

ICS *****
C**



团体标准

T/CACM ****—20**

手法通乳中医技术规范

Standardization of manual lactation Traditional Chinese medicine technology

(文件类型：公示稿)

20**--**--**发布

20**--**--**实施

中华中医药学会发布

目 次

前言.....	1
引言.....	2
1 范围.....	3
2 规范性引用文件.....	3
3 术语和定义.....	3
4 基本要求.....	3
5 适应症和禁忌症.....	4
6 操作前评估.....	4
7 操作要点.....	4
8 注意事项.....	6
9 不良事件处理.....	6
10 健康指导.....	6
附录 A 手法通乳中医技术操作流程图中.....	7
参考文献.....	8

前 言

本规范参照GB/T1.1—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。

本规范由北京中医药大学东方医院提出。

本规范由中华中医药学会归口。

本规范起草单位:北京中医药大学东方医院、北京中医药大学厦门医院、北京中医药大学、北京中医药大学第三附属医院、上海中医药大学附属曙光医院、贵州中医药大学第一附属医院、首都医科大学、广东省中医院、江苏省中西医结合医院、海南省中医院、河南中医药大学第一附属医院、首都医科大学附属北京妇产医院、天津新世纪妇儿医院、首都医科大学附属北京中医医院、北京市朝阳区妇幼保健院。

本规范主要起草人:唐玲、裴晓华、刘建平、郝玉芳、沈潜、樊英怡、李桃花、赵立娜、李野、陈宏、郭红、马雪玲、栾伟、谢薇、景丽伟、吴加花、王蓓、宋红梅、李瑞华、刘赢、王胜花、张芙蓉、梅雪婷、李学靖、高雯、范东盼。

引 言

母乳作为优质、全面、充足和结构适宜的营养素来源，能够满足婴儿生长发育需要，母乳喂养是世界公认的婴幼儿喂养方式。世界卫生组织和联合国儿童基金会共同建议婴儿应在出生后6个月内进行纯母乳喂养，并应在添加辅食的同时继续母乳喂养至2岁甚至更长时间。WHO在2014年出版的《2025年全球营养目标：母乳喂养政策简介》提出了全球母乳喂养的新目标，到2025年要提高0-6个月婴儿的纯母乳喂养率至少达到50%。我国于2017年先后发布了《中国儿童发展纲要（2011-2020）》和《国民营养计划（2017-2030年）》，也提出了相同的目标，并且要求到2030年0-6个月婴儿纯母乳喂养率在2020年的基础上提高10%。

手法通乳中医技术是提高母乳喂养率的重要措施之一，能够解决乳房肿胀、疼痛、泌乳量减少等问题，在国内外被广泛应用。但目前手法通乳中医技术缺乏统一标准，由于流派、地域、语言等差异和手法力量、频率、方向等的不同，近年来出现了大量同名异法、同法异名、一法多名、一名多法等混乱情况，影响手法通乳中医技术的临床效果，阻碍技术的培训、推广、交流等。通过制定手法通乳中医技术操作规范，给予操作者清晰明确的技术指导方案，有利于保证该项技术的质量稳定、可控、安全，并为技术未来扩大应用场景和深入研究奠定基础，不断助力提高母乳喂养率，为母婴健康护航。

手法通乳中医技术规范

1 范围

本规范规定了手法通乳中医技术的术语与定义、基本要求、适应症和禁忌症、操作前评估、操作要点、注意事项、不良事件处理、健康指导。

本规范适用于乳痈（急性乳腺炎）患者。

本规范适用于各级各类中医、中西医结合医疗机构、综合医院中医科的医护人员，其他医疗机构可参照执行。

2 规范性引用文件

下列文件对于本文件的应用是必不可少的。凡是注日期的引用文件，仅所注日期的版本适用于本文件。凡是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 12346-2021 经穴名称与定位

