



上海中医药大学附属

曙光医院
SHUGUANG HOSPITAL

中医院“治未病”建设 思路与实践

——附“中医治未病技术操作规范 导引八法”标准化研究

上海中医药大学附属曙光医院治未病中心

张晓天

2016.6



背景与概况

- 中医“治未病”理论体系与公共卫生服务“预防为主”的核心理念吻合
- 是促进基本公共卫生服务逐步均等化的重要内容
- 是传播中医“治未病”理念、传授中医药养生保健知识和技术方法、传承中医药文化的有效途径
- 对于提高人民健康水平具有十分重要的意义



建设背景与概况

- 2007年，吴仪副总理首次提出在全国开展“治未病”工作
- 2008年，为深入开展“治未病”工作，探索构建中医特色预防保健服务体系，国家局在全国实施“治未病”健康工程，印发《治未病健康工程实施方案（2008—2010年）》，开展中医“治未病”试点工作
- 八年来，“治未病”试点范围不断扩大，目前全国共遴选了近200家“治未病”预防保健服务试点单位，涵盖中医医院、中西医结合医院、民族医院、综合医院、专科医院及社区卫生服务中心、乡镇卫生院等医疗机构



上海中医药大学附属

曙光医院
SHUGUANG HOSPITAL

上海市“治未病”区域建设情况

上海市“治未病”建设背景及情况

- 2008年
 - 曙光医院、岳阳医院入选**国家第一批“治未病”预防保健服务试点单位**
- 2009年-2012年
 - 长宁区、闸北区、浦东新区、嘉定区、宝山区入选**国家“治未病”预防保健服务试点区**，上海市成为**全国协作组组长单位**
- 2012年
 - 长宁区、闸北区、浦东新区入选**国家中医养生保健服务机构准入试点地区**
- 2013年
 - 长宁区、闸北区、浦东新区、嘉定区、宝山区、奉贤区、曙光医院、岳阳医院入选**国家中医药预防保健及康复服务能力建设项目单位**

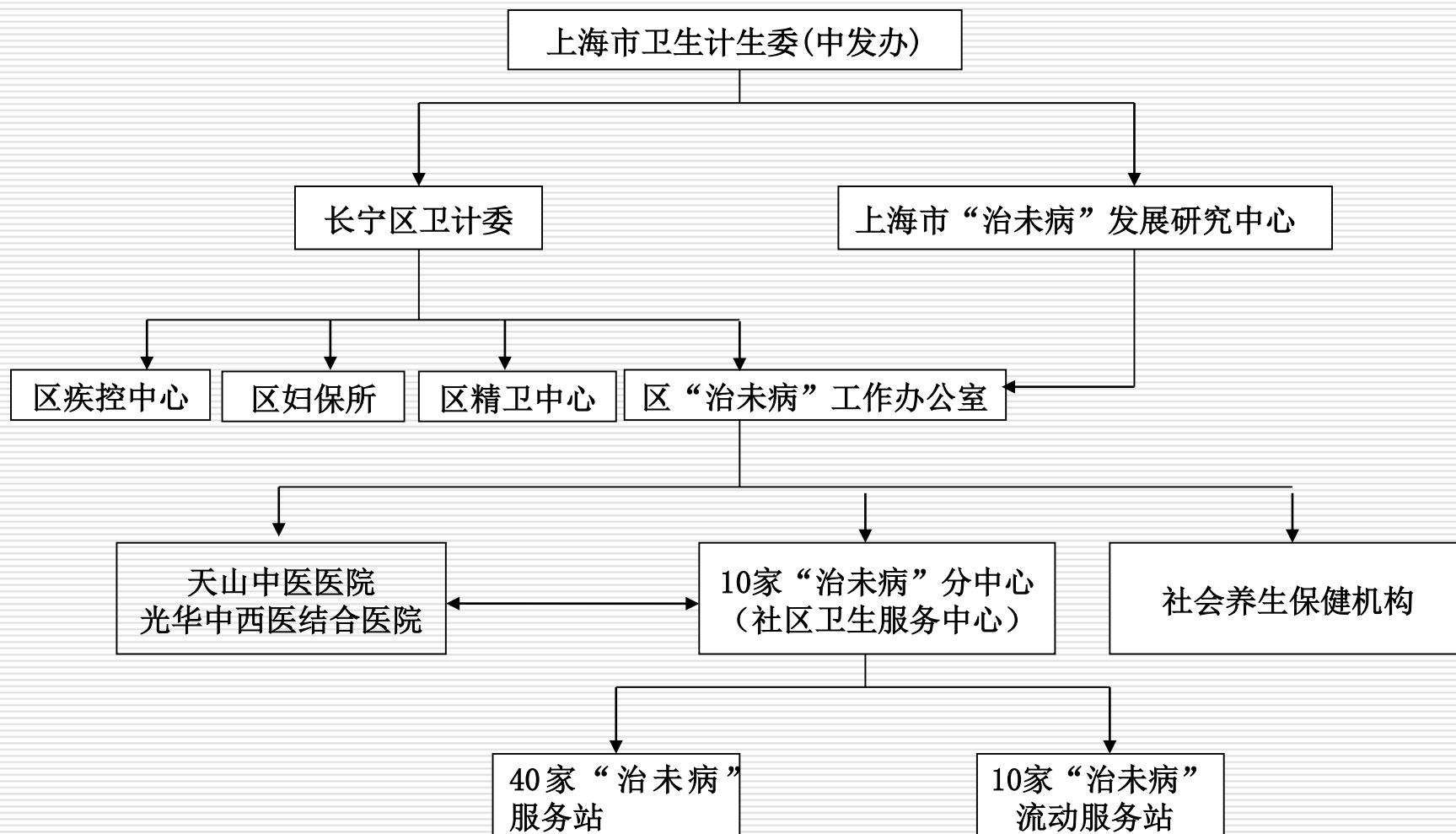


上海市“治未病”试点工作情况

- 2008年1月11日，上海市“治未病”健康工程启动
- 成立上海市“治未病”领导小组和专家咨询组
- 成立上海市“治未病”发展研究中心
- 2012年，上海起草《区域中医预防保健服务工作指南》
- 2011-2013年，完成上海市公共卫生三年行动计划—中医预防保健服务示范基地建设项目
- 2013年，完成2013年中医药预防保健及康复与临床服务能力建设项目
- 2015年，初步建成上海市“治未病”预防保健服务体系



分享1：长宁区中医预防保健服务体系建设框架





上海中医药大学附属
曙光医院
SHUGUANG HOSPITAL

分享1：长宁区区域中医预防保健服务构架

• 长宁区“1-2-10-40-X”中医预防保健服务架构

- 建立区“治未病”工作办公室
- 建设医院“治未病”科
- 建设“治未病”分中心和服务站
- 吸纳中医药养生保健机构





分享1：长宁区区域中医预防保健服务构架

- 制定规范“治未病”服务内容及流程
- ◆ 社区健康人群——提供“治未病”中医健康文化、中医养生等知识；制定“治未病”宣传手册
- ◆ 社区体质偏颇人群——提供体健康状态评估服务，维护中医特色健康档案；提供个性化健康咨询及指导
- ◆ 社区慢病人群——对慢病患者进行证候辨识，传授中医预防保健适宜技术，“瘥后防复”





上海中医药大学附属

曙光医院
SHUGUANG HOSPITAL

分享1：长宁区中医预防保健服务体系建设框架

建立“治未病”人才队伍

- 社区“治未病”志愿者
- 家庭医生
- 中医专业医生





分享2：浦东新区中医养生保健服务机构管理

- 由浦东新区卫生局卫生监督所组织管理，浦东新区中医药协会养生保健专业委员会具体实施
- 以行业管理的形式开展中医养生保健服务机构准入试点工作
- 成立行业协会性质组织（养生保健专业委员会）凝聚行业力量，加强行业自律，通过制定行业标准，树立中医养生保健服务示范单位的形式引导整个行业走向规范
- 加强卫生监督检查，对涉嫌无证行医的行为加强排查及执法力度，净化行业环境



分享2：浦东新区中医养生保健服务机构管理

- 逐步形成区卫计委指导，卫监所牵头，中医药协会行业管理的规范化管理模式
- 利用卫生监督协管网络对行业进行全覆盖调研，动态掌握行业发展情况
- 中医药协会成立养生保健专业委员会，作为行业发展平台，制定委员会管理办法，承担从业人员培训、服务机构资质认定等工作



上海中医药大学附属
曙光医院
SHUGUANG HOSPITAL

分享2：浦东新区中医养生保健服务机构管理



从业人员培训班操作能力考核

制定

《浦东新区中医养生保健服务机构设置标准》、
《浦东新区中医养生保健服务机构管理办法》、
服务机构准入、退出机制

修订

《浦东新区中医养生保健服务机构从业人员培
训教材》，汇聚中医养生行业专家，培训从业
人员

分享2：浦东新区中医养生保健服务机构管理



示范单位授牌

成效：

向社会推出6家示范中医养生保健服务机构，并纳入浦东新区中医药协会养生保健专业委员会会员单位管理

对中医养生保健服务市场进行专项整治活动，打击以“养生、保健”名义开展医疗活动的经营行为，净化行业，引导行业规范。



上海中医药大学附属

曙光医院
SHUGUANG HOSPITAL

上海市“治未病”建设 现阶段进展

上海市中医药事业发展三年行动计划（2014年-2016年）



上海中医药大学附属
曙光医院
SHUGUANG HOSPITAL

上海市“治未病”预防保健服务体系建设

- 在《上海市中医药事业发展三年行动计划（2014-2016年）》设立专项经费
- 构建全市“治未病”预防保健服务体系，形成覆盖上海的1+4+17+X“治未病”服务网络
- 明确各类机构功能定位，分级分类规范管理
- 开展“治未病”特色优势的服务标准和服务流程的研究
- 进一步完善上海市“治未病”发展研究中心，成为“治未病”系列成果的推广基地和培训平台

