

T/GXAS

团 体 标 准

T/GXAS 1040—2025

背俞指针疗法治疗功能性便秘技术 操作规范

Specification for operation technologies of back *Shu* finger-pressure
therapy in the treatment of functional constipation

2025 – 07 – 18 发布

2025 – 07 – 24 实施

广西标准化协会 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

4 辨证分型 1

 4.1 热积秘 1

 4.2 寒积秘 1

 4.3 气滞秘 1

 4.4 气虚秘 2

 4.5 血虚秘 2

 4.6 阴虚秘 2

 4.7 阳虚秘 2

5 禁忌症 2

6 治疗 2

 6.1 治疗原则 2

 6.2 操作准备 2

 6.3 背俞指针操作方法 3

 6.4 疗程 6

 6.5 注意事项 7

7 不良反应处理 7

 7.1 皮下瘀血 7

 7.2 破皮 7

8 日常调护 7

参考文献 8

前 言

本文件参照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。

请注意本文件的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。

本文件由广西中医药大学第一附属医院提出并宣贯。

本文件由广西标准化协会归口。

本文件起草单位：广西中医药大学第一附属医院、陕西中医药大学附属医院、贵州中医药大学第一附属医院。

本文件主要起草人：谢胜、刘礼剑、黎丽群、刘园园、谭金晶、谢洁如、余进爵、周素芳、王捷虹、刘倩、卢文生。

背俞指针疗法治疗功能性便秘技术 操作规范

1 范围

本文件界定了背俞指针疗法治疗功能性便秘技术操作涉及的术语和定义,规定了背俞指针疗法治疗功能性便秘技术操作的诊断、禁忌症、治疗、不良反应处理、日常调护的要求。

本文件适用于背俞指针疗法治疗功能性便秘。

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 16751.1 中医临床诊疗术语 第1部分:疾病

GB/T 16751.2 中医临床诊疗术语 第2部分:证候

GB/T 16751.3 中医临床诊疗术语 第3部分:治法

3 术语和定义

GB/T 16751.1、GB/T 16751.2、GB/T 16751.3界定的术语和定义适用于本文件。

3.1

背俞指针疗法 Back-Shu acupressure therapy

以拇指代针,在患者背部双侧足太阳膀胱经上的背俞穴进行点、按、揉操作的一种中医外治法。

3.2

功能性便秘 functional constipation

缺乏器质性病因,没有结构异常或代谢障碍,又除外肠易激综合征的慢性便秘。

4 辨证分型

4.1 热积秘

4.1.1 主症:大便干结;大便臭秽和(或)口干口臭和(或)小便短赤。

4.1.2 次症:腹胀或腹痛;面红心烦;或有身热。

4.1.3 舌脉:舌红,苔黄,脉滑数。

4.2 寒积秘

4.2.1 主症:大便艰涩;腹痛拘急、得温痛减,或腹满拒按。

4.2.2 次症:手足不温;畏寒。

4.2.3 舌脉:舌质淡暗,苔薄白腻,脉弦紧。

4.3 气滞秘

4.3.1 主症:大便干结或不甚干结,排便不爽;腹胀或伴腹痛。

4.3.2 次症:肠鸣矢气;情绪不畅时加重;胸胁痞满,暖气频作。

4.3.3 舌脉:舌红,苔薄,脉弦。

4.4 气虚秘

- 4.4.1 主症：大便不硬，虽有便意，但排便费力；用力努挣则汗出短气。
- 4.4.2 次症：便后乏力，神疲懒言。
- 4.4.3 舌脉：舌淡，苔白，脉弱。

4.5 血虚秘

- 4.5.1 主症：大便干结；面色少华，头晕目眩。
- 4.5.2 次症：心悸气短；口唇色淡。
- 4.5.3 舌脉：舌质淡，脉细弱。

4.6 阴虚秘

- 4.6.1 主症：大便干结如羊屎状；潮热盗汗和(或)手足心热和(或)两颧红赤。
- 4.6.2 次症：口干少津；形体消瘦，头晕耳鸣；心烦少眠；腰膝酸软。
- 4.6.3 舌脉：舌质红，有裂纹，少苔，脉细数。

