护理

十四、产后缺乳·辨证施护

(三) 护理措施

5. 用药护理

- (1) 理气方剂宜武火快煎，补益方剂宜文火久煎
- (2) 实证：饭后温服；虚证：空腹温服
- (3) 服药后观察乳汁和乳房情况

6. 适宜技术 穴位按摩

第二节 常见病证护理

十四、产后缺乳·辨证施护

(四) 健康教育

1. 提倡产妇早期哺乳、按需哺乳、坚持哺乳。
2. 重视产后饮食调理，加强营养，积极有效调整产后情绪。
3. 产后若出现恶露不净、自汗、盗汗等耗伤气血的症状，应及早就医，避免影响乳汁的化生。

第二节 常见病证护理

十五、积 滞

是小儿内伤乳食，停于中焦，积聚不化，滞而不行所致的一种常见胃肠疾病，其主要临床特征是不思乳食，食而不化，脘腹胀痛，暖腐酸馊，大便不调等。



第二节 常见病证护理

十五、积滞·病因病机

1. 病因 乳食不节，喂养不当，滞伤脾胃，致脾胃运化失司，或脾胃虚弱，失于腐熟运化，乳食滞而不化。

2. 病机 乳食停聚中脘，积聚不化，滞而不行。



第二节 常见病证护理

十五、积滞·辨证施护

(一) 辨证要点

病位在脾胃，病属实证，亦可虚实夹杂。

1. 辨虚实
2. 辨寒热
3. 辨轻重



第二节 常见病证护理

十五、积滞·辨证施护

(二) 辨证分型

证候	临床表现	护治法则	代表方
乳食内积	不思乳食，呕吐食物、乳片或暖腐酸馊，脘腹胀满，疼痛拒按，大便臭秽，哭闹不宁，夜眠不安，舌质淡红，苔白腻，脉弦滑，食指指纹滞紫	消乳化食 和中导滞	消乳丸 或保和 丸
食积化热	不思乳食，口干，脘腹胀满，腹部灼热，手足心热，心烦易怒，夜寐不安，小便黄，大便秘结臭秽，舌质红，苔黄腻，脉滑数，食指指纹紫	清热导滞 和中消积	枳实导 滞丸
脾虚夹滞	面色萎黄，形体消瘦，神疲乏力，四肢倦怠，不思乳食，食则腹满饱胀，喜按，大便稀溏，夹有乳片或不消化食物残渣，有腥味，舌质淡，苔白腻，脉细滑，食指指纹淡滞	健运脾胃 消食化滞	健脾丸

第二节 常见病证护理

十五、积滞·辨证施护

(三) 护理措施

1. 病情观察
2. 起居护理
3. 饮食护理
4. 情志护理
5. 用药护理
6. 适宜技术



第二节 常见病证护理

十五、积滞·辨证施护

(四) 健康教育

1. 指导患儿家属掌握与积滞疾病相关的知识。
2. 倡导母乳喂养，饮食定时定量，辅食添加循序渐进。
3. 注意口腔、外阴卫生，防止皮肤损伤或感染。
4. 养成良好的生活起居习惯，保证生活规律。

第二节 常见病证护理

十六、高热

是指以体温（腋温）高于 39°C 为主要临床特征的儿科常见急症。分外感与内伤两类，亦可分为感染性和非感染性。多见于急性感染性或传染性疾病等。小儿体温过高或持续高热，易出现痉、厥、闭、脱等证。



第二节 常见病证护理

十六、高热·病因病机

1. 病因 外感邪毒、内伤疾病。
2. 病机 机体营卫气血失和，脏腑阴阳失调。
病性多为实热证，亦有虚中夹实者。



第二节 常见病证护理

十六、高热·辨证施护

(一) 辨证要点

1. 发热恶寒并见
2. 寒热往来
3. 但热不寒
4. 日晡潮热



第二节 常见病证护理

十六、高热·辨证施护

(二) 辨证分型

证候	临床表现	护治法则	代表方
外感风热	高热，微恶风，头身疼痛，鼻流浊涕，喷嚏咳嗽，口渴，咽红或喉核赤肿，舌苔薄黄，脉浮数，指纹浮紫	辛凉解表	银翘散
里热炽盛	高热，头痛，面赤气粗，大汗出，烦渴，神昏谵语，斑疹透露，舌质红或绛、苔黄，脉洪大	清热凉血	清瘟败毒饮
胃肠积热	日晡潮热，腹胀拒按，呕吐酸腐，大便秘结，小便短赤，烦躁不安，舌质红、苔黄燥，脉沉大	清热通腑	大承气汤
邪郁少阳	寒热往来，胸胁苦满，心烦喜呕，不思饮食，口苦咽干，目眩，舌边红，苔薄白，脉弦数	和解少阳	小柴胡汤

第二节 常见病证护理

十六、高热·辨证施护

(三) 护理措施

1. 病情观察
2. 起居护理
3. 饮食护理
4. 情志护理
5. 用药护理
6. 适宜技术



第二节 常见病证护理

十六、高热·辨证施护

(四) 健康教育

1. 嘱咐患儿家属掌握与小儿高热疾病相关的知识。
2. 合理喂养患儿，配合医护人员调理饮食。
3. 按时预防接种。定期带患儿到医院进行体格检查。
4. 在呼吸道疾病流行期间，不去人多的公共场所。
5. 保证充足睡眠，适当运动。气候骤变注意防寒保暖。
6. 禁用冷敷法。痰多患儿鼓励其咳嗽排痰。