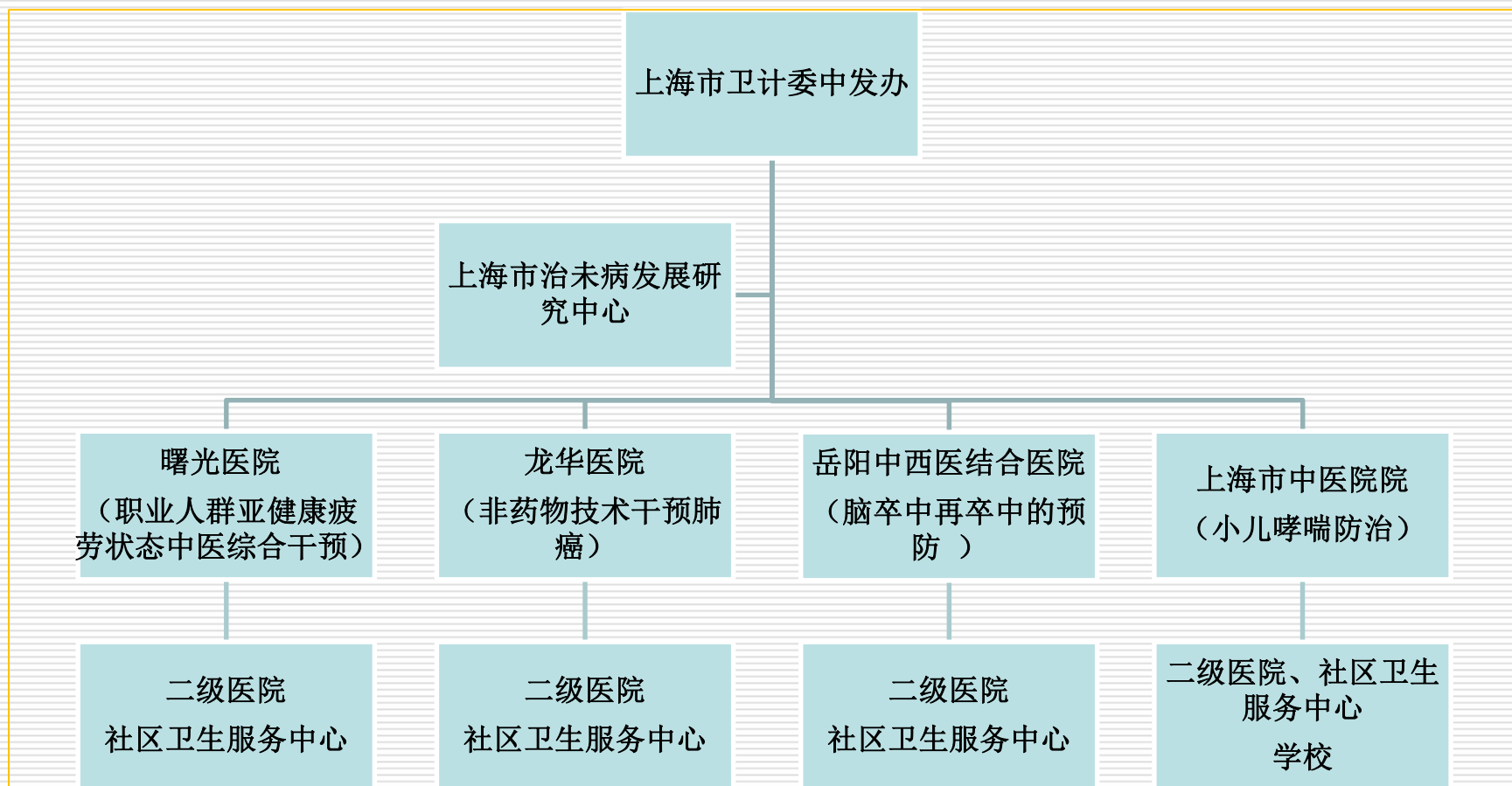
上海市中医药事业发展三年行动计划（2014年-2016年）



上海中医药大学附属
曙光医院
SHUGUANG HOSPITAL

上海市“治未病”预防保健服务体系建设

- 市卫生主管部门领导，三甲医院牵头，指导二级医院及社区卫生服务中心
- 以项目推广带动发展，促进“治未病”服务体系建设



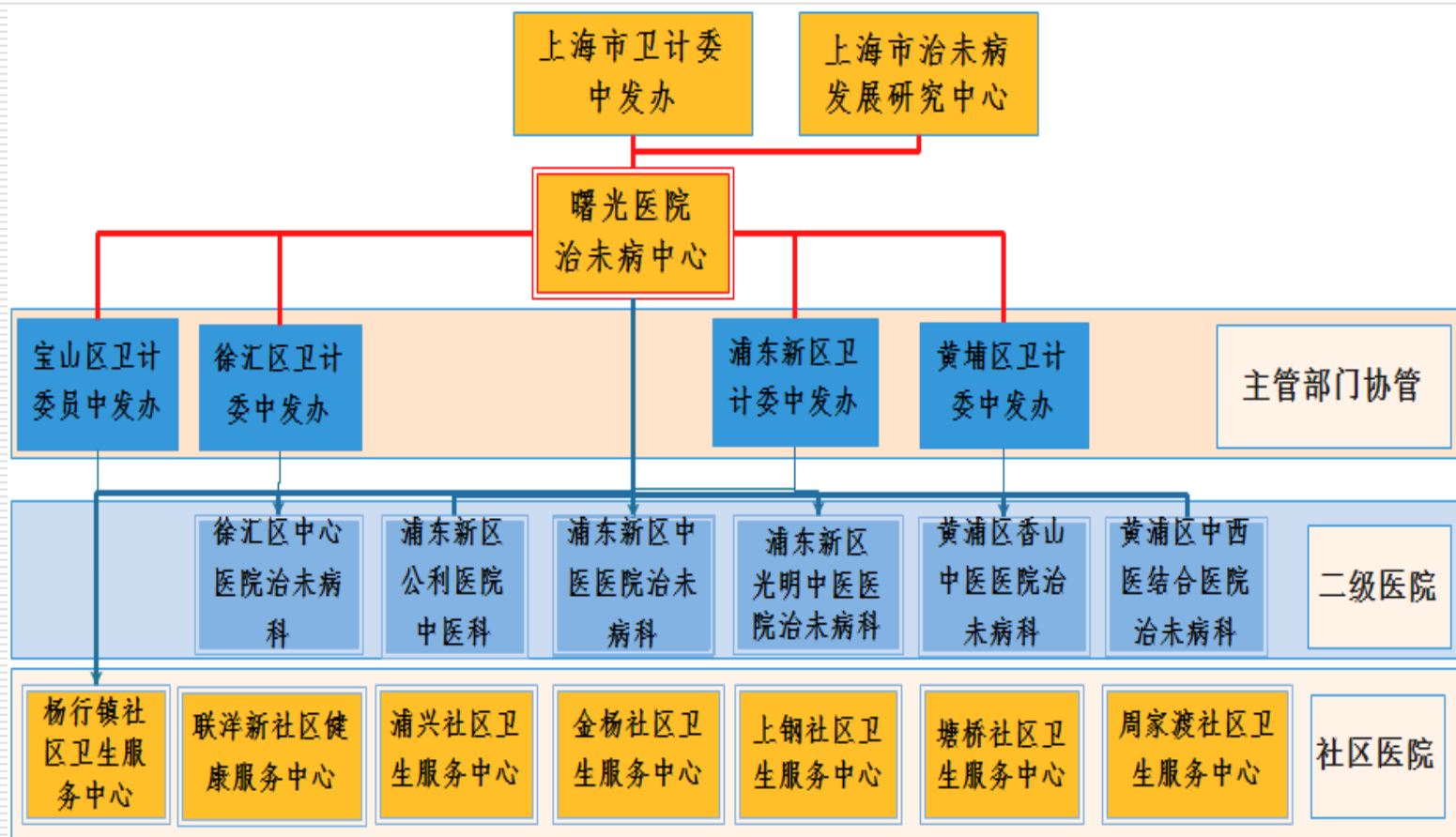
上海市中医药事业发展三年行动计划（2014年-2016年）

上海市“治未病”预防保健服务体系建设



上海中医药大学附属
曙光医院
SHUGUANG HOSPITAL

职业人群亚健康疲劳状态中医预防保健综合干预方案建设项目





上海中医药大学附属

曙光医院
SHUGUANG HOSPITAL

曙光医院“治未病”中心 建设实践



治未病中心介绍

1. “治未病”中心科室建设
2. “治未病”服务内容介绍
3. 中医特色体检服务
4. “治未病”人才及科研
5. “治未病”中心文化宣传
6. “治未病”进社区及推广



上海中医药大学附属
曙光医院
SHUGUANG HOSPITAL

曙光医院治未病中心简介

- 为实现以人的健康为中心的个体化预防、保健和诊疗，普及“未病先防”的中医健康理念，建立中医特色的预防保健服务体系，曙光医院在原有特需门诊、体检部和国际健康部的基础上，于**2007年5月**整合创建了曙光治未病中心。



探索构建中医特色预防保健体系

曙光医院治未病中心成立五周年工作巡礼



五年来，曙光医院治未病中心在探索构建中医特色预防保健体系方面取得了显著成就。中心自成立以来，始终坚持以“预防为主、防治结合”为原则，通过整合院内资源，建立了一套完整的预防保健体系。中心不仅为市民提供了专业的中医预防保健服务，还通过举办健康讲座、发放宣传资料等方式，普及了中医预防保健知识。中心的工作得到了社会各界的广泛认可和好评，为构建和谐社会、促进全民健康做出了积极贡献。

中心在探索构建中医特色预防保健体系的过程中，始终坚持“以人为本”的服务理念。中心的工作人员经过专业培训，具备扎实的中医理论基础和丰富的临床经验。中心的服务项目涵盖了中医体质辨识、亚健康状态评估、个性化养生方案制定等多个方面。中心还建立了完善的随访制度，定期对服务对象进行回访，了解其健康状况和满意度。中心的工作得到了广大市民的积极响应和参与，形成了良好的医患互动关系。



曙光医院治未病中心工作人员为患者提供咨询服务。

中心在探索构建中医特色预防保健体系的过程中，始终坚持“预防为主、防治结合”的原则。中心通过整合院内资源，建立了一套完整的预防保健体系。中心不仅为市民提供了专业的中医预防保健服务，还通过举办健康讲座、发放宣传资料等方式，普及了中医预防保健知识。中心的工作得到了社会各界的广泛认可和好评，为构建和谐社会、促进全民健康做出了积极贡献。

