

# 中医养生保健管理

王娜 权瑛 韩莉 苑荷云 熊馨语

北京中医药大学东直门医院

DOI:10.12238/fcmr.v6i2.7425

**[摘要]** 中医养生保健管理是一种综合性的健康管理方式,强调“治未病”理念,通过中医药技术方法,提供个性化的健康管理方案。中医养生保健管理适用于不同阶段和健康状态人群,具有广覆盖、低成本和高品质的特点。

**[关键词]** 中医养生保健、治未病、健康管理

**中图分类号:** R932 **文献标识码:** A

## Traditional Chinese medicine health care management

Na Wang Ying Quan Li Han Heyun Yuan Xinyu Xiong

Dongzhimen Hospital Affiliated to Beijing University of Chinese Medicine

**[Abstract]** TCM health care management is a comprehensive health management mode, emphasizing the concept of "curing disease", and providing personalized health management programs through TCM technology and methods. TCM health care management is suitable for different stages and health status groups, with the characteristics of wide coverage, low cost and high quality.

**[Key words]** Traditional Chinese medicine health care; treatment of disease; health management

## 引言

中医养生保健管理是一种综合性的健康管理方式,它不仅关注个体的生理健康,还强调心理、社会和环境因素对健康的全面影响。中医养生保健的核心理念是“治未病”,即通过预防和早期干预来避免疾病的发生和发展。这一理念与现代健康管理的目标不谋而合,即通过全面监测、分析、评估个体或群体的健康状况,并提供相应的健康咨询和指导,以达到维护和促进健康的目的。

## 1 关键技术与方法

中医养生保健管理的关键技术与方法包括建立规范完整的中医健康档案,从宏观、中观、微观层面采集健康信息,并利用模型算法对中医状态进行区分、辨识、描述。此外,还包括相关疾病的风险预警、自动匹配对应的干预方案以及根据干预前后的状态变化进行疗效评估、反馈和优化,形成健康管理的闭环模式。这种全流程、连续的服务模式,能够实现对个体健康状态的全面把握和动态管理。

## 2 服务对象与范围

中医养生保健服务的对象是所有人,特别是处于不同阶段、不同环境和不同健康状态的人群。中医健康管理服务涵盖临床前、临床中、临床后,具有广覆盖、低成本和高品质的特点。这表明中医养生保健管理不仅适用于特定人群,而且能够满足全人群在生命全周期内的健康需求。

## 3 发展现状及思考

中医养生保健行业的发展也面临着一些挑战,如市场监管体制不够健全、市场不够规范、准入制度不完善等。为了促进中医养生保健业的发展,需要完善政策法律环境,加强养生保健服务体系建设,提高技术研究和推广水平,培养专业人才,以及加强对外交流与合作。中医养生保健管理是一种基于中医整体观念和辨证论治原则的健康管理服务。它通过整合多种中医养治手段,结合现代信息技术,为个体提供全方位、个性化的健康管理方案。未来,随着中医养生保健理念的深入人心和社会对养生保健需求的不断增加,中医养生保健管理有望在我国健康管理领域发挥更大的作用。

## 4 中医养生保健管理在不同阶段和健康状态人群中的应用效果

中医养生保健管理在不同阶段和健康状态人群中的应用效果表现出明显的积极影响。通过分析我搜索到的资料,我们可以看到中医养生保健管理在老年人群、亚健康状态人群以及糖尿病患者中的应用效果。对于老年人群,中医健康管理模式能显著改善老年人的生活满意度和老年孤独感,对亚健康状态有明显改善作用。此外,中医养生理念在心血管内科老年患者健康管理中的实践效果显著,能够有效缓解中医症候及负面情绪的情况,并且一定程度上提高患者对护理服务的满意程度。从中医体质学角度建立的老年健康状态管理新模式,通过体质辨识结合脏

腑经络、形神、气血津液辨识反映老年人相对稳定和即时的健康状态,有助于增进老年人主动健康意识。对于亚健康状态人群,以“治未病”思想为指导的中医健康管理可有效改变亚健康状态人群的健康行为,缓解症状,提高生活质量。此外,中医养生防治亚健康状态的方法能够使亚健康状态的人们进入健康的状态。对于糖尿病患者,中医养生法干预治疗可有效改善糖尿病患者的生存质量。中医养生保健管理在不同阶段和健康状态人群中的应用效果良好,能够有效改善患者的健康状况和生活质量。这表明中医养生保健管理是一种有效的健康管理方式,值得在更广泛的人群中推广应用。