WS/T 313 医务人员手卫生规范

WS/T 591-2018 医疗机构门急诊医院感染管理规范

3 术语和定义

3.1

乳痈 lactation mastitis

是由热毒侵入乳房而引起的一种急性化脓性病证，其特点是乳房局部结块，红肿热痛，伴有全身发热，且容易“传囊”^[1]。

3.2

急性乳腺炎 acute mastitis

是在各种原因造成的乳汁淤积基础上，引发的乳腺炎症反应，伴或不伴细菌感染^[2]。

3.3

手法通乳中医技术 manual lactation Traditional Chinese medicine technology

运用一定的中医操作手法，作用于乳房特定的位置上，促使淤积乳汁排出的技术。

4 基本要求

4.1 实施手法通乳中医技术操作的人员应有相关学习经历的医护人员。

4.2 操作前后手卫生应符合 WS/T 313规定。

4.3 操作过程应遵循 WS/T 591-2018规定。

4.4 参照 GB/T 12346-2021，按揉相关穴位。

4.5 应对患者和照顾者进行母乳喂养和手法通乳中医技术相关知识的健康教育。

5 适应症和禁忌症

5.1 适应症包括哺乳期乳汁淤积、排乳不畅、乳房疼痛或局部出现积乳肿块（非脓肿）^[7]。

5.2 禁忌症

5.2.1 患侧乳房严重肿胀^[1]。

5.2.1 患侧乳房皮肤破损^[5]。

5.2.3 需结合临床综合判断的其他症状。

6 操作前评估

6.1 评估患者的现病史及既往史，包括隆胸史、出血性疾病史、乳腺患病史、传染病史。

6.2 评估临床症状包括起病时间、乳房疼痛程度、积乳肿块大小、乳房皮肤情况、发热程度、乳头有无破损和内陷等。

6.3 评估患者的焦虑程度、分娩情况、喂养和婴儿生长发育情况。

6.4 评估患者的饮食情况。

7 操作要点

7.1 主要操作流程

7.1.1 清洁乳房

用一手固定乳房，另一手持一次性治疗巾清洁整个乳房，用棉签蘸温水清理乳头处的奶渍、脱落表皮等。

7.1.2 放松乳房

可用温水或乳汁等润滑乳房，用一手食指、中指、无名指指腹顺时针方向自乳房根部向乳头螺旋式按摩乳房10次，视情况增加次数，使其放松。

7.1.3 穴位按摩

用点、按、揉手法进行穴位按摩，取穴可包括肩井、膻中、乳中、乳根、期门穴、灵墟、屋翳、内关等，共约3~5min，宽胸理气、通络止痛。

7.1.4 按压乳晕并对挤

将拇指与食指分别放置于乳晕外侧缘，两指相对成“C型”，其他手指支撑乳房，先向胸壁方向按压乳房，下压至1~2cm，再收拢拇指与食指，同时做对挤动作，重复几次至乳汁排出，用排出的乳汁随时润滑乳房；如乳汁排出困难，可使用温水润滑。

7.1.5 推捋积乳

双手拇指张开，其余四指并拢，由乳根向乳头方向沿乳腺导管均匀推捋，将乳汁推到乳晕处，再重复“按压乳晕并对挤”的步骤，排出乳汁。（操作流程图见附录A）

7.2 操作时间

7.2.1 单侧乳房操作时间不超过15min为宜。

7.2.2 结合患者主诉，操作至乳房均匀松软、疼痛减轻为度，不宜过度追求肿块消失。

7.3 操作力度

7.3.1 手法轻柔，力度适度，结合患者主诉，力度可从轻到重，避免导致乳腺组织损伤等。

7.3.2 对局部皮肤发红处，力度应适当调整，防止局部水肿甚至皮肤破溃。

7.4 操作频率及疗程

7.4.1 操作频率应根据病情而定，通常1天一次。

7.4.2 操作疗程通常为1天一个疗程，3个疗程为宜，具体结合患者病情而定，达到乳汁通畅、疼痛减轻的目的即可。

7.5 对局部肿块的操作手法

7.5.1 在按摩局部肿块前应先排除脓肿、积乳囊肿的可能。

7.5.2 先从肿块近乳头方向开始朝乳头方向按摩来疏通乳管^[10-11]。

7.5.3 肿块处可进行揉法按摩，左手托住乳房，右手大鱼际轻柔回旋按揉肿块处。

7.5.4 在肿块周围作轻摩5min，再用两手的四指托住乳房，两手的拇指在肿块上交替抹推数次，方向从肿块远端到乳头，注意施力轻柔，防止乳腺损伤^[4]。

7.5.5 操作过程中注意观察排出乳汁颜色、质地，如遇少量变质乳汁，可将其排出；如持续性排出变质或脓性乳汁，建议行B超检查，明确原因。

7.6 对乳头白泡的操作手法

7.6.1 如果白泡未堵塞乳孔，不宜破开白泡，避免导致创伤或出血^[8]。

7.6.2 如果白泡堵塞乳孔，用无菌扩张器轻柔地刺破白泡，从中挤出白色干酪样物质，此操作应由经验丰富的医护人员进行^[10]。

7.7 对乳头白点的操作手法

7.7.1 如果白点堵塞乳腺管开口处，可用无菌扩张器轻柔地挑出。

7.7.2 如果白点堵塞乳腺管深部，可用无菌扩张器顺乳腺管通路轻柔地扩张乳腺管，用秃头针和无菌注射器灌注生理盐水，冲洗、稀释，再从中挤出，此操作应由经验丰富的医护人员进行。