中心在探索构建中医特色预防保健体系的过程中，始终坚持“以人为本”的服务理念。中心的工作人员经过专业培训，具备扎实的中医理论基础和丰富的临床经验。中心的服务项目涵盖了中医体质辨识、亚健康状态评估、个性化养生方案制定等多个方面。中心还建立了完善的随访制度，定期对服务对象进行回访，了解其健康状况和满意度。中心的工作得到了广大市民的积极响应和参与，形成了良好的医患互动关系。

中心在探索构建中医特色预防保健体系的过程中，始终坚持“预防为主、防治结合”的原则。中心通过整合院内资源，建立了一套完整的预防保健体系。中心不仅为市民提供了专业的中医预防保健服务，还通过举办健康讲座、发放宣传资料等方式，普及了中医预防保健知识。中心的工作得到了社会各界的广泛认可和好评，为构建和谐社会、促进全民健康做出了积极贡献。



曙光医院治未病中心工作人员为患者提供咨询服务。

中心在探索构建中医特色预防保健体系的过程中，始终坚持“预防为主、防治结合”的原则。中心通过整合院内资源，建立了一套完整的预防保健体系。中心不仅为市民提供了专业的中医预防保健服务，还通过举办健康讲座、发放宣传资料等方式，普及了中医预防保健知识。中心的工作得到了社会各界的广泛认可和好评，为构建和谐社会、促进全民健康做出了积极贡献。

中心在探索构建中医特色预防保健体系的过程中，始终坚持“以人为本”的服务理念。中心的工作人员经过专业培训，具备扎实的中医理论基础和丰富的临床经验。中心的服务项目涵盖了中医体质辨识、亚健康状态评估、个性化养生方案制定等多个方面。中心还建立了完善的随访制度，定期对服务对象进行回访，了解其健康状况和满意度。中心的工作得到了广大市民的积极响应和参与，形成了良好的医患互动关系。

中心在探索构建中医特色预防保健体系的过程中，始终坚持“预防为主、防治结合”的原则。中心通过整合院内资源，建立了一套完整的预防保健体系。中心不仅为市民提供了专业的中医预防保健服务，还通过举办健康讲座、发放宣传资料等方式，普及了中医预防保健知识。中心的工作得到了社会各界的广泛认可和好评，为构建和谐社会、促进全民健康做出了积极贡献。



曙光医院治未病中心工作人员为患者提供咨询服务。

中心在探索构建中医特色预防保健体系的过程中，始终坚持“预防为主、防治结合”的原则。中心通过整合院内资源，建立了一套完整的预防保健体系。中心不仅为市民提供了专业的中医预防保健服务，还通过举办健康讲座、发放宣传资料等方式，普及了中医预防保健知识。中心的工作得到了社会各界的广泛认可和好评，为构建和谐社会、促进全民健康做出了积极贡献。

中心在探索构建中医特色预防保健体系的过程中，始终坚持“以人为本”的服务理念。中心的工作人员经过专业培训，具备扎实的中医理论基础和丰富的临床经验。中心的服务项目涵盖了中医体质辨识、亚健康状态评估、个性化养生方案制定等多个方面。中心还建立了完善的随访制度，定期对服务对象进行回访，了解其健康状况和满意度。中心的工作得到了广大市民的积极响应和参与，形成了良好的医患互动关系。

中心在探索构建中医特色预防保健体系的过程中，始终坚持“预防为主、防治结合”的原则。中心通过整合院内资源，建立了一套完整的预防保健体系。中心不仅为市民提供了专业的中医预防保健服务，还通过举办健康讲座、发放宣传资料等方式，普及了中医预防保健知识。中心的工作得到了社会各界的广泛认可和好评，为构建和谐社会、促进全民健康做出了积极贡献。



曙光医院治未病中心工作人员为患者提供咨询服务。



治未病中心科室建设

- 2007.9 在特需门诊、体检部和国际健康部的基础上，整合创建了上海曙光医院KY3H治未病中心
- 2007.12 被国家中医药管理局确定为首批“治未病”预防保健服务试点单位，并作为“治未病”健康工程的主要参与单位
- 2008.1 成为上海市“治未病健康工程”示范单位
- 2008.5 开展治未病进社区工作
- 2009.8 首创上海中医药大学临床毕业生进社区培训



治未病中心科室建设

- 2010.1 开展中医健康体检
- 2010.7 中国医师协会授予治未病调理师临床见习基地；
- 2012.12 为“浦东新区归国留学人员联合会”会员开展健康管理；
- 2013.8 世界卫生组织上海健康教育与健康促进合作中心--卫生科普健康教育基地
- 2013.10 道生四诊仪上海中医药大学应用示范及培训基地
- 2014.9 “亚健康与中医治未病”国家级继续教育学习班
- 2015.9 国家级继续医学教育项目《亚健康与中医治未病》学习班及国家级中医药继续教育项目《中医治未病与亚健康管理培训班》



治未病中心工作职能

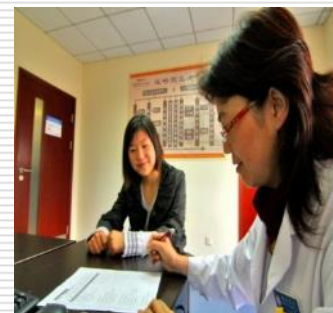
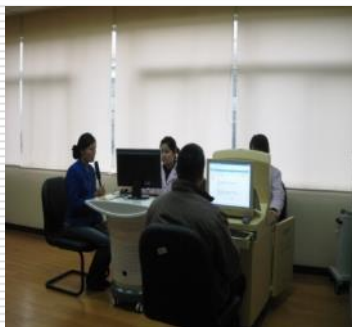
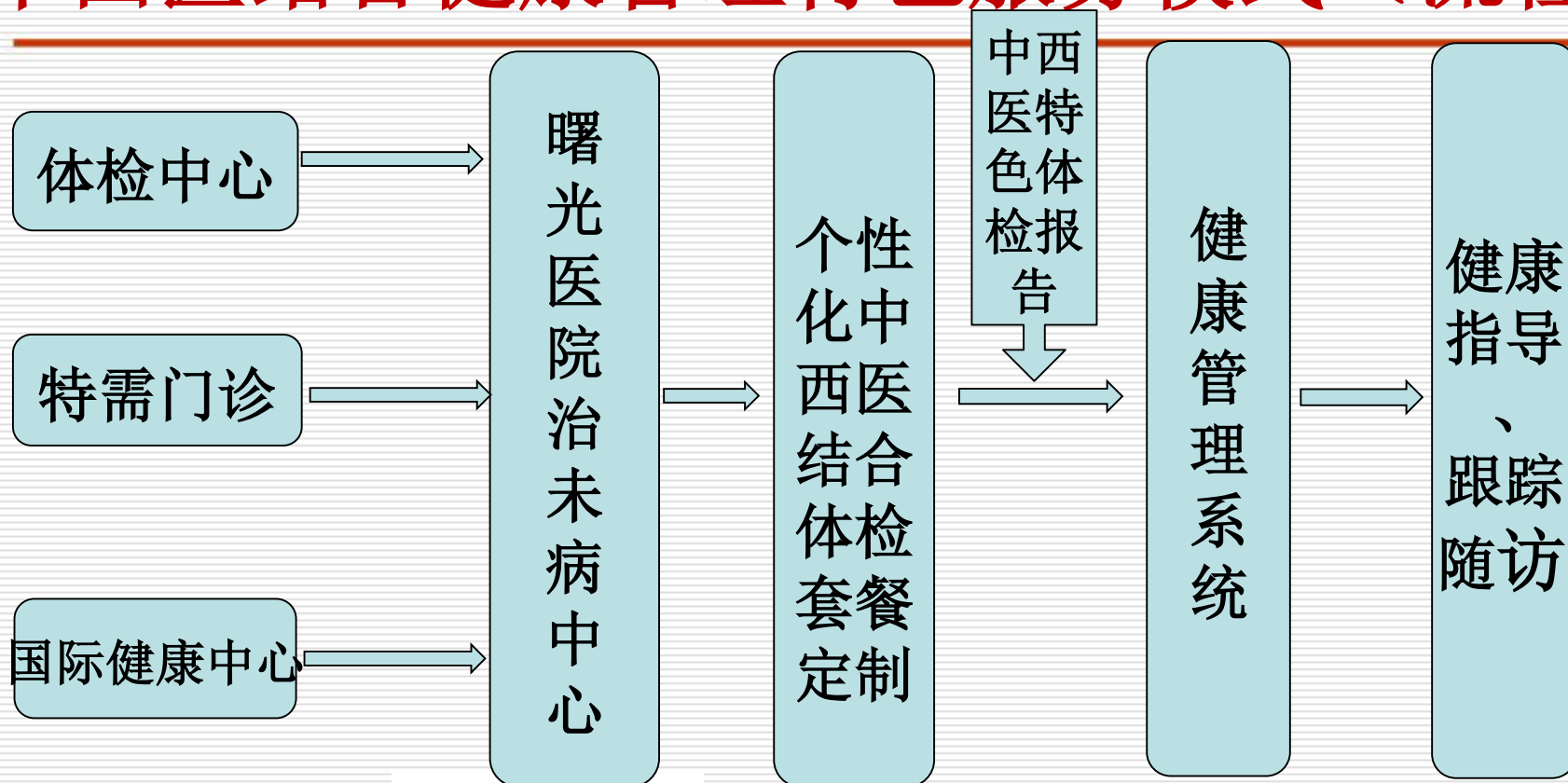
- 提供以中医治未病为核心的健康管理服务
- 开展以中医治未病为核心的新型健康保健理念的宣教
- 进行中医治未病理论和技术的研究
- 开展中医治未病理论和技术的应用推广
- 开展治未病为主的中医学学术传承
- 组织进行中医治未病人才培养