### 5 中医健康档案的建立和管理流程

中医健康档案的建立和管理流程具体包括以下步骤:

5.1明确建档对象和收集范围:首先需要明确建档的对象,这通常是指具有一定中医知识、经验或特定成就的中医师。同时,确定收集资料的范围,这可能包括个人的学术思想、临床经验、科研成果等。

5.2创新收集模式和方法:为了有效地收集和整理档案资料,需要采用创新的收集模式和方法。这可能涉及到利用现代信息技术手段,如数据库建设,以及采用多种数据收集方法,例如访谈、临床数据总结和数据挖掘等。

5.3建立健全名老中医档案管理制度:建立一套完善的档案管理制度是确保档案质量和有效利用的关键。这包括制定档案管理标准和规范,确保档案的安全、保密和长期保存。

5.4科学地进行档案材料的收集、整理和开发利用:对名中医档案材料进行科学的收集、整理,以便于后续的开发利用。这一步骤对于开展名中医学术思想研究、推动名中医经验传承具有重要意义。

5.5构建专家数字化诊疗档案体系:随着信息技术的发展,构建专家数字化诊疗档案体系成为可能。这不仅有助于提高档案管理的效率和质量,还能为中医传承与创新服务。

5.6制定信息标准体系框架与体系表:为了确保中医健康档案的数据质量和一致性,需要制定一套中医临床信息标准体系框架与体系表。这包括基于目的性原则、系统性原则、科学性原则和实用性原则,创造性地提出构建方法。

5.7形成高质量的数据和证据:通过收集和总结人类使用经验(HUE)数据,形成可用于评估的高质量数据和证据。这一步骤要求确保数据来源合法合规,数据所有权清晰,并且遵循医学伦理要求。

5.8制定统计分析计划:在形成HUE后,需要制定统计分析计划,通过严格的数据显示处理、统计分析和临床解释,产生可用于评估的HUE。

### 6 如何解决中医养生保健行业面临的市场监管体制不健全、市场规范度低等问题

解决中医养生保健行业面临的市场监管体制不健全、市场规范度低等问题,需要采取多方面的措施,结合我搜索到的资料,以下是一些具体的建议:

6.1加强立法和监管:首先需要通过立法明确中医养生保健行业的监管主体及监管权责,建立和完善相关的法律法规体系。这包括对中医养生保健服务机构的前置审批、事后备案等监管模式进行明确规定。同时,应明确中医药主管部门是行政监管的主体,开办机构的场所标准和服务项目由行政机关负责制定。

6.2提升公众中医素养:通过教育和宣传,提升公众对中医养生保健的认知度和理解,增强消费者的自我保护意识。这包括甄别假伪信息、普及正确的中医养生知识。

6.3强化行业自律:鼓励和支持行业协会发挥自律作用,通过立法明确行业协会自律监管的法律地位,规定从业人员应当通过行业协会的培训考核,建立不良执业记录机制。同时发挥行业自律监督的作用,创新多种政府主导的中医养生保健监管方式如网格化监管、分类管理等。

6.4优化服务秩序和提升服务质量:加大扶持力度,加强培育市场,扩大产能,规范标准,不断提升服务品质,强化监督,优化服务秩序。同时,加大中医药专业性服务人员培育,加强行业标准建设和市场监管。