7.8 辅助性措施

7.8.1 通乳前可给予中药塌渍热敷，温度以皮肤感觉不烫为准（参考温度42℃~45℃），持续3~5min即可，起到软坚散结的作用，但在局部明显红肿的情况下不宜局部热敷^[2,5,12,13]。

7.8.2 通乳后适当冷敷或敷消肿药膏，有利于减轻乳房肿胀和疼痛^[2,8]。

8 注意事项

8.1 对于病程较长（起病时间≥3天）；局部皮肤潮红、紧张、光亮或存在搏动性、雀啄样疼痛；或出现高热恶寒（体温≥39℃）等全身症状的患者，操作前应行B超检查，如有脓肿形成，明确脓肿位置，不对脓肿形成部位进行操作^[5-7]。

8.2 不宜对患者疼痛不耐受的部位进行操作。

8.3 不宜对淋巴管炎部位进行操作。

9 不良事件处理

9.1 乳房局部擦伤

操作时如出现局部皮肤挫伤、疼痛（VAS疼痛评分>6分）时，应立即停止操作，遵医嘱予以相应处理^[7]。

9.2 乳房血肿

操作时发现乳房局部包块持续增大，伴疼痛，考虑血肿可能，应立即停止操作，遵医嘱予以相应处理^[7]。

10 健康指导

10.1 对存在情绪焦虑的患者给予关心和疏导^[8,14]，可给予五行音乐疗法。

10.2 对患者进行正常乳房解剖学和哺乳期乳房护理健康教育^[8,14]。

10.3 帮助患者识别本次发病原因^[14]。

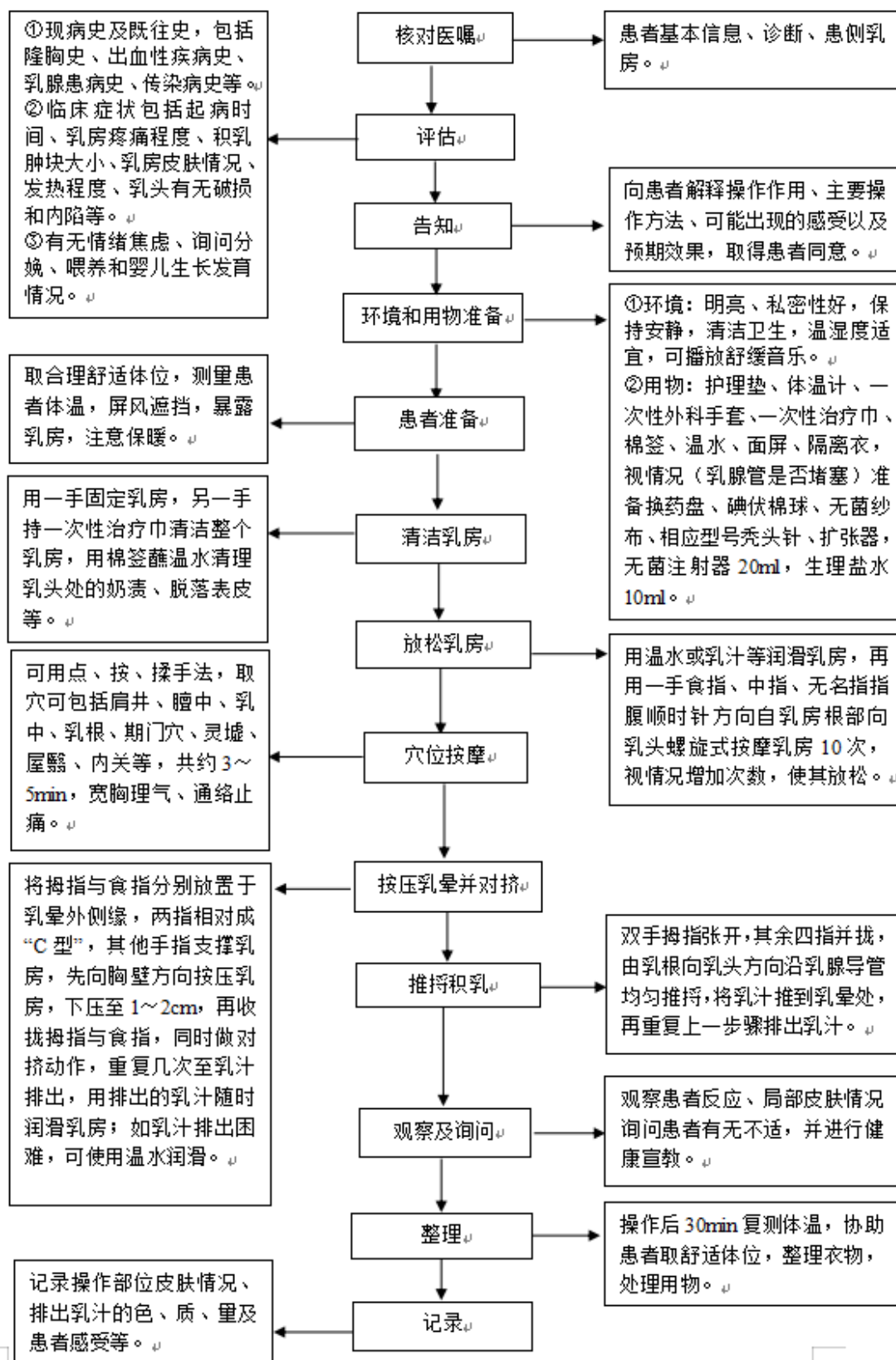
10.4 宜食易消化、低脂食物，多食新鲜蔬菜，哺乳期饮水量每天2500ml，减少辛辣油腻食物摄入，保持大便通畅，停服下奶汤^[2,4]。

