

# 哈萨克医库木布拉吾（沙疗）技术操作规范

（修订稿）

## 一、术语和定义

库木布拉吾（沙疗）技术是利用阳光、干热、压力、磁力的综合作用以治疗疾病的一种方法，具有驱风祛寒、促进血运、加快新陈代谢、增进皮肤健康等多种功效。

## 二、基本操作方法

### （一）比特斯库木布拉吾（全身沙浴）

将自然沙子晒热至所需温度，患者躺在沙上，用热沙将剑突及肋弓以下身体全部掩埋起来，仅露出头、颈部和上胸部，并同时在头部用冷水毛巾冷敷。盖沙的厚度，四肢以 12~20cm、胸部 6cm 为宜。外生殖器用布遮盖，头部及胸部要用凉棚或雨伞遮荫。每次约 50 分钟，根据患者耐受程度，可适当调整时间，治疗结束后，用温水冲洗，静卧在遮荫下休息 30 分钟。

### （二）木榭勒克库木布拉吾（局部沙浴）

准备一只木桶浴池，用大锅将沙烧热后放入池中约 30mm 厚，将上肢或下肢放入热沙中，再用棉被或毛毯盖好保温。治疗沙的温度为约 40℃，根据患者耐受程度，可适当调整沙温，治疗结束后用 36℃ 温水冲洗，每天 1 次，一次为 30 分钟，10 天为 1 个疗程。

### （三）比特斯恰普塔勒格库木布拉吾（全身沙贴）

准备几个房间，装修成木质房间，然后地下接适量的铁管子，铁管子口接到蒸汽锅炉上，木板子上抹水泥，上面放 40mm 厚沙子，烧锅炉给蒸汽备用。患者躺在热沙上治疗。

#### （四）木榭勒克恰普塔勒格库木布拉吾（局部沙贴）

将适量的自然沙放入铁锅中炒热，装入纱布袋备用，患者用热纱布袋贴敷患处，治疗 30 分钟。

### 三、常见病操作技术

#### （一）索尔布恩（风寒病）

##### 1.概述

索尔布恩（风寒病）是指一类由不同原因引起的，主要侵犯关节、肌肉、骨骼及关节周围软组织，如肌腱、韧带、滑囊、筋膜、血管和全身结缔组织致使关节、关节周围软组织、肌肉、骨等出现慢性疼痛的疾病。

哈萨克医学认为，“热阿依”学说（气候学说）以“恰勒达玛、斯孜那、俄孜合玛、胡孜那”为四大主气候，其属性与十二种混掺之气相合，当其成为致病因素侵犯机体时，表现有关节酸楚疼痛、肿胀、难忍，以及麻木无力、关节筋脉挛紧、浑身怕冷、小便多、“汗凝”等症。

##### 2.治则治法

祛风散寒，除湿通络止痛。

##### 3.操作步骤

将自然沙子晒热至所需温度，患者躺在沙上，用热沙将剑突及肋弓以下身体全部掩埋起来，仅露出头、颈部和上胸部，同时在头部用冷水毛巾冷敷。盖沙的厚度，四肢以 12~20cm、胸部 6cm 为宜。外生殖器用布遮盖，头部及胸部要用凉棚或雨伞遮荫。每次约 50 分钟，根据患者耐受程度，可适当调整时间，治疗结束后，用温水冲洗，静卧在遮荫下休息 30 分钟。

## （二）霍尔布恩（类风湿关节炎）

### 1.概述

霍尔布恩（类风湿关节炎）是以关节肢体严重变形，关节滑膜及浆膜、心肺、皮肤、眼、血管等结缔组织广泛性炎症为主要表现的慢性全身性自身免疫性疾病。哈萨克医学认为，恰勒达玛（风）、斯孜那（湿）、俄孜合玛（寒）侵入导致脉络空间阻塞不通畅，血运不畅引起肢体、关节、肌肉疼痛及活动不利等症。

### 2.治则治法

祛风散寒，温经通络。

### 3.操作步骤

准备几个房间，装修成木质房间，然后地下接适量的铁管子，铁管子口接到蒸汽锅炉上，木板子上抹水泥，上面放 40mm 厚沙子，烧锅炉给蒸汽备用。患者躺在热沙上治疗。

## （四）吐俄特杰勒（产后风）

### 1.概述

吐俄特杰勒（产后风）是产后或人工流产后胡瓦特虚损，伤及关节、肌肉、皮肤等组织所引起的以肌肉关节酸困、疼痛为主要表现的疾病。哈萨克医学认为，产后胡瓦特、苏勒亏虚，致恰勒达玛（风）、斯孜那（湿）、俄孜合玛（寒）侵入机体，导致 10 种物质平衡状态失衡，出现肢体关节酸痛、麻木。

## 2. 治则治法

祛风除湿，散寒止痛。

## 3. 操作步骤

准备几个房间，装修成木质房间，然后地下接适量的铁管子，铁管子口接到蒸汽锅炉上，木板子上抹水泥，上面放 40mm 厚沙子，烧锅炉给蒸汽备用。患者躺在热沙上治疗。

### （四）别勒-特克铁吾勒克（腰椎间盘突出症）

## 1. 概述

别勒-特克铁吾勒克（腰椎间盘突出症）是纤维环破裂后髓核突出压迫神经根，造成以腰腿痛为主要表现的疾病。哈萨克医学认为，别勒特克铁吾勒克是在自然界阿勒特突固尔（六元）中肯斯提克土日阿克突固尔（空间位置）有所改变，椎间盘中苏勒（体液）的正常生理平衡失调，阿勒玛斯木（转化）障碍所致。人体温热、寒凉，干燥、稀湿，坚硬、松软，吸收、排泄，醒动、静眠等 10 种物质的生理状态失衡，导致以腰腿痛为主要表现的局克叶萨勒达努性（脊髓压迫性）疾病。

## 2. 治则治法

活血化瘀，通络止痛。

### 3.操作步骤

将适量的自然沙放入铁锅中炒热装入纱布袋备用。患者用热纱布袋贴敷患处治疗 30 分钟，每天 1 次，10 天为 1 个疗程。

### 四、禁忌证

（一）严重外科疾病，化脓性感染疾病，皮肤有创伤、溃疡、疮疡的患者禁用。

（二）活动期肺结核、严重心脏病、贫血、肝肾功能严重损害者禁用。

（三）急性炎症、心力衰竭、高热、肿瘤、有出血倾向者禁用。

（四）妊娠期、月经期妇女禁用。

### 五、注意事项

（一）库木布拉吾（沙疗）前饮用奶茶，以防止脱水。有条件者，适当饮马奶酒或驼奶酒，可增加疗效。

（二）沙疗易出汗，沙疗后应适当休息，及时补充水分，以防虚脱。

（三）沙疗后不宜立即用冷水洗澡，此时毛孔张开，以防着凉。

（四）沙温不宜过高，一般不宜超过 48℃，以防超过患者的忍受程度。

### 六、异常情况及处理措施

如出现头晕、心慌、大汗等反应，要立即停止沙疗，观察血压、脉搏、呼吸情况。轻者，暂时出现心跳加快，休息片刻，即可恢复，无须处理。反应较重者，出现血压下降、眩晕明显、心慌气短，对症处理，必要时补充体液。