第二节 常见病证护理

十七、干眼症

是由于泪液的量或质异常引起泪膜不稳定和眼表损害导致眼部干涩、畏光、眼痒、易疲劳、异物感和刺痛感等不适症状的一类疾病。



第二节 常见病证护理

十七、干眼症·病因病机

1. 病因 病因复杂，主要是肝肾功能失调。
2. 病机 肝肾精血亏虚，不能上润于目，双目失于濡养。



第二节 常见病证护理

十七、干眼症·辨证施护

(一) 辨证要点

辨虚实：以眼干、夜盲、目珠无华、眼干灼热，兼阴虚见症为辨证要点。实者以素体肝有郁热，伴有椒疮病史，烦躁易怒、眼干少泪，灼热刺痛，黑睛生翳为辨证要点。



第二节 常见病证护理

十七、干眼症·辨证施护

(二) 辨证分型

证候	临床表现	护治法则	代表方
肺阴不足	目珠干涩不爽，磨痛有异物感，久视疲劳，时常白睛隐隐发红，舌红少津，脉细数	滋阴润肺	养阴清肺汤
气阴两虚	目珠干燥无光泽，涩磨畏光，眼疲劳，视力模糊，甚至眼睑痉挛，口干少津，神疲乏力，舌淡红，苔薄，脉细	益气养阴 益肾养阴	生脉饮、 杞菊地黄丸、六味地黄丸
肝经郁热	目珠干燥，灼热刺痛，口苦咽干、烦躁易怒、大便干或小便黄，舌红苔薄黄或黄厚，脉弦滑数	清肝解郁	丹栀逍遥散

第二节 常见病证护理

十七、干眼症·辨证施护

(三) 护理措施

1. 病情观察
2. 起居护理
3. 饮食护理
4. 情志护理
5. 用药护理
6. 适宜技术



第二节 常见病证护理

十七、干眼症·辨证施护

(四) 健康教育

1. 注意用眼卫生，避免过度用眼。避免长期佩戴隐形眼镜。
2. 及时到医院检查，确定干眼的程度。
3. 了解可引发本病的常见药物，如降压药、抗抑郁药等。
4. 日常可做如熨目法、眨眼法等简易的眼部保健操。



第二节 常见病证护理

十八、肥胖

是由于摄入过多、运动过少等多种原因导致体内膏脂堆积过多，体重超过一定范围，或伴有头晕、气短、乏力、神疲懒言等症的一种疾病，常可继发消渴、中风、偏枯、痿厥等多种疾病。



第二节 常见病证护理

十八、肥胖·病因病机

1. 病因 与饮食、年龄、先天禀赋、缺乏运动等多种因素有关。发病具有一定的遗传特性，有家族多发性。

2. 病机 胃强脾弱，酿生痰湿，致气滞、血瘀、内热壅塞。本病总体上实多虚少。病位主要在脾胃及肌肉，但与肾气虚衰密切相关，并可累及五脏。



第二节 常见病证护理

十八、肥胖·辨证施护

(一) 辨证要点

1. 辨脏腑病位
2. 辨标本
3. 辨虚实



第二节 常见病证护理

十八、肥胖·辨证施护

(二) 辨证分型

分型	临床表现	护治法则	代表方
胃热火郁	肥胖多食，消谷善饥，可伴有大便不爽或干结，尿黄，或口干、口苦，喜冷饮，舌质红，苔黄，脉平或数	清胃泻火 佐以消导	白虎汤合小承气汤
痰湿内盛	形体肥胖，肢体困重，脘痞胸满，可伴头晕，口干而不欲饮，大便少行，嗜食肥甘醇酒，喜卧懒动，舌质淡胖或大，苔白腻或白滑，脉滑	利湿化痰 佐以理气	导痰汤合四苓散
气郁血瘀	肥胖懒动，善太息，胸胁满闷，面晦唇暗，手足色泽不鲜，或青紫，可伴有便干，不寐，男子性欲低或阳痿，女性月经不调或闭经，舌质暗或有瘀点、瘀斑，舌苔薄，脉滑或涩	理气解郁 活血化瘀	血府逐瘀汤
脾虚不运	形体臃肿，神疲乏力，身体困重，脘腹痞闷，或四肢轻度浮肿，朝轻暮重，劳累后加重，饮食尚可或偏少，小便不利，大便溏或便秘，舌质淡胖，边有齿印，苔薄白或白腻，脉濡细	健脾益气 淡渗利湿	参苓白术散合防己黄芪汤
脾肾阳虚	形体肥胖，易于疲乏，四肢不温或四肢厥冷，喜食热饮，小便清长，舌淡胖，舌苔薄白，脉沉细	补益脾肾 温阳化气	真武汤合苓桂术甘汤

第二节 常见病证护理

十八、肥胖·辨证施护

(三) 护理措施

1. 病情观察
2. 起居护理
3. 饮食护理
4. 情志护理
5. 用药护理
6. 适宜技术



第二节 常见病证护理

十八、肥胖·辨证施护

(四) 健康教育

1. 必须早期综合治疗。终身坚持非药物治疗。
2. 治疗的关键是控制饮食和增加体力活动。
3. 肥胖的预防应从儿童开始，养成良好的生活习惯。