10.5 按需喂养婴儿，指导患者正确使用吸奶器，不宜过度排空乳房^[8,14]。

10.6 乳头无内陷、无破损的患者不宜使用乳盾^[8]。

10.7 宜穿舒适的支撑胸罩^[8]。

规范性附录
附录 A 手法通乳中医技术操作流程



参 考 文 献

- [1] 胡慧.中医临床护理学[M].北京:人民卫生出版社,2020,244.
- [2] 中国妇幼保健协会乳腺保健专业委员会乳腺炎防治与促进母乳喂养学组.中国哺乳期乳腺炎诊治指南[J].中华乳腺病杂志(电子版),2020,14(1):10-14.
- [3] 顾岳山,叶京明. 哺乳期乳腺炎诊治专家建议[J]. 中国临床医生杂志,2019,47(11):1276-1281.DOI:10.3969/j.issn.2095-8552.2019.11.006.
- [4] 国家中医药管理局.乳痈(急性乳腺炎)中医诊疗方案[EB/OL].[2017-03-22]<http://www.satcm.gov.cn/yizhengsi/gongzuodongtai/2018-03-24/2651.html>
- [5] 国家中医药管理局.中医医疗技术手册 2013 普及版汇编[EB/OL].[2015-12-31]<http://yzs.satcm.gov.cn/gongzuodongtai/2018-03-24/2690.html>
- [6] 国家中医药管理局.关于印发胃脘等 19 个病种中医护理方案(试行)的通知[EB/OL].[2015-09-08]<http://yzs.satcm.gov.cn/gongzuodongtai/2018-03-24/2705.html>
- [7] 全国团体标准信息平台.中医治未病技术操作规范 六步奶结疏通法干预乳症[EB/OL].[2018-11-15]<http://www.ttbz.org.cn/StandardManage/Detail/37116/>
- [8] Mitchell KB, Johnson HM, Rodriguez JM, et al. Academy of Breastfeeding Medicine Clinical Protocol #36: The Mastitis Spectrum, Revised 2022 [published correction appears in Breastfeed Med. 2022 Nov;17(11):977-978].Breastfeed Med. 2022;17(5):360-376. doi:10.1089/bfm.2022.29207.kbm
- [9] Jacobs A, Abou-Dakn M, Becker K, et al. S3-guidelines for the treatment of inflammatory breast disease during the lactation period: AWMF guidelines, registryNo. 015 / 071 (short version) AWMF leitlinien - registerNr.015/071(kurzfassung)[J].Geburtshilfe Frauenheilkd. 2013, 73(12):1202-1208.
- [10] UpToDate.母乳喂养和断奶的常见问题[EB/OL].[2023-02]https://www.uptodate.cn/content/s/zh-Hans/common-problems-of-breastfeeding-and-weaning?search=mastitis&source=search_result&selectedTitle=2~62&usage_type=default&display_rank=2
- [11] UpToDate.哺乳期乳腺炎[EB/OL].[2023-02]https://www.uptodate.cn/contents/zh-Hans/lactational-mastitis?search=mastitis&source=search_result&selectedTitle=4~62&usage_type=default&display_rank=4
- [12] 宫尚群, 范银萍, 李璐琪, 等. 乳房按摩结合中药治疗乳痈的 Meta 分析[J]. 护理学报, 2017,24(1):9-13.
- [13] 胥媛媛, 杨光静.乳房按摩对急性乳腺炎护理疗效的 Meta 分析[J]. 系统医学, 2019,4(24):179-182.
- [14] RNAO.Breastfeeding - Promoting and Supporting the Initiation, Exclusivity, and Continuation of Breastfeeding for Newborns, Infants and Young Children[EB/OL].[2018-07]<https://rnao.ca/bpg/guidelines/breastfeeding-promoting-and-supporting-initiation-exclusivity-and-continuation-breast>