6.5建立信誉体系和联合监管:建立信誉体系,对中医养生保健服务机构进行信用评价,提高违规成本,促进机构诚信经营。同时采用联合监管的方式,整合资源,提高监管效率。

6.6细化配套政策措施:针对中医养生保健服务的特点,细化相关配套政策措施,促进中医药传承创新,加快标准化和规范化建设。

6.7加大制裁力度和保护消费者权益:对于违规行为,应加大制裁力度,确保法律法规得到有效执行。同时权利救济机关应采取最有效的方式保护消费者合法权益。

通过上述措施的实施,可以有效地解决中医养生保健行业面临的市场监管体制不健全、市场规范度低等问题,促进该行业的健康有序发展。

### 7 中医养生保健服务体系建设的实践案例

中医养生保健服务体系建设的最佳实践案例可以从多个角度进行探讨,包括全方位全周期的健康服务体系构建、中医健康管理的业态与服务模式、老年健康管理服务的新途径、社区卫生服务模式的研究与实践、中医药健康服务体系建设的思考、中医药健康养老服务模式探讨、付罐疗法在社区卫生服务体系中的应用、中医护理延伸服务的探索与实践、中医养生保健服务产业融合发展模式探析以及中医“四部曲”管理理念下服务体系执行优势的探讨。

7.1全方位全周期的中医健康服务体系:通过普及中医健康理念、完善中医健康管理服务模式和发展中医健康服务产业,为不同年龄、不同临床阶段、不同人群提供从出生到死亡的全周期健康服务。

7.2越人模式:以“健康”为中心,发挥中医药“治未病”优势,满足不同层次、不同需求人群的健康需求,构建全方位、全阶段的中国特色健康管理服务体系。

7.3老年健康管理服务的新途径:使用中医管理模式提高老

年满意度,改善医患关系,提高医疗服务质量。

7.4 中医特色社区卫生服务模式:通过双向转诊、分级医疗,改变社区医疗服务与就医模式,实现社区居民“小病在社区”的目标。

7.5 中医药健康服务体系建设的思考:从标准化建设体系、人才培养链、监管和评价体系等方面论述如何构建高效便捷的中医药医疗服务体系。

7.6 中医药健康养老服务模式探讨:结合中医医疗机构与养老院合作服务模式、中医养生社区养老服务模式以及居家中医药健康养老服务模式,提出政策建议和发展方向。

7.7 付罐疗法在社区卫生服务体系中的应用:将付罐疗法融入社区卫生管理中,补充和完善社区卫生服务预防保健管理体系。

7.8 中医护理延伸服务的探索与实践:针对慢性疾病患者,通过中医护理延伸服务提升护理工作质量,保障慢性疾病患者健康。

7.9 中医养生保健服务产业融合发展模式探析:基于产业融合理论,探析中医养生保健服务的发展模式,并提出促进中医养生保健服务更好发展的相关建议与对策。

7.10 中医“四部曲”管理理念下服务体系执行优势的探讨:通过应用中医“四部曲”管理理念,提高临床服务执行优势,有助于患者生活质量的提高及对管理服务的满意度提升。

这些案例展示了中医养生保健服务体系建设的多样性和综合性,涵盖了从预防、治疗到康复的全过程,以及针对特定人群(如老年人)的服务创新。通过这些实践案例,可以看出中医养生

保健服务体系的建设不仅关注个体健康,也致力于提升整个社会的健康水平和生活质量。

## 8 结束语

中医养生保健管理在促进健康、预防疾病方面具有巨大潜力,随着技术和政策的不断完善,将为更广泛的人群提供有效的健康服务。这一综合性健康管理方式,融合中医药传统智慧与现代科技,致力于治未病、全面关注个体的身心健康。在不同阶段和健康状态人群中,中医养生保健管理展现出积极的应用效果,为健康管理领域带来新的可能性。

## 【参考文献】

- [1]蒋旦丹.中医养生理念在老年患者健康管理中的应用[J].中医药管理杂志,2022,30(09):186-188.
- [2]胡婷.应用中医药理论开展人群健康管理的效果分析[J].现代养生,2021,21(04):36-37.
- [3]王洋,李灿东.基于中医状态辨识的健康管理模式构建[J].中华中医药杂志,2022,37(09):5028-5031.
- [4]高晨辉.中医养生保健行业监管存在的问题及其原因探析[J].医学与社会,2021,34(06):31-36+42.
- [5]李黎,李哲,杨乐.我国中医养生保健服务发展现状、问题及建议[J].国际中医中药杂志,2020,42(10):939-942.
- [6]王月英,王燕,苏飞.从中医角度探讨老年健康管理服务新途径[J].中医药管理杂志,2021,29(23):331-332.
- [7]姜岩,颜培正,王诗源.中医药健康服务体系建设的思考[J].西部中医药,2020,33(05):55-58.