

## 维吾尔医沙疗技术操作规范

埋沙疗法是将病人局部或全身埋入医疗沙中，在沙子吸收的热能、磁性、对人体的压力及吸收汗水的特点、沙子成分中矿物质的作用以及燥湿、热身的医疗沙消毒作用的共同影响下，调节异常体液质获得治病效果的一种维吾尔医传统民间绿色治疗方法。沙疗技术分为自然沙疗和室内沙疗技术。然沙疗是在吐鲁番等适合沙疗的自然沙漠进行。室内沙疗是指室内空气温湿度和医疗沙温度指标，通过系统设计，能够达到天然沙疗温湿度相关指标，不受时间限制的沙疗方法，具有不受季节和时间限制的优势。

### 一、常用器具、药物及基本操作方法

#### （一）常用器具

1. 自然沙疗：耙子、刷子、专用沙疗抗菌服、自然沙堆；
2. 室内沙疗：耙子、刷子、专用沙疗抗菌服、沙疗床、医疗沙。

#### （二）常用药物

1. 复方那尼花蜜膏（新药制备字 Z20190021000）或蜜膏行气那尼花颗粒（新药制备字 Z20200051000），口服；
2. 巴布那油制剂（新药制备字 Z20200029000），外用；
3. 阿达热斯曼油制剂（新药制备字 Z20200043000），外用；

4. 比孜软膏（新药制字 M20241291），外用。

### （三）基本操作方法

1. 自然沙疗：挖深度为 20~30 cm，长为 100~180 cm，宽为 70~80 cm 的沙坑。将头、胸以外的部位埋入沙中，需用干沙并以厚度 10 cm 埋入；

2. 室内沙疗：将头、胸以外的部位埋入在沙疗床沙中，需用干沙并以厚度 10 cm 埋入。

### （四）治疗时间和疗程

按照患者的实际情况，1 次治疗时间约为 30 分钟，酌情而定，每日可进行 2 次，1 个疗程 15 天。

### （五）注意事项

1. 沙疗前根据医生的评估和建议进行沙疗；
2. 逐渐适应高温条件后进行沙疗；
3. 注意补充能量和液体；
4. 血浪症（高血压）病患者严格控制沙疗时间；
5. 自然沙疗应使用遮阳工具，防止强烈阳光；
6. 沙疗期间不得饮用含酒精和冰凉的饮料，避免受凉、受风。忌冷水洗浴。
7. 沙疗结合碱盐浴、药浴效果更佳；
8. 沙疗期间出现中暑、脱水或其他原因的头晕、恶心、心跳加快、气短不适的患者应立即停止沙疗，就医诊治；
9. 糖尿病引起的肢体感觉异常患者、12 岁以下 70 岁以上的

人群慎做；

10. 身体有植入物患者局部禁止埋沙；

11. 埋沙结束要用浴巾包裹全身，防止受凉。室内沙疗结束时立即脱沙疗服穿好自己的干衣服，注意休息片刻再离场，防止温度差原因感冒。

## 二、治则

调节气质、活血化瘀、驱寒祛湿，改善血液循环。

## 三、适应证

适用于由湿寒型、异常黏液质、脾液质型等原因引起的疾病，如大关节肿（风湿性关节炎）、小关节肿（类风湿性关节炎）、骨质增生、颈痛病（颈椎病或颈椎间盘突出症）、肩周肿（肩周炎）、腰痛病（腰椎病或腰椎间盘突出症）、髋神经痛（坐骨神经痛）、骨性化脊椎肿（强制性脊椎炎）、白病（白癜风）、鳞屑病（银屑病）、干癣（神经性皮炎）、水疮（湿疹）、皮痒症（皮肤骚痒症）、皮硬病（硬皮病）、风团病（荨麻疹）、秃鹰癣（头癣）、躯癣（体癣）、官痢病（瘰病）、阴道肿（阴道炎）、慢性盆腔膜肿（盆腔炎）、宫颈肿（宫颈炎）、经血失调（月经不调）、经痛症（痛经）、白带增多症（白带量多）、官瘤病（子宫肌瘤）、纳弱症（消化不良）、神经弱症（神经衰弱）、无眠（失眠症）、半头痛（偏头痛）等疾病。

## 四、禁忌症

1. 泻病（腹泻）、脱水患者；
2. 热性气质引起的关节疼痛患者；
3. 三级血浪症（高血压）、严重心肺疾病、恶性蟹病（肿瘤）、肾积石（肾结石）患者、重度缺血（贫血）、肝衰病、肾衰病（肝和肾功能衰竭）患者、孕妇、哺乳期、流产后1个月内、经期妇女、异常子宫出血、严重代谢性疾病患者；
4. 发热患者；
5. 对阳光过敏、皮肤过敏、皮肤感染或损伤、各种急性疫病（传染病）患者；
6. 禁止在极端的高温环境中，自然沙疗时在12点至16点的时段进行沙疗。

## **五、可能出现的异常情况及处理措施**

### **1. 头晕、头痛**

原因：体质虚、精神紧张或过饥、过饱状态下接受治疗；血脂高、血黏度高的患者在治疗作用下血液循环加速，致大脑缺氧；

处理：出现头晕、头痛时，应立即停止治疗，扶患者到通风的环境，喝温开水，吸氧。必要时采取相应的急救措施；

预防：治疗前做好患者的评估和心理护理，让患者尽量放松。治疗过程中密切观察患者的情况，如患者有不适感应立即停止治疗，采取必要的措施。

### **2. 心慌、胸闷、恶心、呕吐**

原因：干热或干寒体质的患者在埋沙过程中埋沙时间过长或身体一直处于无汗状态，血液循环加速，短时间内不能适应自身的代谢；

处理：立即停止治疗，扶到通风环境休息，喝温开水，吸氧。必要时采取相应的急救措施；

预防：治疗前做好患者的评估和心理护理，让患者尽量放松。治疗过程中密切观察患者的情况，如患者有不适感应立即停止治疗，采取必要的措施。

## 附件 13

# 维吾尔医碱盐浴疗技术操作规范

碱盐浴疗法属于传统维医疗法之一，是将身体的某些部位或全身浸入自然的碱盐池中，利用碱盐溶液的热量以及高浓度碱盐水的刺激，达到治疗疾病、养生保健的目的。碱盐浴疗法又分为自然碱盐浴疗法和室内碱盐浴疗法。