4.7 阳虚秘

- 4.7.1 主症：大便干或不干，排出困难；面色㿔白，小便清长。
- 4.7.2 次症：腹中冷痛；腰膝酸冷；四肢不温或畏寒怕冷。
- 4.7.3 舌脉：舌淡，苔白，脉沉迟。
- 4.7.4 以上证型确定时，主症必备，加次症 1～2 项即可诊断，参考舌脉象和理化检查。

5 禁忌症

- 5.1 局部皮肤有溃破、疤痕、出血等严重皮肤病变的患者。
- 5.2 患者精神极度紧张或极度疲劳的患者。
- 5.3 妊娠期妇女。
- 5.4 精神疾病等无法配合的患者。
- 5.5 严重内脏器官疾病患者。
- 5.6 过饥、过饱、醉酒者。

6 治疗

6.1 治疗原则

开气门，通腑气。

6.2 操作准备

6.2.1 用物准备

治疗床、铺巾、治疗巾、枕头等。

6.2.2 场地和环境

宜安静、避风、舒适；室温应保持在26℃～28℃；空间相对独立。

6.2.3 体位选择

采取俯卧位。

6.2.4 术者准备

- 6.2.4.1 术者应双手温暖，注意修剪指甲，并用洗手液清洗消毒。
- 6.2.4.2 治疗前与患者说明操作目的、流程。

6.3 背俞指针操作方法

6.3.1 热积秘

6.3.1.1 用掌揉法对患者足太阳膀胱经从上至下按揉 2 min。

6.3.1.2 选取患者足太阳膀胱经第一侧线上的胆俞（双）、三焦俞（双）、大肠俞（双）、小肠俞（双）进行操作。热积秘穴位图见图 1。取穴定位方法按 GB/T 12346 的要求执行。

6.3.1.3 采用平补平泻法或泻法，平补平泻为力量适中，频率每分钟 111~120 次；泻法为力量重，频率每分钟 121~160 次，力度以患者耐受为度。三焦俞（泻法）、大肠俞（平补平泻）、小肠俞（平补平泻）、胆俞（平补平泻）。

6.3.1.4 施以拇指指腹按穴位 1min、点揉 2min 的手法操作，由左至右、由上而下顺序进行。每个穴位操作时间为 3 min。

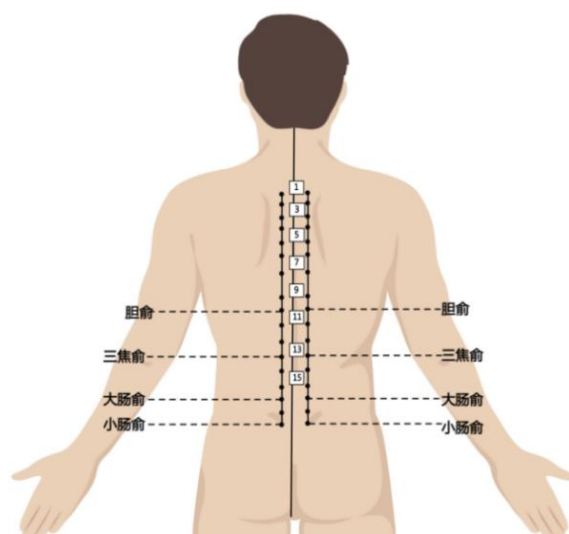


图 1 热积秘操作穴位

6.3.2 寒积秘

6.3.2.1 用掌揉法对患者足太阳膀胱经从上至下按揉 2 min。

6.3.2.2 选取患者背部膀胱经第一侧线上的大肠俞（双）、肾俞（双）、三焦俞（双）、小肠俞（双）、胃俞（双）、脾俞（双）进行操作。寒积秘穴位图见图 2。取穴定位方法按 GB/T 12346 的要求执行。

6.3.2.3 采用平补平泻法、补法或泻法。平补平泻为力量适中，频率每分钟 111~120 次；补法为力量轻柔，频率每分钟 90~110 次；泻法为力量重，频率每分钟 121~160 次，力度以患者耐受为度。大肠俞（平补平泻）、肾俞（补法）、三焦俞（泻法）、小肠俞（平补平泻）、胃俞（平补平泻）、脾俞（平补平泻）。

