

T/GXAS

团 体 标 准

T/GXAS 1099—2025

胎动不安（先兆流产）中医护理规范

Specification for traditional Chinese medicine nursing of threatened
abortion (fetal irritability)

2025 - 08 - 29 发布

2025 - 09 - 04 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 人员要求 1

5 基础护理 1

6 辨证施护 1

7 情志调护 4

8 健康指导 4

参考文献 6

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、桂平市中医医院、桂林市中西医结合医院、贺州市中医医院、贵港市中医医院、来宾市中医医院、广西中医药大学附属瑞康医院。

本文件主要起草人：言彩蝶、罗岗、李慧、颜丹霞、陆芦、余文娟、张文杰、郑慧、罗秋杏、陈岚岚、戴慧玲、文艳群、莫智婕、莫玉龙、陶文碧、杨艳、梁晓君、庞静华、林肖梅、许怡、玉瑕、黄梅容、吴雪蜜、钟远红、韦娟、严秀梅、柳神清、叶铮铮、杨春莹、全玲山、孔秀莲、韦审。

胎动不安（先兆流产）中医护理规范

1 范围

本文件界定了胎动不安（先兆流产）的术语和定义，规定了胎动不安（先兆流产）中医护理的人员要求、基础护理、辨证施护、情志调护以及健康指导的要求。

本文件适用于胎动不安（先兆流产）的中医护理。

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 13734 耳穴名称与定位
GB/T 21709.1 针灸技术操作规范 第1部分：艾灸
GB/T 40997 经外奇穴名称与定位

3 术语和定义

下列术语和定义适用于本文件。

3.1

胎动不安（先兆流产） threatened abortion (fetal irritability)

以自觉胎动，下腹坠胀，腰酸腹痛，或伴阴道少量流血为特征的妊娠病。

[来源：GB/T 42467.6—2023，6.6]

4 人员要求

应取得护士执业证，经过中医药知识和技能岗位培训并合格。

5 基础护理

5.1 应保持室内安静、整洁、空气清新，温度宜为 $24^{\circ}\text{C} \pm 2^{\circ}\text{C}$ ，湿度为 50%~60%。

5.2 观察患者腹痛、腰痛、胎动、阴道出血等情况以及神色、血压、脉象的变化，监测胎心音。患者阴道出血量较多，伴腰酸、腹痛加剧且有下坠感时，护士应及时报告医生并配合处理。

5.3 不宜进行阴道检查，不应进行灌肠、刺激乳头等易引起宫缩的操作。

6 辨证施护

6.1 证候评估

评估患者证候：

——肾虚证：妊娠期间，腰酸腹痛，胎动下坠，或伴阴道少量流血，色暗淡，头晕耳鸣酸软，小便频数，或曾屡有堕胎，舌淡，苔白，脉沉细而滑；

——气血虚弱证：妊娠期间，腰腹坠胀，阴道少量流血，色淡质稀，头晕眼花，心悸气短，面色苍白，舌淡，苔薄白，脉细滑；

——血热证：妊娠期间，腰酸腹痛，胎动下坠，或阴道少量流血，血色深红或鲜红，心烦少寐，渴喜冷饮，便秘溲赤，舌红，苔黄，脉滑数；

——血瘀证（跌仆伤胎证）：孕后阴道不时少量下血，色红或暗红，胸腹胀满，少腹拘急，其则腰酸，胎动下坠，皮肤粗糙，口干不欲饮，舌暗红或边尖有瘀斑，苔白，脉沉弦或沉涩。