### 一、常用器具、药物及基本操作方法

#### 3.1 自然碱盐浴

##### （一）常用器具

1. 自然碱盐浴：碱盐浴池；
2. 室内碱盐浴：碱盐（产地为吐鲁番或阿图什），浴缸、温度计、一次性浴盆袋、热水桶、水勺。

##### （二）常用药物

根据病情选用。

1. 复方那尼花蜜膏（新药制备字 Z20190021000）或蜜膏行气那尼花颗粒（新药制备字 Z20200051000），口服；
2. 巴布那油制剂（新药制备字 Z20200029000），外用；
3. 阿达热斯曼油制剂（新药制备字 Z20200043000），外用；
4. 比孜软膏（新药制字 M20241291），外用。

##### （三）基本操作方法

1. 自然碱盐：

穿舒适内衣,根据自己的耐热习惯在 40~45℃ 之间的水温先泡脚至膝盖部位 3~5 分钟,再泡腰部 5~8 分钟,可以泡头部以外部位。边泡边擦洗全身。泡浴结束立即换上干净衣服。

## 2. 室内碱盐浴:

(1) 溶解: 将碱盐浴结晶 1:20 比例用温水溶解成适量碱盐浴液;

(2) 调好水温: 根据自己的耐热习惯在 40~45℃ 之间调好水温;

(3) 混合: 把溶解好的盐浴液倒入浴缸里;

(4) 泡浴过程中多喝碱盐浴专用茶;

(5) 盐浴治疗过程中每日 3 次外用碱盐浴专用精华液抹药。

### (四) 治疗时间和疗程

1. 自然碱盐: 按照患者的实际情况,每次泡浴时间为 30~60 分钟,每日 1 次,1 个疗程 7~10 天;

2. 室内碱盐浴按照患者的实际情况,每次泡浴时间为 20~30 分钟,每日 1 次,1 个疗程 7~10 天。

### (五) 注意事项

1. 浴室既要通风良好,又要保暖,沐浴者应避免风吹而受寒感冒。浴后应立即擦干皮肤,及时穿衣服;

2. 调好水温,防止温度过高避免烫伤;

3. 患者在浴盆中坐浴时若出现头晕、恶心、心悸、气短等情况,应立即停止治疗,在阴凉、空气流通的地方休息,并进行观察;

4. 年老者和小孩子不宜单独洗浴，应有家属助浴，洗浴的时间不宜过长。

## 二、治则

调节气质、活血化瘀、驱寒祛湿，改善血液循环，强筋。

## 三、适应证

适用于由湿寒偏盛因引起的疾病，如大关节肿（风湿性关节炎）、小关节肿（类风湿性关节炎）、关节风肿（骨性关节炎）、骨质增生、颈痛病（颈椎病或颈椎间盘突出症）、肩周肿（肩周炎）、腰痛病（腰椎病或腰椎间盘突出症）、髋神经痛（坐骨神经痛）、骨性化脊椎肿（强制性脊椎炎）、白病（白癜风）、鳞屑病（银屑病）、干癣（神经性皮炎）、水疮（湿疹）、皮痒症（皮肤骚痒症）、皮硬病（硬皮病）、风团病（荨麻疹）、秃鹰癣（头癣）、躯癣（体癣）、慢性盆腔膜肿（盆腔炎）、阴道肿（阴道炎）、宫颈肿（宫颈炎）、经血失调（月经不调）、经痛症（痛经）、白带增多症（白带量多）、不孕病（不孕症）、纳弱症（消化不良）、神经弱症（神经衰弱）、无眠（失眠症）、半头痛（偏头痛）半头痛、肾弱症（肾虚）、前列腺肿（前列腺炎）等疾病。

## 四、禁忌症

严重心脏病、心动过速、血浪症（高血压），极度虚弱者，恶性蟹病（肿瘤），急性炎症期，妇人妊娠、月经期、子宫出血等妇科疾病，慢性肾肿（肾炎），各种原因引起的明显浮肿



（水肿），肝枯萎（肝硬化）合并腹积水（腹水），各种热性病，严重呕吐者等禁用。

## **五、可能出现的异常情况及处理措施**

### **1. 头晕、头痛**

原因：体质虚、精神紧张或过饥、过饱状态下接受治疗；血脂高、血黏度高的患者在治疗作用下血液循环加速，致大脑缺氧；

处理：出现头晕、头痛时，应立即停止治疗，扶患者到通风的环境，喝温开水，吸氧。必要时采取相应的急救措施；

预防：治疗前做好患者的评估和心理护理，让患者尽量放松。治疗过程中密切观察患者的情况，如患者有不适感应立即停止治疗，采取必要的措施。

### **2. 心慌、胸闷、恶心、呕吐**

原因：患者在碱盐浴疗过程中泡浴时间过长，血液循环加速，短时间内不能适应自身的代谢；

处理：立即停止治疗，扶到通风环境休息，喝温开水，吸氧。必要时采取相应的急救措施；

预防：治疗前做好患者的评估和心理护理，让患者尽量放松。治疗过程中密切观察患者的情况，如患者有不适感应立即停止治疗，采取必要的措施。