6.3.2.4 施以拇指指腹按穴位 1min、点揉 2min 的手法操作，由左至右、由上而下顺序进行。每个穴位操作时间为 3 min。

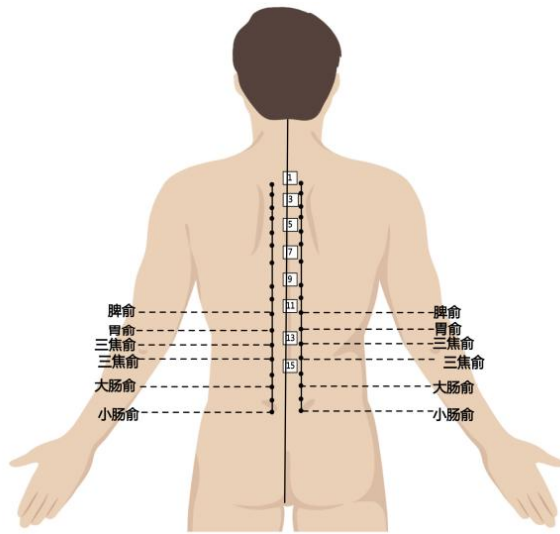


图2 寒积秘操作穴位

6.3.3 气滞秘

- 6.3.3.1 用掌揉法对患者足太阳膀胱经从上至下按揉 2min。
- 6.3.3.2 选取患者背部膀胱经第一侧线上的大肠俞（双）、肝俞（双）、脾俞（双）、胃俞（双）进行操作。气滞秘穴位图见图 3。取穴定位方法按 GB/T 12346 的要求执行。
- 6.3.3.3 采用平补平泻法、补法或泻法。平补平泻为力量适中，频率每分钟 111~120 次；补法为力量轻柔，频率每分钟 90~110 次；泻法为力量重，频率每分钟 121~160 次，力度以患者耐受为度。大肠俞（平补平泻）、肝俞（泻法）、脾俞（补法）、胃俞（补法）。
- 6.3.3.4 施以拇指指腹按穴位 1min、点揉 2min 的手法操作，由左至右、由上而下顺序进行。每个穴位操作时间为 3 min。

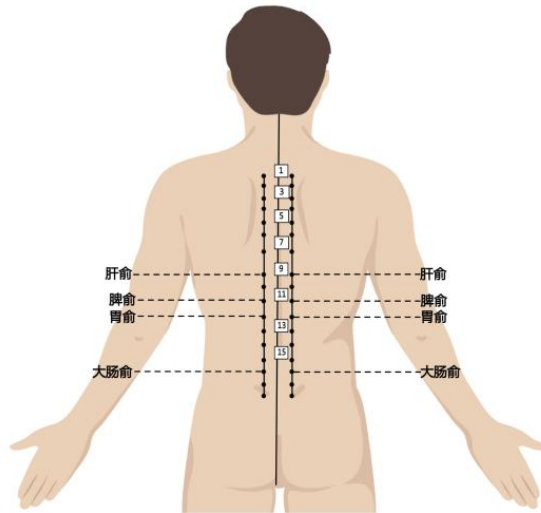


图3 气滞秘操作穴位

6.3.4 气虚秘

- 6.3.4.1 用掌揉法对患者足太阳膀胱经从上至下按揉 2min。
- 6.3.4.2 选取患者背部膀胱经第一侧线上的大肠俞（双）、气海俞（双）、肺俞（双）、脾俞（双）、胃俞（双）进行操作。气虚秘穴位图见图 4。取穴定位方法按 GB/T 12346 的要求执行。
- 6.3.4.3 采用平补平泻法或补法。平补平泻为力量适中，频率每分钟 111~120 次；补法为力量轻柔，频率每分钟 90~110 次，力度以患者耐受为度。大肠俞（平补平泻）、气海俞（补法）、肺俞（补法）、脾俞（补法）、胃俞（补法）。