6.2 中医外治

6.2.1 艾灸

6.2.1.1 适用证候与禁忌

6.2.1.1.1 适用于肾虚证、气血虚弱证及血瘀证（跌仆伤胎证）。

6.2.1.1.2 出血量多或血热型胎动不安（舌红苔黄）者不应施术。

6.2.1.2 施术前准备

6.2.1.2.1 评估以下内容：

——患者当前主要症状、既往史、过敏史；

——患者体质、对热的敏感度及耐受度；

——患者施术部位的皮肤情况；

——患者心理状态；

——环境是否符合隐私保护和保暖要求。

6.2.1.2.2 用物准备：治疗盘、艾条、点火器（或打火机、酒精灯）、弯盘（或烟灰缸）、竹签、广口瓶、小纱布、浴巾、屏风。

6.2.1.2.3 体位准备：指导并协助患者取舒适体位，暴露其施术部位。

6.2.1.3 施术

6.2.1.3.1 按先上后下，先头顶、胸背，后腹部、四肢顺序施术。

6.2.1.3.2 肾虚证、血瘀证（跌仆伤胎证）取足三里、太溪穴，气血虚弱证取足三里穴，穴位定位应符合 GB/T 12346 的规定。

6.2.1.3.3 选用温和灸、回旋灸或雀啄灸其中一种方法，相应操作应符合 GB/T 21709.1 的规定，温和灸宜每次灸 10 min~15 min，回旋灸宜每次灸 20 min~30 min，雀啄灸宜每次灸 10 min~15 min。

6.2.1.3.4 不应对腹部穴位（如关元、气海）施术。

6.2.1.3.5 随时观察患者局部皮肤情况及患者对施术的反应，询问有无灼痛感，及时调整施术距离。

6.2.1.3.6 保持室内通风，随时清除艾灰。

6.2.1.4 施术后处理

6.2.1.4.1 记录施术部位、时间、效果及患者局部皮肤情况。

6.2.1.4.2 嘱患者适当饮用温开水。

6.2.1.5 疗程

每日1次，7 d为1疗程。

6.2.2 穴位贴敷

6.2.2.1 适用证候与禁忌

6.2.2.1.1 适用于肾虚证、气血虚弱证、血热证及血瘀证（跌仆伤胎证）。

6.2.2.1.2 皮肤破损、感染或出血倾向者不应施术。

6.2.2.2 施术前准备

6.2.2.2.1 评估以下内容：

——患者当前主要症状、既往史、过敏史；

——患者贴药部位的皮肤情况；

——患者心理状态；

——环境是否符合隐私保护和保暖要求。

6.2.2.2.2 药物调配：将安胎中药细末（杜仲、桑寄生、艾叶等）用介质物（醋、鲜姜汁、蒜汁、蜂

蜜、白酒、水)等调成糊状,制成直径1 cm~2 cm大小的药饼。

6.2.2.2.3 用物准备:治疗盘、透气胶贴、纱布、压舌板、胶布、屏风。

6.2.2.2.4 体位准备:指导并协助患者取舒适体位,暴露其施术部位。

6.2.2.3 施术

6.2.2.3.1 肾虚证取关元、神阙、气海、肾俞、命门、足三里、涌泉(腰胀痛或小腹疼痛取子宫穴)穴,气血虚弱证取关元、肾俞、脾俞、气海、神阙、足三里、内关、中脘、三阴交穴,血热证取关元、肾俞、足三里、内关、神阙、三阴交、气海穴,血瘀证(跌仆伤胎证)取关元、肾俞、足三里、神阙、气海、三阴交穴,子宫穴穴位定位应符合 GB/T 40997 的规定,其它穴位定位应符合 GB/T 12346 的规定。

6.2.2.3.2 将调配好的药丸置于透气胶贴圈中。

6.2.2.3.3 用纱布擦净患者施术穴位皮肤,并将药丸贴在相应穴位,抚平透气胶贴。

6.2.2.3.4 腹部穴位不应用力按压,应动作轻柔。

6.2.2.3.5 观察患者局部皮肤,询问患者感受。

6.2.2.4 施术后处理

6.2.2.4.1 记录施术时间、效果及患者局部皮肤情况。

6.2.2.4.2 观察患者皮肤是否过敏,如有红肿、瘙痒应立即停止操作。

6.2.2.4.3 嘱患者施术后4 h内不应洗澡、受凉。

6.2.2.5 疗程

每日1次,每次4 h~6 h,7 d为1疗程。

6.2.3 耳穴贴压

6.2.3.1 适用证候与禁忌

6.2.3.1.1 适用于肾虚证、血热证、血瘀证(跌仆伤胎证)。

6.2.3.1.2 耳部皮肤有炎症、湿疹的患者不应施术。

6.2.3.2 施术前准备

6.2.3.2.1 评估以下内容:

——患者当前主要症状、既往史、过敏史;

——患者心理状态。

6.2.3.2.2 用物准备:治疗盘、弯盘、菟丝子等丸状物、75%酒精、棉签、探棒、止血钳(或镊子)、胶布、棉球、手消毒液、耳部模型。

6.2.3.2.3 体位准备:指导并协助患者取舒适体位,暴露其施术部位。

6.2.3.3 施术

6.2.3.3.1 肾虚证取子宫、肾、脾、肝、胃、内分泌、神门穴,血热证取子宫、肾、脾、内分泌、神门,血瘀证(跌仆伤胎证)取子宫、肾、肝、脾、内分泌、神门穴,子宫穴穴位定位应符合 GB/T 40997 的规定,肾、脾、肝、胃、内分泌、神门穴穴位定位应符合 GB/T 13734 的规定。

6.2.3.3.2 一手持耳轮后上方,观察有无阳性反应点,另一手持探棒由上而下在选区内找敏感点,同时询问患者有无热、麻、胀、痛等感觉。

6.2.3.3.3 用75%酒精自上而下、由内到外、从前到后消毒耳部皮肤,待干。

6.2.3.3.4 手固定耳廓,一手持止血钳或镊子将贴有胶布的菟丝子等丸状物贴压于相应耳穴/阳性反应点上。

6.2.3.3.5 选用以下其中一种方法进行操作:

——对压:用食指和拇指的指腹置于患者耳廓的正面和背面,相对按压,至患者出现热、麻、胀、痛等感觉;

——直压:用指尖垂直按压耳穴,至患者出现热、麻、胀、痛等感觉;