上海中医药大学附属

曙光医院
SHUQUANG HOSPITAL

中西医结合健康管理特色服务模式（流程）

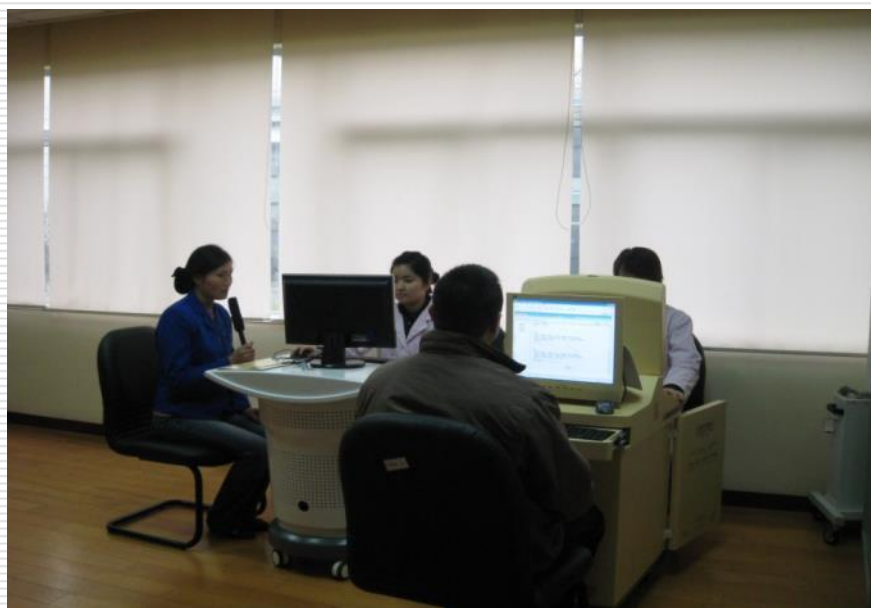




上海中医药大学附属
曙光医院
SHUGUANG HOSPITAL

治未病中心服务内容

1. 对顾客人群进行中医体质评估辨识





上海中医药大学附属

曙光医院
SHUGUANG HOSPITAL

治未病中心服务内容

2. 根据顾客人群的健康状况，给予健康指导，必要时进一步实施中医综合干预措施





治未病中心服务内容

3. 建立顾客人群电子化私人健康档案
4. 定期对顾客人群进行健康回访，实现顾客人群的全程化健康管理
5. 定期进社区科普中医养生保健知识





上海中医药大学附属

曙光医院
SHUGUANG HOSPITAL

中医特色体检



上海中医药大学附属

曙光医院

HUGUANG HOSPITAL

治未病预防保健服务开展情况

- 开展中医特色体检项目

中医四诊分析仪

中医体质辨识仪

五音辨识系统

中医证素分析仪

中医经络检测仪



接口





中医体质辨识仪

- **依据** 不同的人具有不同的体质，而不同的体质决定着各人的健康状况与寿命
- **融合** 中医体质测评、健康体检、生物动态监测、亚健康研究、计算机信息技术等科技成果，以及健康信息分类标准（SOAP）、心理指数评测（SDS）和生存质量测评（SF-36）等国际通行的健康测量与评价标准和规范
- **运用** 中医传统问诊的标准化量表、“KY3H私人健康状态信息库”、智能化健康服务与管理平台
- **判断** 个体“人”的体质类型
- **提供** 个性化的体质调理方案，从辨识者日常生活的各个方面进行全面的指导





上海中医药大学附属

曙光医院
SHUGUANG HOSPITAL

二十五音分析仪

- **依据** 《黄帝内经》中医五行学说，经络理论、养生理论等
- **融合** 现代物理声学、磁疗学、计算机技术等科技成果
- **运用** 二十五音分析技术，采集人体声音信息、分析音频图谱
- **判断** 人体的二十五种脏腑与经络健康状态
- **提供** 个性化经络磁疗敷贴及饮食、音乐、情志等（脏腑及经络）调理健康方案





上海中医药大学附属

曙光医院
SHUGUANG HOSPITAL

中医证素分析仪

- 遵循中国临床辨证思维 and 规律，通过对四诊资料（症）的综合、分析、辨别，得出证素，再由证素根据中医理论组合成证名。（即从症—证素—证名）



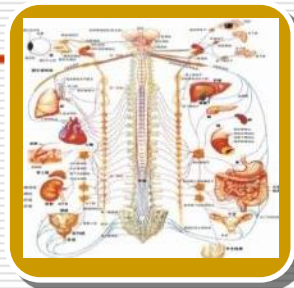
道生经络检测仪功能

上海中医药大学附属
曙光医院
SHANGHAI HOSPITAL

中医问诊分析结果

主诉:	
发病诱因:	FB1
	FB4
	FB7

问诊



人体经络脏腑



经络检测

人体经络信息采集记录与诊断、体质分析与个体养生指导方案

应用功能

一、体质分析
辅助诊断、治疗

二、疗效监测与评价

三、个体养生指导



上海中医药大学附属
曙光医院
SHUGUANG HOSPITAL

• 中医体质与甲皱微循环联合布氏显微末梢血分析技术检查所得客观信息的关系研究



• 甲皱微循环仪器



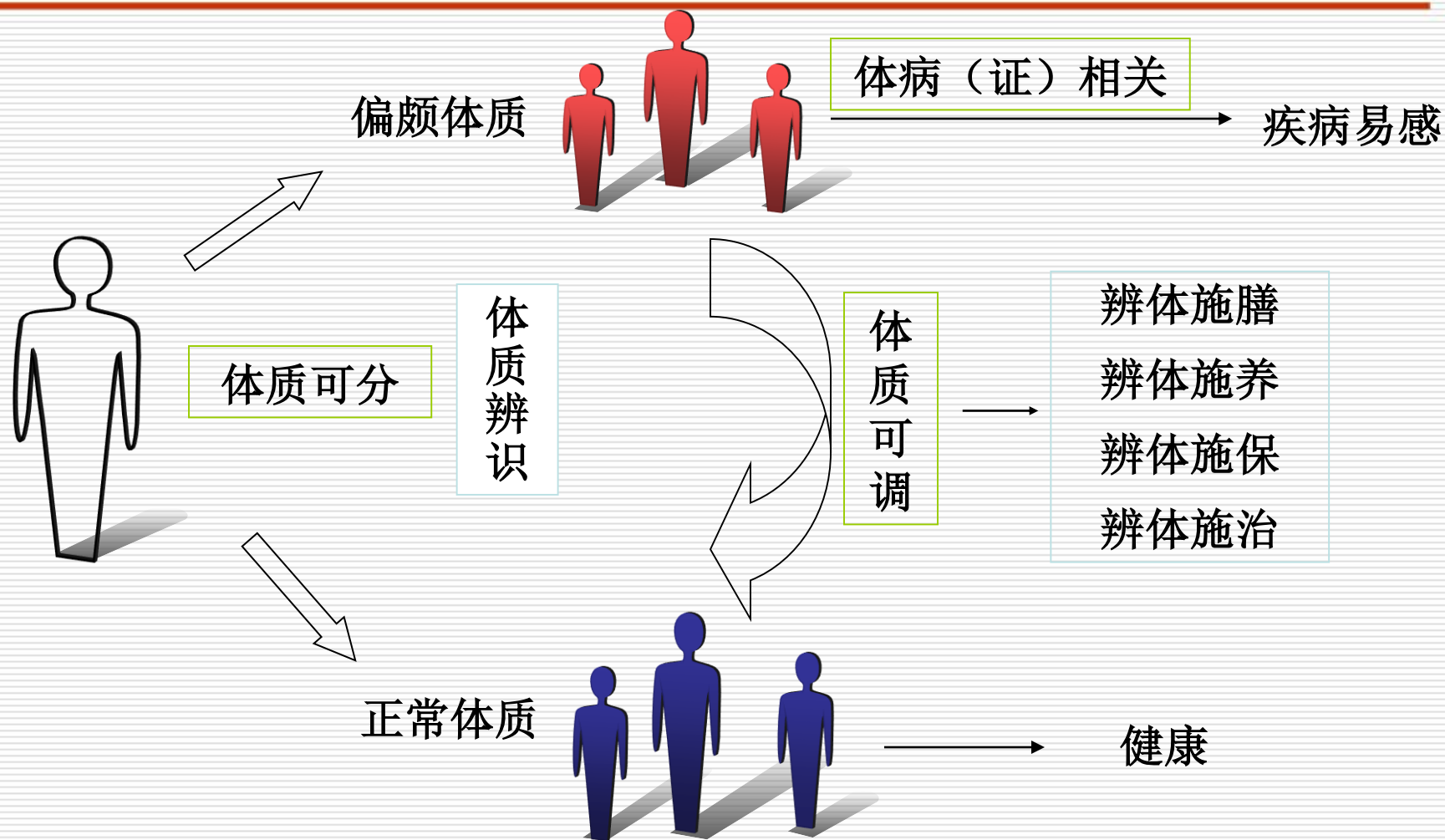
上海中医药大学附属

曙光医院
SHUGUANG HOSPITAL

中医体质应用及干预技术



体质辨识与“治未病”





体质分类

- 九种体质：平和质、气虚质、阳虚质、阴虚质、痰湿质、湿热质、瘀血质、气郁质、特禀质。一种为平和，八种属偏颇。
- 体质的不同与疾病的发生有着千丝万缕的关系。
- 体质平和乃健康之源，体质偏颇为百病之因。



九种体质特征

- 平和体质，是精力充沛，健康乐观的那一种；
- 气虚体质，是气短少力，容易疲乏的那一种；
- 阳虚体质，是手脚发冷，身体怕冷的那一种；
- 阴虚体质，是手心发热，阴虚火旺的那一种；
- 痰湿体质，是身体肥胖，大腹便便的那一种；
- 湿热体质，是面色油腻，长痘长疮的那一种；
- 血瘀体质，是面色晦暗，脸上长斑的那一种；
- 气郁体质，是多愁善感，郁郁不乐的那一种；
- 特禀体质，是容易过敏，喷嚏流泪的那一种。

中医诊仪四在治未病服务中的应用



DS01-A舌面脉信息采集体质辨识系统

【主要功能】

- ❖ 中医诊断信息客观采集、记录与分析
- ❖ 中医体质/辨证分析（定性定量相结合）
- ❖ 健康养生处方/干预建议

【应用领域】

- ❖ 中医治未病服务
- ❖ 中医健康管理/体检
- ❖ 中医临床及科研
- ❖ 社区-区域中医预防保健服务体系建设
- ❖ 中医实训及学术研究



道生四诊仪

上海中医药大学应用示范及培训基地

Shanghai University of Traditional Chinese Medicine Demonstration
and Training Base of DAOSH Four Diagnostic Instrument