6.3.4.4 施以拇指指腹按穴位 1min、点揉 2min 的手法操作，由左至右、由上而下顺序进行。每个穴位操作时间为 3 min。

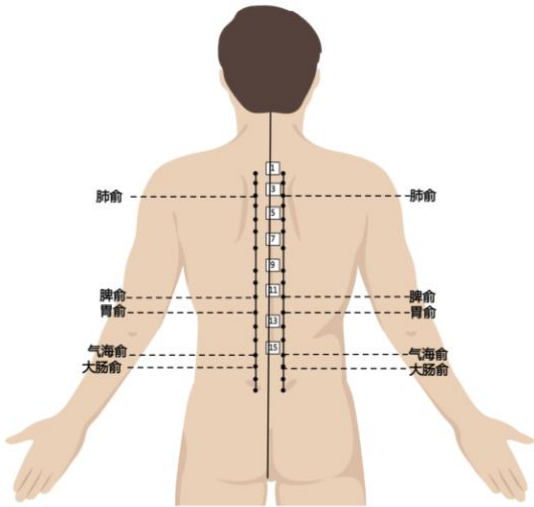


图 4 气虚秘操作穴位

6.3.5 血虚秘

- 6.3.5.1 用掌揉法对患者足太阳膀胱经从上至下按揉 2 min。
- 6.3.5.2 选取患者背部膀胱经第一侧线上的膈俞（双）、大肠俞（双）、脾俞（双）、胃俞（双）、肾俞（双）进行操作。血虚秘穴位图见图 5。取穴定位方法按 GB/T 12346 的要求执行。
- 6.3.5.3 采用平补平泻法或补法。平补平泻为力量适中，频率每分钟 111~120 次；补法为力量轻柔，频率每分钟 90~110 次，力度以患者耐受为度。膈俞（补法）、大肠俞（平补平泻）、脾俞（补法）、胃俞（补法）、肾俞（补法）。
- 6.3.5.4 施以拇指指腹按穴位 1min、点揉 2min 的手法操作，由左至右、由上而下顺序进行。每个穴位操作时间为 3 min。

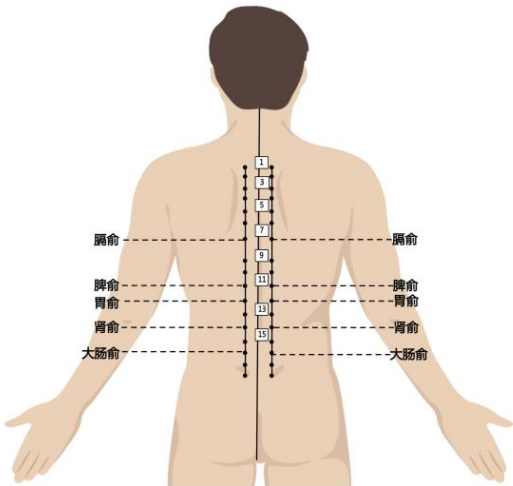


图 5 血虚秘操作穴位

6.3.6 阴虚秘

- 6.3.6.1 用掌揉法对患者足太阳膀胱经从上至下按揉 2 min。
- 6.3.6.2 选取患者背部膀胱经第一侧线上的大肠俞（双）、肺俞（双）、脾俞（双）、三焦俞（双）、肾俞（双）进行操作。阴虚秘穴位图见图 6。取穴定位方法按 GB/T 12346 的要求执行。

6.3.6.3 采用平补平泻法或补法。平补平泻为力量适中，频率每分钟 111~120 次；补法为力量轻柔，频率每分钟 90~110 次，力度以患者耐受为度。大肠俞（平补平泻）、肺俞（补法）、脾俞（补法）、三焦俞（平补平泻）、肾俞（补法）。

6.3.6.4 施以拇指指腹按穴位 1min、点揉 2min 的手法操作，由左至右、由上而下顺序进行。每个穴位操作时间为 3 min。

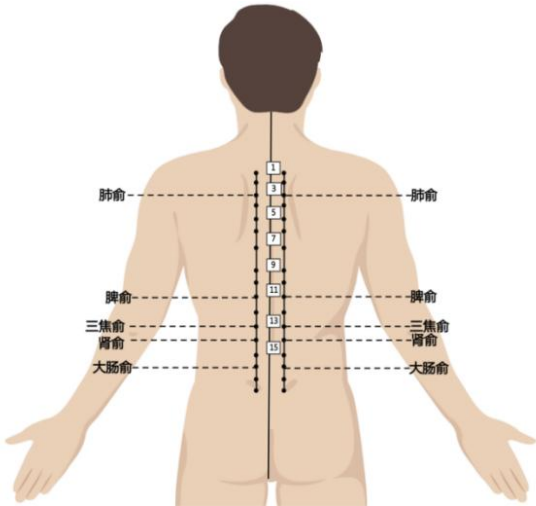


图 6 阴虚秘操作穴位

6.3.7 阳虚秘

6.3.7.1 用掌揉法对患者足太阳膀胱经从上至下按揉 2 min。

6.3.7.2 选取患者背部膀胱经第一侧线上的关元俞（双）、大肠俞（双）、肾俞（双）、脾俞（双）、胃俞（双）、肺俞（双）进行操作。阳虚秘穴位图见图 7。取穴定位方法按 GB/T 12346 的要求执行。