——点压：用指尖一压一松地按压耳穴，每次间隔 0.5 s，以患者感到胀而略沉重刺痛为宜，用力不宜过重。

6.2.3.3.6 保持患者耳部干燥。

6.2.3.4 施术后处理

6.2.3.4.1 记录施术时间、效果及患者局部皮肤情况。

6.2.3.4.2 指导患者按 6.2.3.3.5 进行点压。

6.2.3.5 疗程

每日按压3~5次，每次每穴按压1 min~2 min，每3 d更换1次，双耳交替，15 d为1疗程。

7 情志调护

7.1 应与患者沟通，了解其心理状态，通过观看电影、电视或音乐欣赏、书法绘画等方式进行心理疏导。

7.2 应主动介绍治疗成功的案例，使患者了解病因、转归及预防方法，鼓励患者积极配合治疗。

7.3 应指导患者学会自我排解烦恼及忧愁，移情易性，保持乐观开朗情绪。

7.4 应鼓励家属陪伴患者，给予患者情感支持。

7.5 宜选择宫、商、角、徵、羽五种不同音调的音乐并根据患者情况实施护理干预。

8 健康指导

8.1 起居指导

指导患者起居按照以下方式进行：

——使用消毒会阴垫，每日温水清洗外阴，保持外阴部清洁，维持良好的卫生习惯；

——穿宽大、轻软衣裤，不紧束胸腰，穿平底软质鞋；

——劳逸结合，起居有常，防寒保暖，保证充分的休息和睡眠；

——肾虚者，腰腹部应保暖；腰部酸痛者，宜在卧床时腰部垫软枕；气血虚弱者，宜少说话，少会客；血热者，室内温度宜为 22℃~24℃；

——保持大便通畅；

——忌烟酒，不过劳、伸懒腰、负重，防止跌倒闪挫；

——妊娠 3 个月内不行房事，3 个月后房事应有节制；若出现阴道出血，则卧床静养，及时就诊；

——宜卧床休息，阴道出血停止 3 d~5 d 后增加活动量，以不疲劳为宜。

8.2 饮食指导

指导患者宜食用富含维生素、蛋白类营养食物，忌食用油炸、烧烤、辛酸辣等助热食物及寒性食物，辨证施膳如下：

——肾虚证：食用健脾补肾，益气固胎食物，如鹌鹑肉、鹌鹑蛋、鸽肉、乌鸡、猪肾、鲤鱼、黑糯米、黑豆、黑芝麻、核桃、百合、大枣、山药、豆浆及豆制品等；忌食用狗肉、羊肉、牛肉等温热、大温大燥食物及白萝卜、藻类等滑胎食物；少吃甜食，忌烟酒；

——气血虚弱证：食用益气养阴食物，如莲子、红枣、百合、山药、桂圆、鸡肉、猪瘦肉、海参、虾皮、鸽肉、鹌鹑肉、鹌鹑蛋、豆浆及豆制品等；忌食用生冷、酸涩、寒凉食物；

——血热证：食用凉血食物，如黑木耳、梨、冬瓜、鸭肉、猪瘦肉、猪骨头等；忌食用辛辣、大温大燥食物；

——血瘀证（跌仆伤胎证）：食用活血化瘀的食物，如山楂、木耳、白萝卜、芹菜、猪瘦肉、生姜、金橘、玫瑰花等；忌食用生冷、酸涩、寒凉食物。

8.3 用药指导

指导患者用药按照以下方式进行：

- 滋补药宜文火久煎；
- 血热证患者宜凉服中药，肾虚证、气血虚弱证、血瘀证（跌仆伤胎证）患者宜温服中药；
- 慎用或禁用峻下、滑利、破气、有毒、苦寒类药物。



参 考 文 献

- [1] GB/T 42467.6—2023 中医临床名词术语 第6部分 妇科学
 - [2] 冯晓玲,张婷婷.中医妇科学(新世纪第五版).[M].北京:中国中医药出版社,2021.
 - [3] 徐桂华,张先庚.中医临床护理学(第2版).[M].北京:人民卫生出版社,2017.
 - [4] 梁繁荣,王华.针灸学[M].北京:中国中医药出版社,2016.
 - [5] 涂建红,邓敏,谌秀丽.中医护理技术对先兆流产患者焦虑、抑郁情绪及睡眠和生活质量的影响[J].当代护士(下旬刊),2022,29(12):85-88.
 - [6] 徐梦雪,陈智,夏敏,等.中医治疗先兆流产研究进展[J].实用中医药杂志,2025,41(02):440-442.
 - [7] 来玉芹,郭钦源,韦秀玉,等.先兆流产中医外治法研究进展[J].实用中医药杂志,2021,37(03):525-528.
 - [8] 谢运,刘芬,李格格.穴位贴敷配合寿胎丸加减治疗先兆流产的疗效及对血清 β -HCG和保胎成功率的影响[J].四川中医,2024,42(1):169-172.
 - [9] 李心悦.中药联合耳穴压豆治疗早期先兆流产伴不良情绪患者的临床研究[D].浙江中医药大学,2022.
 - [10] 李静颖.耳穴埋豆对阳虚体质肾虚型早期先兆流产负性情绪及妊娠结局的影响[J].现代实用医,2021,33(11):1505-1507.
 - [11] 毛静,方蕾,刘姝,等.耳穴埋豆配合中医五音疗法对早期先兆流产保胎患者焦虑情绪及睡眠质量的影响[J].河南中医,2018,38(10):1565-1568.
 - [12] 李静颖,周建平.穴位艾灸对肾虚血瘀型早期先兆流产血栓前状态的影响[J].浙江中医杂志,2022,57(07):521-522.
 - [13] 陆齐天,周一辰,曾薇薇,等.穴位贴敷在先兆流产中的临床应用概况[J].环球中医药,2019,12(4):628-631.
-

中华人民共和国团体标准
胎动不安（先兆流 产）中医护理规范
T/GXAS 1099—2025
广西标准化协会统一印制
版权专有 侵权必究