膏方与治未病

膏方作用的三个层面：

1、膏方与强身；

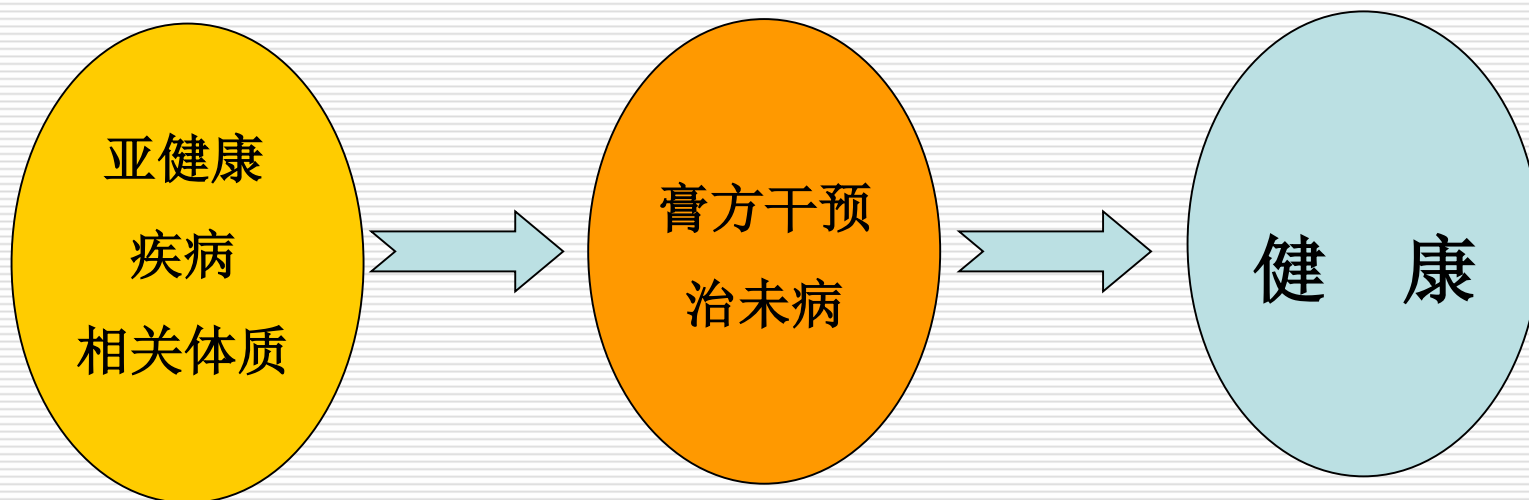
2、膏方与未病；

3、膏方与疾病。





体质调养与膏方养生





膏方——补益气血，增强免疫

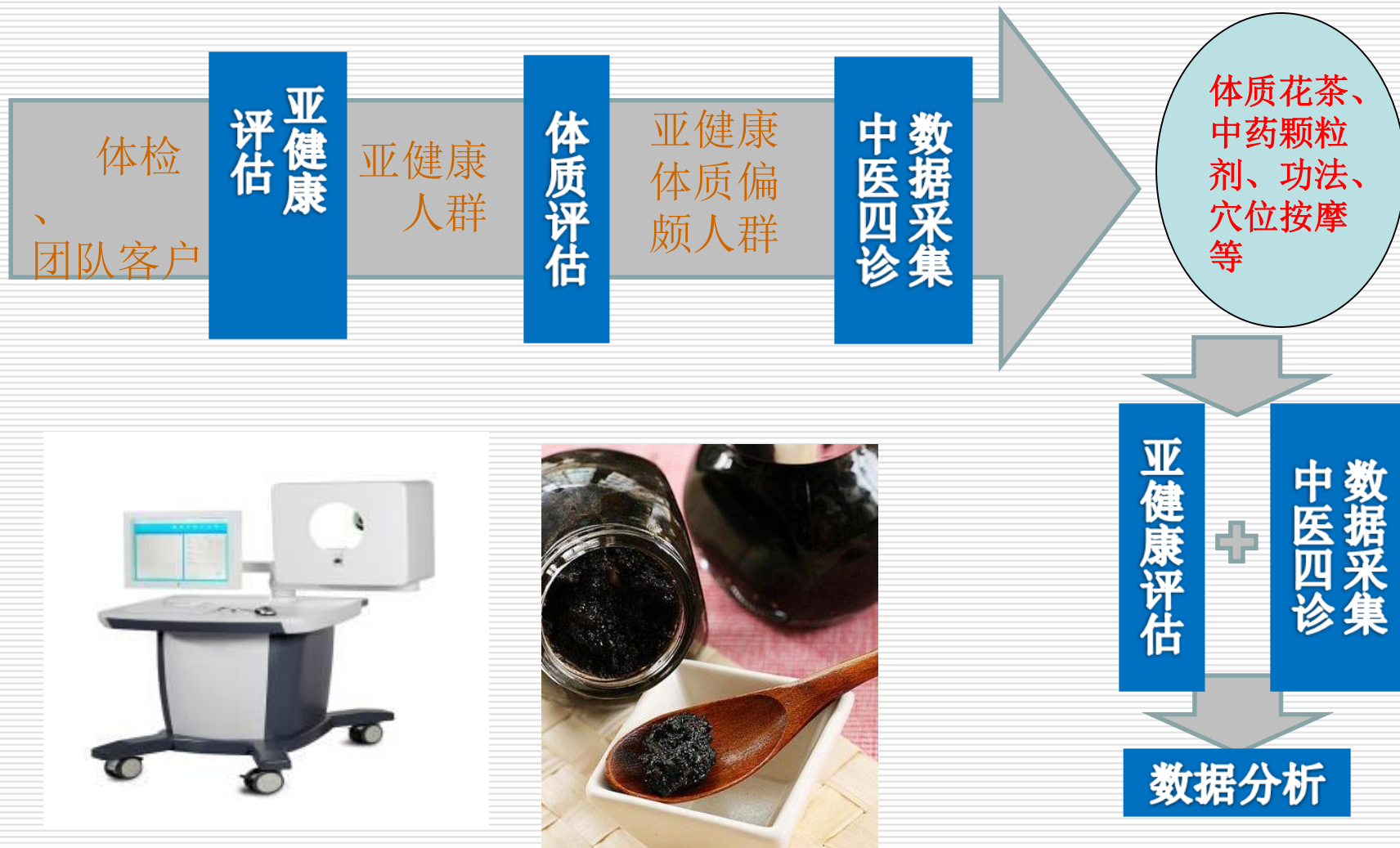
- 民间常讲“冬天进补，春天打虎”。
- 因此，冬季也就是服用膏方的最佳时期，配一料膏方，服用一个冬天，为身体“加油”、“充电”，足以将过敏体质逆转回健康状态。