6.3.7.3 采用平补平泻法或补法。平补平泻为力量适中，频率每分钟 111~120 次；补法为力量轻柔，频率每分钟 90~110 次，力度以患者耐受为度。关元俞（补法）、大肠俞（平补平泻）、肾俞（补法）、脾俞（补法）、胃俞（补法）、肺俞（补法）。

6.3.7.4 施以拇指指腹按穴位 1min、点揉 2min 的手法操作，由左至右、由上而下顺序进行。每个穴位操作时间为 3 min。

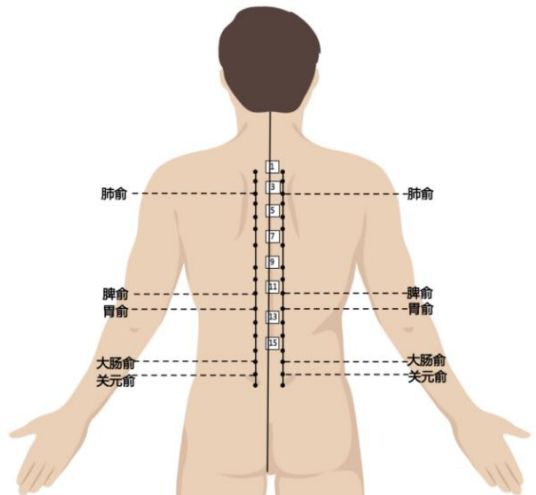


图 7 阳虚秘操作穴位

6.4 疗程

每日1次，7次为1个疗程。

6.5 注意事项

在操作过程中力度以患者能承受为度，减轻手法反应。

7 不良反应处理

7.1 皮下瘀血

若受术局部出现小块青紫时，可不处理，使其自行消退。也可热敷促使局部瘀血消散吸收。

7.2 破皮

在使用手法时，因操作不当导致患者皮肤破损，应做消毒或外科处理，同时，不应在皮肤破损处操作。

8 日常调护

8.1 注意保暖，防止外邪侵袭。

8.2 调畅情志，加强户外运动，增强体质。

8.3 多喝水，饮食清淡，少食辛辣香燥、油腻荤腥食物。

8.4 建立作息制度，养成定时排便的习惯。



参 考 文 献

- [1] 方秀才,侯晓华主译.DROSSMANDA.罗马IV:功能性胃肠病[M].4版.北京:科学出版社,2016.
 - [2] 李军祥,陈諝,柯晓.功能性便秘中西医结合诊疗共识意见(2017年)[J].中国中西医结合消化杂志,2018.
 - [3] 李超,谢胜,黄学霞.基于“肺-肠轴”探讨肠道菌群与功能性便秘的关系[J/OL].实用中医内科杂志:1-7[2023-11-14].
 - [4] 谢胜,韦金秀,周晓玲等.背俞指针疗法对出口梗阻型便秘患者俞穴选择初探[J].河北中医,2015,37(01):85-87.
 - [5] 韦金秀,谢胜,周晓玲等.背俞指针疗法对OOC患者任督二脉穴位皮温的影响[J].西部中医药,2014,27(05):1-4.
 - [6] 谢胜,韦金秀,周晓玲等.背俞指针疗法治疗出口梗阻型便秘42例[J].山东中医杂志,2014,33(09):752-753+764.
 - [7] 梁谊深,谢胜,张云波.指针疗法结合穴位注射治疗功能性便秘疗效观察[J].江西中医药,2006(02):50.
-

中华人民共和国团体标准
背俞指针疗法治疗功能性便秘技术
操作规范

T/GXAS 1040—2025

广西标准化协会统一印制

版权专有 侵权必究