职业人群亚健康疲劳状态 中医预防保健方案建设



上海中医药大学附属
曙光医院
SHUGUANG HOSPITAL





上海中医药大学附属

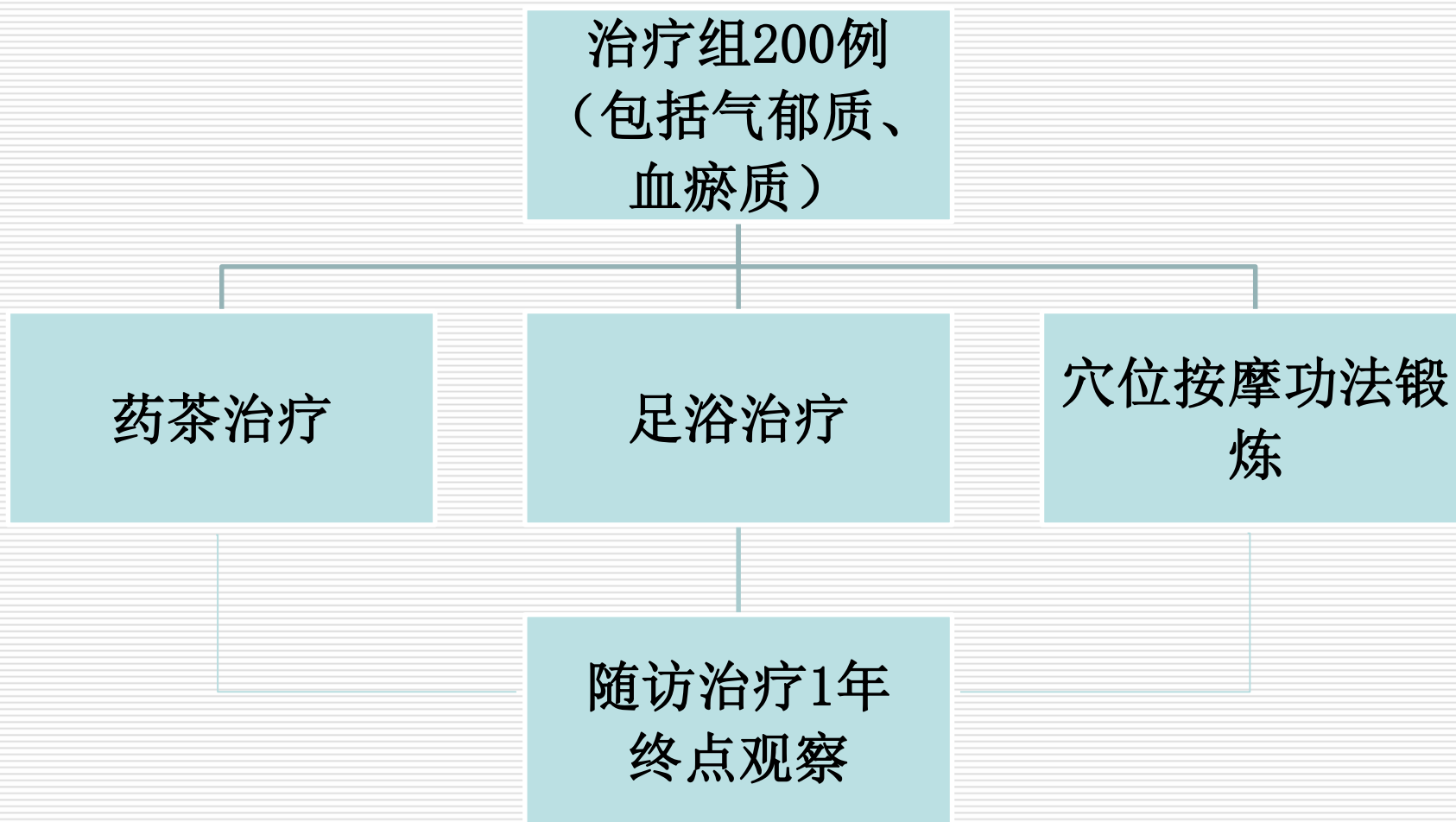
曙光医院
SHUGUANG HOSPITAL

更年期女性中医健康管理





干预方法





具体干预方案

(1) 气郁质综合干预方案

1) 药茶

佛手解郁茶：佛手花、玫瑰花苞少许，木蝴蝶3克、柴胡5克。

2) 足浴方

柴胡、乌药、枳壳各30克，川芎、赤芍、红花各10克。醋50毫升

3) 穴位按摩

主穴位：大敦穴

配穴：气海穴、阳陵泉穴、涌泉穴、太冲、曲泉穴



具体干预方案

(2) 血瘀质综合干预方案

1) 药茶

丹参6g 红花3g 玫瑰花3g 月季花6g

2) 足浴方

红花18 艾叶18 苏木12 路路通50 赤芍12

白芍12 醋50毫升

3) 穴位按摩

主穴：血海、三阴交、合谷、曲池

配穴：关元、肝俞、太冲。



上海中医药大学附属

曙光医院
SHUGUANG HOSPITAL

2015年度上海市浦东新区
“妇女·儿童·家庭”服务项目
围绝经期女性身心健康关爱行动

中医治未病养生
及慢病防治讲座

主讲：张晓天

主办：上海市浦东新区妇女联合会
承办：上海中医药大学附属曙光医院

2015 年度上海市浦东新区
“妇女·儿童·家庭”服务项目

围绝经期女性身心健康关爱行动—
中医治未病养生及慢病防治

主讲：张晓天

上海市浦东新区妇女联合会
上海中医药大学附属曙光医院



上海中医药大学附属

曙光医院
SHUGUANG HOSPITAL

“治未病”人才及科研



学科人才梯队

- 治未病中心是中医养生保健的科研和教学基地
- 目前共有在编医师6名，其中主任医师1名，副主任医师2名，主治医师1名，住院医师2名；共有护士7名，其中主管护师2名，护师3名，护士2名。
- 项目合作团队汇集了心血管、老年病、呼吸、杂病、针灸、推拿、手法导引等多学科专家，其中有13位专家及成员具有本科以上学历，12位专家具有高级职称称号。



上海中医药大学附属

曙光医院
SHUGUANG HOSPITAL

人员队伍





人员队伍

学术
团队

张晓天 主任医师



朱蕴华 副主任医师



郭丽雯、郑珏 主治医师



王莹 住院医师

支持
团队
项目
合作
团队

艾静 主任医师

关鑫 副主任医师

余小萍、余安胜、沈卫东、陆灏、
曹月龙、赵春英、蒋海平 主任医师



治未病专家组

姓名	职称	专业特长
张晓天	主任医师	擅长中医治未病、抗衰老、心脑血管疾病防治
艾静	主任医师	擅长中医内科杂病、中西医结合防治心血管疾病
张晓一	副主任医师	擅长中医慢性肝病、脂肪肝治疗与预防
朱蕴华	副主任医师	擅长糖尿病的中医治疗与预防
关鑫	副主任医师	擅长各种痛症、胃肠疾病、前列腺病及失眠、虚劳等亚健康的针灸草药综合防治
余小萍	主任医师	擅长慢支、哮喘、久咳、肺心病的中医治疗与预防
余安胜	主任医师	擅长针灸、推拿、中药防治各种慢性疾病
沈卫东	主任医师	擅长针灸治疗中风后遗症、小儿脑瘫、各种疼痛、软组织损伤、面瘫、内分泌及亚健康调节
陆灏	主任医师	擅长内分泌疾病的中医治疗与预防
曹月龙	副研究员	擅长退行性骨与关节疾病的中医药防治
赵春英	主任医师	擅长乳腺疾病与奶结的中医药防治
蒋海平	主任医师	擅长失眠的中医药防治及心理疏导

临床基地建设

国家科技部十一·五支撑项目·亚健康与治未病课题 临床检测协作中心

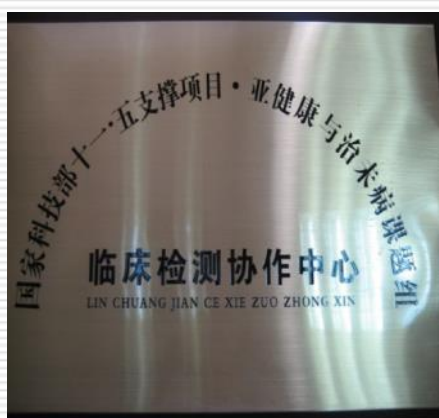
上海市教委重点学科建设项目 中西医结合基础课题 科研合作基地

中国医师协会“治未病”
调理师见习基地

世界卫生组织上海健康教育与健康促进合作中心—卫生科普健康教育基地

道生四诊仪上海中医药大学应用示范及培训基地

国家科技部十二·五科技支撑项目·亚健康状态评价研究 临床检测协作中心





学术研究

- 学科定位

曙光医院“治未病”中心以传统医学为基础，充分整合了我院原有的资源特色，结合现代医学，融合现代科技，传承祖国医学“治未病”精粹，弘扬中华健康文化，突出以中医为主预防疾病的防病理念及治“未病”思想。是一个独立的一级学科，并负有一定的管理和协调的职能。

出版著作

(科室团队主编10本)



上海中医药大学附属
曙光医院
SHUGUANG HOSPITAL

老年大学健康教育普及教材两本





慢性病 体质 养生指导系列丛书

上海中医药大学附属曙光医院“治未病中心”

- 被国家中医药管理局确定为“中医治未病健康工程”首批试点单位
- 上海市“治未病健康工程”示范单位
- 积极探索中医特色预防保健服务体系，热心服务于百姓健康需求
- 实现以人的健康为中心的个体化预防、保健和诊疗，普及“治未病”的中医健康理念

《慢性病体质养生指导系列丛书》

《慢性病体质养生指导系列丛书》以中医“治未病”理论为基础，遵循“未病先防、既病防变、已病早治”的原则，从中医体质学入手，详细阐述了高血压、冠心病、糖尿病、气管炎、脂肪肝、便秘等常见慢性病的病因病机、辨证分型、日常调摄等方面的内容，并着重介绍了这些慢性病患者的常见体质类型，针对不同体质的特点，提供药膳、药茶、中草药、运动锻炼、穴位按压等保健方法。

让读者对这些慢性病的相关知识有一定的了解，并进一步通过日常生活调护及中医特色诊疗方法，防止这些慢性病的发生与发展。



慢性病 体质 养生指导系列丛书

辨体质学养生



慢性病 体质 养生指导系列丛书



高血压体质养生指导
冠心病体质养生指导
糖尿病体质养生指导
气管炎体质养生指导
脂肪肝体质养生指导
便秘中医养生指导
膏方体质养生指导
亚健康体质养生指导

科学出版社



上海中医药大学附属曙光医院“治未病中心”专家
为您提供多方位养生指导

本套丛书教您辨清自己的体质，
根据不同体质特点，
选择适合的养生方法！



科学出版社



上海中医药大学附属

曙光医院
SHUANG HOSPITAL

中医“治未病”文化宣传

浦东电视台沟通节目第226期
——走进中医治未病





chat.eastday.com 东方聊天室

邮箱登录

新闻

搜索

BIG5 | ENGLISH | 日本語

首页 · 新闻 · 上海 · 社会 · 财经 · 体育 · 娱乐 · 军事 · 国际 · 国内 · 图片 · 专题 · 多媒体 · 考试 · 论坛 · 聊天 · 评论 · 直通车 · 世博 · 无线

汽车 · 教育 · 房产 · 旅游 · 彩票 · 健康 · 装潢 · 理财 · 票务 · IT · 文广 · 监察 · 侨办 · 司法 · 宣教 · 浦干 · 仲裁 · 结婚 · 企业 · 搜索

首页 一周预告 现场相册 视频聊天 权威解读 明星有约 学人茶座 网罗黑马 律师在线 名医坐堂 名师指点 百姓讲坛 活动直播

冬令养生 “精彩”联通 健康在沃

“舌”战“三高”

主办单位：上海医药行业协会、上海医药集团、上海医药集团医药信息中心
 承办单位：上海医药集团医药信息中心、CSSTV 网络电视台
 支持单位：中国医药保健品进出口商会、上海医药集团医药信息中心
 协办单位：上海医药集团医药信息中心、上海医药集团医药信息中心
 合作单位：上海医药集团医药信息中心、上海医药集团医药信息中心
 网络支持：上海医药集团医药信息中心、上海医药集团医药信息中心



办第42
 员、上
 员、光
 市民生
 帮

中医药
 网嘉宾
 交流与

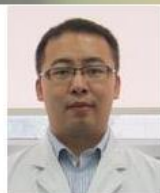
记韦明
 在线交

更多...

关鑫大夫的

朱蕴华大夫的

艾静大夫的个人网站 dctaijing.haodf.com



本站已经通过实名认证，所有内容均由艾静大夫本人发表

艾静 主任医师 副教授

☆ 收藏本站

艾静 大夫信息中心页

上海曙光医院西院 中医科
上海曙光医院东院 治未病中心

好大夫在线

晚上好, zhangxiaotian

我的网站 | 网站设置 | 退出

Q

手机版 | 网站地图

首页

患者服务

关鑫大夫的信息

感谢信: 0 礼物:

爱心: 贡献值: 55

科室: 上海曙光医院东院 治未病中心

擅长: 各种痛症、胃肠疾病
等亚健康状态的针灸草药

简介: 关鑫, 男, 副主任医师
医学博士、硕士研究生
药学会民间特色诊疗

首页

朱蕴华大夫的

感谢信:

贡献值:

科室:

擅长:

简介:

关鑫大夫的门诊时间

上午

周一

张晓天大夫的个人网站 zhangxiaotian.haodf.com



本站已经通过实名认证，所有内容均由张晓天大夫本人发表

张晓天 主任医师 副教授

☆ 收藏本站

张晓天 大夫信息中心页

上海曙光医院东院 治未病中心
上海曙光医院西院 治未病中心

首页

患者服务区

推荐咨询

文章

患者管理

网站设置

收费业务管理

发表新文章

发布停诊公告

修改医生资料

设置个人网站欢迎词

个人网站模块开关

让网站客服与您联系

如需帮助, 请拨打 010-56707121 或 给管理员留言

张晓天大夫的停诊公告

编辑

暂无停诊公告

张晓天大夫的信息

修改

感谢信: 5

礼物: 14

爱心: 贡献值: 5167

座右铭

编辑

医生的精神, 病人的生命!

为人之道宜直, 为医之道宜曲!

科训: 妙手仁医精诚至, 养生保健伴你行

张晓天大夫的患友咨询区 (已帮助473位患者, 未读0问)

查看推荐问题 | 过期问题 (7)

想要的患者类型: 无 (示例: 时间有限, 仅处理干燥综合征的问题)

(修改)



“治未病”进社区服务

推进“治未病”技术社区化，完善健康保障服务体系：

通过“5+1”模式——即1家三级医院（曙光医院）与浦东新区5家社区卫生服务中心的合作新模式的运行，把“治未病”工作推入社区。

- 积极推广中医“治未病”理念，提高全民保健意识
- 培养社区医疗队伍
- 推广适宜技术，针对亚健康人群、偏颇体质及社区常见病，实施干预措施



曙光医院和金杨社区卫生服务中心中医“治未病”项目

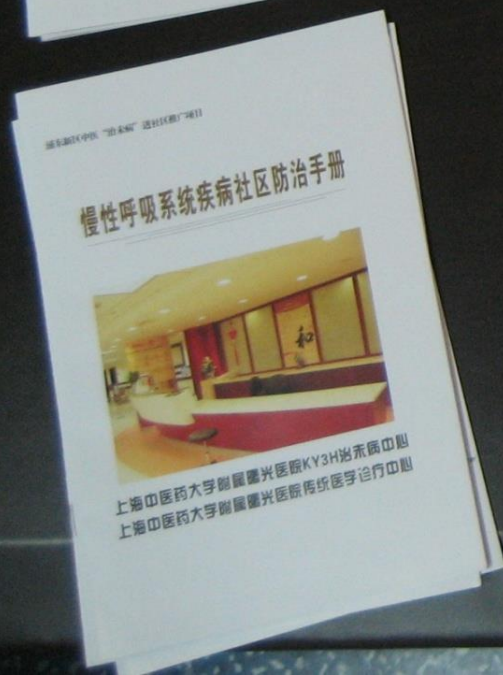


上海中医药大学附属

曙光医院
SHUGUANG HOSPITAL

治未病社区推广健康手册系列：

- 1、便秘防治手册
 - 2、糖尿病防治手册
 - 3、高血压防治手册
 - 4、降压八段锦
 - 5、“导引八法”健康手册
 - 6、失眠防治手册
 - 7、颈椎病社区防治手册
 - 8、慢性呼吸系统疾病社区防治手册
 - 9、隐匿性肾炎防治手册
 - 10、冬病夏治的自我保健手册
- 即将编辑的宣传手册
- 社区医疗安全防范及医患关系协调手册
 - 哺乳期妇女奶结的自我保健手册
 - 代谢综合征的健康手册





上海中医药大学附属

曙光医院
SHUGUANG HOSPITAL



上海市中医药研究院特色诊疗技术研究所
上海中医药大学附属曙光医院治未病中心

编制



上海中医药大学附属

曙光医院
SHUGUANG HOSPITAL

中医治未病标准化研究介绍—— “中医治未病技术操作规范 导引八法”



立项依据

- 以腰背痛、颈椎病和膝关节炎为代表的骨关节退行性疾病是临床上的常见病和多发病，位列疼痛疾病排行榜的第二位¹
- 单以腰背痛为例，据统计，在西方发达国家中，总的患病率约为15%~30%²；职业人群的复发率高达60%~85%³
- 骨关节退行性疾病已成为现代社会最常见的、花费最多的肌肉骨骼疼痛综合症⁴

1. Helfenstein Junior M, Goldenfum MA, Siena C. Occupational Low Back Pain[J]. Rev Assoc Med Bras. 2010, Sep-Oct; 56(5):583-589.

2. SBU Report 145. Ontiryggen, ontinacken: En evidensbaserad kunskapssammanställning. SBU Rapport 145/1&2. SBU, Stockholm, 2000 (Back Pain, Neck Pain: An Evidence Based Review. Report no. 145. Stockholm: the Swedish Council on Technology Assessment in Health Care; 2000).

3. Shelerud RA. Epidemiology of occupational low back pain [J]. Clin Occup Environ Med, 2006, 5(3): 501-528.

4. Woolf AD, Pfleger B. Burden of major musculoskeletal conditions [J]. Bull World Health Organ, 2003, 81(9): 646-656.



上海中医药大学附属

曙光医院
SHUGUANG HOSPITAL





立项依据

- 但更为严重的是，虽采取了种种措施，该类疾病的患病率和医疗开支却还在逐年上升¹
- 该类疾病的致痛机制极其复杂，远期临床疗效欠佳
- 传统的疗法和药物在预防和治疗该类疾病时总存在各种各样的限制和不足
- 祖国传统保健功法以其疗效明确，副作用少

1. Lin CW, Haas M, Maher CG, Machado LA, van Tulder MW. Cost-effectiveness of guideline-endorsed treatments for low back pain: a systematic review. Eur Spine J. 2011, 20(7):1024-1038.



“导引八法”功法特点

- “导引八法”系祖国传统中医保健方法之一
- 是在吸收太极拳、少林内功和自我保健推拿功法部分精华的基础上加以继承、创新汇编而成的
- 整套功法具有柔和舒缓，动静相兼，松稳自然的特点
- 上海中医药大学附属曙光医院石氏伤科将该功法用于膝骨关节炎等患者的自我保健和康复治疗，实践证明该功法简单易学，便于掌握





工作基础及研究可行性

- 上海中医药大学石氏伤科医学中心长期致力于慢性筋骨病损的防治研究，积累了丰富的经验，能够保证该研究的顺利实施
- “导引八法”经过长期的研究和优化
- 临床实践证明该功法简单易学，便于掌握
- 如能持之以恒地加以锻炼，可有效缓解膝痛、僵硬和活动不利等临床症状，还能对颈肩腰背痛等相关疾病的早期预防和治疗起到明显的效果。

“导引八法”预防骨关节退行性疾病的社区推广项目



上海中医药大学附属
曙光医院
SHUGUANG HOSPITAL



浦东新区卫生局和中医药协会选为 中医养生保健操进世博的比赛项目



上海中医药大学附属
曙光医院
SHUGUANG HOSPITAL



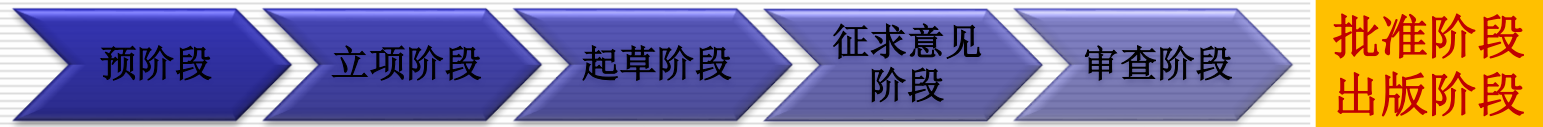


实施计划

主要阶段	时间安排	主要考核指标	
		标准制修订	研究及其他
成立工作组	2015年2月底前	工作组组成方案	工作组组成方案
文献研究和前期准备	2015年6月底前	文献研究和前期准备工作报告及有关材料	文献研究和前期准备工作报告及有关材料
起草	2015年7月底前	1. 标准征求意见稿 2. 编制说明	1. 研究报告征求意见稿 2. 起草说明
征求意见	2015年8月底前	1. 标准评价稿 2. 征求意见汇总处理表	专家意见汇总处理表
同行评价 (专家论证)	2015年9月底前	1. 评价报告 2. 评价反馈意见汇总处理表	(标准化研究及其他项目可省略)
专家组审核 (专家论证)	2015年10月底前	1. 标准公开征求意见稿 2. 编制说明 3. 征求意见汇总处理表 4. 专家组审核意见	专家论证意见
公开征求意见	2015年11月底前	公开征求意见汇总处理表	标准化研究及其他项目可省略
修改完善 形成送审稿	2015年12月底前	1. 标准送审稿 2. 编制说明 3. 历次意见汇总处理表及有关材料 4. 工作报告	1. 研究报告送审稿 2. 起草说明 3. 意见汇总处理表 4. 工作报告
审查(验收结题)	2016年5月底前	1. 标准报批稿 2. 编制说明 3. 意见汇总处理表 4. 审查意见 5. 工作报告	1. 研究报告上报稿 2. 起草说明 3. 意见汇总处理表 4. 验收意见 5. 工作报告

研究方案及过程

中医“治未病”标准制修订程序的阶段划分符合GB/T 16733-1997的规定。





研究方案及过程

- 成立工作组：工作组组成方案经专家指导组审核、由中华中医药学会和国家中医药管理局政策法规与监督司共同确定。

■ 工作组成员单位：

- 上海中医药大学附属曙光医院
- 中国中医科学院望京医院
- 上海中医药大学附属龙华医院
- 浙江省中医院
- 湖北省武汉市中医院

■ 合作验证单位

- 北京市中医医院
- 北京工业大学医院
- 江苏无锡市中医医院
- 新疆维吾尔自治区中医医院
- 黑龙江中医药大学附属第二医院
- 赣州市人民医院
- 云南省普洱市中医医院
- 重庆市江北区中医院



研究方案及过程

- 文献研究：查阅收集相关古代文献、现代文献和国外文献，运用循证医学等方法，开展有关证据的收集、筛选评价和分级。
 - 检索词：
检索“导引”或“练功”在骨关节退行性疾病中的应用
 - 数据库：
Pubmed、OVID Medline、Ebsco Medline、SCI、ScienceDirect、SciFinder、Springer Link、CNKI、万方、维普、SinoMed
 - 文献纳入排除标准：
“导引八法”治疗骨关节退行性疾病的系统性回顾/**Meta**分析、随机对照研究/对照试验、非对照研究、群组研究、病例对照研究、现况调查和经济评估等



研究方案及过程

- 起草论证：
 - 在前期工作的基础上，按照指南编写规则开展指南起草，将循证证据形成的推荐建议和专家共识形成的推荐建议等技术内容纳入指南中，组织有关方面专家对指南中的技术内容进行充分论证，形成指南初稿、编制说明等材料。



研究方案及过程

- 征求意见：指南工作组应当将指南征求意见稿征求医疗机构、科研机构、教育机构、行业组织及专家学者等方面意见。指南征求意见的期限届满后，指南工作组将反馈意见进行归纳汇总和研究处理，形成意见汇总处理表，并根据反馈意见修改完善，形成指南评价稿。



研究方案及过程

- 同行评价（一致性测试）：
 - 指南工作组采用病例调查分析方法，在专家指导组指导下，选取不同地域**10**个以上医疗机构作为评价单位，开展符合指南疾病诊断的住院病例观察，评价单位以三级医院为主
 - 病例来源：近**1**年内发病的腰背痛、颈椎病和膝关节炎等骨关节退行性疾病患者，共**200**例，每个研究中心**20**例
 - 诊断标准：参考各个具体疾病的行业诊断标准



研究方案及过程

根据国家中医药管理局政策法规与监督司印发的《2015年中医治未病标准制修订项目工作方案》（国中医药法监法标便函[2015]3号）和中华中医药学会制定的《中医治未病标准制修订技术要求（试行）》的要求，中医治未病实践指南制修订在完成指南起草论证、征求意见、形成初稿后，将开展**实践评价、小范围试行研究**。



《2015年中医治未病标准制修订项目工作方案》

——（国中医药法监法标便函[2015]3号）

实践评价

标准征求意见完成后，标准工作组应在专家指导组的指导下，制定实践评价方案，选取10个以上单位作为评价单位，通过接受过中医治未病服务的人群，开展治未病标准技术内容实践符合度评价，撰写评价报告，提交标准工作组，工作组根据评价反馈意见，修改完善标准草案。

关键词：1. **技术方法** 制定评价方案；
2. **团队组成** 寻找10家单位；
3. **观察对象** 中医治未病服务人群
4. **研究内容** 标准技术内容实践符合度评价——**重中之重**
5. **研究目的** 修改完善标准草案，并对差异进行分析

一致性评价--评价方法



上海中医药大学附属
曙光医院
SHUGUANG HOSPITAL

病例调查表--《中医治未病实践指南、操作规范一致性测试表（病例调查表）》



4建立数据库

汇总分析结果

3填写一致性调查表

选取200例患者

2培训医生

承担评价任务的主管
医生或相关人员

1选取评价单位

不同地域10个
以上医疗机构





一致性评价--评价方法

影响**治未病实践指南、操作规范与实践**一致性的常见原因

1、内因 a、内容表述不清

b、适用人群不明确

c、干预措施不适用

d、技术内容可操作性不强

e、干预措施效果不好

f、安全性差

临床调研
可改变

2、外因 a、使用指南的医务人员

b、指南的使用人群

c、指南使用的环境

标准实施及一致性测试的主要内容



上海中医药大学附属
曙光医院
SHUGUANG HOSPITAL

一致性测试程序

成立一致性测试工作小组

制定一致性测试计划或方案

一致性测试准备

一致性测试实施

编写一致性测试报告



“导引八法”操作规范内容

- 前言
- 引言
- 范围
- 规范性引用文件
- 术语和定义
- 准备工作
- 操作方法
- 练习疗程
- 注意事项
- 禁忌症
- 可能出现的意外情况及预防、处理措施
- 附录A（资料性附录） 干预原则与适宜人群
- 附录B（资料性附录） 诊断标准
- 附录C（资料性附录） 结局评价

“中医治未病技术操作规范 导引八法” 一致性测试观察表（病例调查表）



上海中医药大学附属
曙光医院
SHUGUANG HOSPITAL

中医治未病技术操作规范一致性测试观察表
(病例调查表)

编号: □□□□

一、基本信息	
填写单位（人员） 信息	技术操作规范名称: <u>导引八法</u>
	一致性测试单位: _____ 所在科室: _____
	单位类别: 医院 ☐ 社会保健机构 ☐ 其他 ☐ 医院级别: _____
	填写日期: _____年____月____日
	填写人员: _____（签名） 科室负责人: _____（签名）
受试者信息	档案号（或门诊号）: _____ 性别: 男 ☐ 女 ☐ 年龄: _____岁
	主诉（或主要预防方向）: _____
	现病史（或典型症状）: _____

	体检: _____

辅助检查: _____	

中医治未病技术规范“导引八法” 一致性测试观察表（病例调查表）



上海中医药大学附属
曙光医院
SHUGUANG HOSPITAL

二、健康状态判定		
适用人群	受试者信息提取、依据	一致性测试（与规范内容比较）
（一）适用人群 （范围）	1. _____ 2. _____ 3. _____	☐ 一致 ☐ 比较一致 ☐ 一般 ☐ 部分不一致 ☐ 完全不一致 不一致原因： 1. _____ 2. _____ 3. _____
（二）判定依据	1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____ 5. _____	☐ 一致 ☐ 比较一致 ☐ 一般 ☐ 部分不一致 ☐ 完全不一致 不一致原因： 1. _____ 2. _____ 3. _____
三、干预措施		
	条目	一致性测试（与操作规范比较，根据具体情况填写）
（一）功法练习	<u>导引八法</u>	☐ 一致 ☐ 比较一致 ☐ 一般 ☐ 部分不一致 ☐ 完全不一致

中医治未病技术操作规范“导引八法” 一致性测试观察表（病例调查表）



上海中医药大学附属
曙光医院
SHUGUANG HOSPITAL

(二) 准备工作	1. 场地准备	☐ 一致 ☐ 比较一致 ☐ 一般 ☐ 部分不一致 ☐ 完全不一致 不一致原因： 1. _____ 2. _____
	2. 练习人员准备	☐ 一致 ☐ 比较一致 ☐ 一般 ☐ 部分不一致 ☐ 完全不一致 不一致原因： 1. _____ 2. _____
	3. 培训人员准备	☐ 一致 ☐ 比较一致 ☐ 一般 ☐ 部分不一致 ☐ 完全不一致 不一致原因： 1. _____ 2. _____

中医治未病技术操作规范“导引八法” 一致性测试观察表（病例调查表）



上海中医药大学附属
曙光医院
SHUGUANG HOSPITAL

四、技术操作可行性		
（一）练习方法	一致性测试	
1. 无极式	6. 沉浮式	☐ 一致 ☐ 比较一致 ☐ 一般 ☐ 部分不一致 ☐ 完全不一致 不一致原因： 1. _____ 2. _____
2. 站裆式	7. 抖透式	☐ 一致 ☐ 比较一致 ☐ 一般 ☐ 部分不一致 ☐ 完全不一致 不一致原因： 1. _____ 2. _____
3. 前推八匹马式	8. 收式	☐ 一致 ☐ 比较一致 ☐ 一般 ☐ 部分不一致 ☐ 完全不一致 不一致原因： 1. _____ 2. _____
4. 马裆式	（二）练习疗程	☐ 一致 ☐ 比较一致 ☐ 一般 ☐ 部分不一致 ☐ 完全不一致 不一致原因： 1. _____ 2. _____
5. 顺水推舟式	（三）注意事项	☐ 一致 ☐ 比较一致 ☐ 一般 ☐ 部分不一致 ☐ 完全不一致 不一致原因： 1. _____ 2. _____
6. 沉浮式	（四）禁忌症	☐ 一致 ☐ 比较一致 ☐ 一般 ☐ 部分不一致 ☐ 完全不一致 不一致原因： 1. _____ 2. _____

中医治未病技术操作规范“导引八法” 一致性测试观察表（病例调查表）



上海中医药大学附属
曙光医院
SHUGUANG HOSPITAL

五、效果判定		
	效果判定指标名称	技术规范与实际是否一致
(一) 效果判定指标	1. 视觉模拟评分法	☐ 一致 ☐ 比较一致 ☐ 一般 ☐ 部分不一致 ☐ 完全不一致 不一致原因： 1. _____ 2. _____
	2. 临床疗效等级判定法	☐ 一致 ☐ 比较一致 ☐ 一般 ☐ 部分不一致 ☐ 完全不一致 不一致原因： 1. _____ 2. _____
(二) 干预范围	效果判定指标名称	效果判定
1. _____	1. 视觉模拟评分法	干预前：_____分 干预后：_____分
	2. 临床疗效等级判定	☐ 治愈 ☐ 好转 ☐ 未愈
2. _____	1. 视觉模拟评分法	干预前：_____分 干预后：_____分
	2. 临床疗效等级判定	☐ 治愈 ☐ 好转 ☐ 未愈
3. _____	1. 视觉模拟评分法	干预前：_____分 干预后：_____分
	2. 临床疗效等级判定	☐ 治愈 ☐ 好转 ☐ 未愈

中医治未病技术操作规范“导引八法” 一致性测试观察表（病例调查表）



上海中医药大学附属
曙光医院
SHUGUANG HOSPITAL

六、满意度。	
（一）服务对象 满意度（病人等）。	<u>满意</u> ☐ <u>比较满意</u> ☐ 一般 ☐ 不满意 ☐ 不满意的原因：_____
（二）服务提供者 满意度（医生等）。	<u>满意</u> ☐ <u>比较满意</u> ☐ 一般 ☐ 不满意 ☐ 不满意的原因：_____
七、安全性及不良事件。	
。	无不良事件 ☐ 有不良事件 ☐ 如有不良事件，是否判定为不良反应 ☐ 不良事件/反应及处理措施记录： 1. _____ 2. _____ 3. _____
八、其他事项。	
。	记录： 1. _____ 2. _____ 3. _____



上海中医药大学附属

曙光医院
SHUGUANG HOSPITAL

“导引八法”培训视频

中医治未病标准制修订项目

中医治未病标准制修订项目 中医治未病实践指南—— 导引八法干预骨关节退行性疾病

项目编号:SNFCM-2015-BZ299

主管单位:国家中医药管理局 中华中医药学会

承担单位:上海中医药大学附属曙光医院

负责人:张晓天、詹红生、石瑛



上海中医药大学附属

曙光医院
SHUGUANG HOSPITAL

上海中医药大学附属曙光医院

谢谢！