

团 体 标 准

T/CRACM 0008—2022

中医技术 热沙治疗 操作规范

Technologies of traditional Chinese medicine—Hot sand
physiotherapy—Specification for operation

2022 - 05 - 07 发布

2022 - 05 - 22 实施

中国中医药研究促进会 发布

目 次

前言	2
引言	3
1 范围	4
2 规范性引用文件	4
3 术语和定义	4
4 操作前准备	5
4.1 治疗器械与用品	5
4.2 磁性矿物沙的升温消毒	5
4.3 环境准备	5
4.4 护理人员准备	5
5 操作步骤	5
6 注意事项	6
7 禁忌	6

前 言

本文件按照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。

本文件由新疆火焰沙健康科技有限公司提出。

本文件由中国中医药研究促进会归口。

本文件起草单位：新疆火焰沙健康科技有限公司、新疆产品质量监督检验研究院、新疆维吾尔自治区中医医院、国开园中医馆(杭州)有限公司、中国标准化研究院、新疆吐鲁番市维吾尔医医院、新疆巴州蒙医医院、新疆博乐市蒙古医院、上海温爱健康科技有限公司、广西温爱健康科技有限公司、希而思(长沙)科技研究院有限公司、新疆经纬云创医疗科技有限公司。

本文件主要起草人：黎建平、高武、付强、李超、朱超平、韩冰、冉文生、照日格图、周新亚、杨金山、肖东、黎刚强、黎雪梅、田亚、王光然、马静、李锋、杨和虎、刘利辉、洪丽煌。

引 言

热沙治疗，又称“沙疗”，是维吾尔族传统医学中应用广泛的中医疗法。沙子中含有的各种微量元素和磁性矿物质，经过加热，可用于缓解人体疲劳、肢体酸困、慢性腰腿痛等症状，对体寒和风湿疾病人群的治疗能起到辅助治疗和保健作用。

为了使沙疗方法的技术和要求更加规范、安全，更有疗效，造福于更多受湿寒疾病困扰的人群，同时做好非物质文化遗产代表性项目的传承，推广中医药技术，根据《国务院关于公布第四批国家级非物质文化遗产代表性项目名录的通知》《国务院关于印发中医药发展战略规划纲要（2016—2030年）的通知》等相关文件，特制定本标准。

本标准的相关要求和数据，是在相关医院多年的实际临床治疗的总结和试验上给出的，具有可靠性、科学性和真实性。

中医技术 热沙治疗 操作规范

1 范围

本文件规定了热沙治疗的操作前准备、操作步骤、注意事项与禁忌。
本文件适用于热沙治疗的技术操作。该操作适应于体寒及患有风湿疾病的人群。

2 规范性引用文件

本文件没有规范性引用文件。

3 术语和定义

下列术语和定义适用于本文件。

3.1

热沙治疗 Hot sand physiotherapy

以中医理论为指导结合相关医疗器具，将患者机体（除头部外）全部或部分埋入预先加热的磁性矿物沙中，利用压力和温度的作用使患者通过排出体液（汗液）的方式减轻体内的湿气、寒气的一种物理外治治疗方法。

注：简称“沙疗”。

3.2

热沙治疗床 warm sand physiotherapy bed

通过具有加热功能的床铺，加热床铺面上铺设的磁性矿物沙，对埋入磁性矿物沙中的人体产生排湿、排寒及排毒等保健功效的床。

注：简称“沙疗床”。

3.3

磁性矿物沙 magnetic mineral sand

含有铁碧玺矿物成份的沙子，且其含量一般为普通沙子的9倍。

3.4

升温剂 heating agent

将针对不同疾病所配制的中药药材用高度白酒（62度~75度）浸泡，去渣取汁，供使用的液体剂型。

3.5

沙疗服 physiotherapy clothe

用 100%棉制成的连体服装，供患者治疗时使用。

3.6

沙板 sand plank

用 100%木材制成的挖铲磁性矿物沙的工具。

3.7

温沙 warm sand

分布在沙疗床床体四角的磁性矿物沙，温度一般在 45℃左右。

3.8

沙疗包 hot sand physiotherapy bag

填充有针对不同疾病所配制的中药药材与磁性矿物沙混合物的棉质缝制布包。

3.9

热沙 hot sand

温度为 (56 ± 2) ℃的磁性矿物沙。

4 操作前准备

4.1 治疗器械与用品

沙疗床、棉褥、热水、体温计、沙疗服、沙板、测温枪、升温剂、打火机、闹钟、沙疗包、睡袍、毛毯等。

4.2 磁性矿物沙的升温消毒

每天使用前将磁性矿物沙加热到 (56 ± 2) ℃，且保持至少 12 h，全程应将棉褥覆盖在床上。

4.3 环境准备

保持室温为 26℃~30℃，相对湿度为 40%~50%。保持良好的通风环境。

4.4 护理人员准备

操作前应清洗双手并擦干，保持手部卫生。

5 操作步骤

5.1 检查沙疗床运行是否正常，温度控制器上的温度值是否为 (56 ± 2) ℃。

5.2 核对患者姓名、年龄、疾病诊断、治疗医嘱等信息。

5.3 请患者饮用热水或热营养水，以使患者的体温升高。

5.4 升温时间结束后(夏季约 20 min, 冬季约 30 min), 用体温计测量患者体温, 体温不应低于 36.6℃。

- 5.5 根据患者的身高和体重，提供合适的沙疗服，请患者更换。
- 5.6 取下沙疗床上铺盖的棉褥，用沙板将磁性矿物沙耙出人形凹陷。凹陷的深度及宽度应与患者体型相仿。
- 5.7 用测温枪测量沙疗床中心处的磁性矿物沙温度，确保温度为 (56 ± 2) ℃。
- 5.8 在头枕部位、凹陷的足跟部以及小腿部铺一层约5mm的温沙。
- 5.9 将升温剂倒入与患者病患部位对应的凹陷处，用沙板将其与表面约20mm深的磁性矿物沙搅拌均匀，然后用打火机点燃，燃烧6s~7s后，用沙板将火扑灭。
- 5.10 将沙疗包放入与患者病患部位对应的凹陷处，然后协助患者躺入。
- 5.11 利用沙板与手配合，将热沙覆盖在患者全身，覆盖厚度约50mm~100mm，之后将棉褥盖在患者身上。
- 5.12 根据患者的性别、年龄、身高、体重及所治疾病，用闹钟设定治疗时间为10min~30min。
- 5.13 治疗达到设定时间后，揭开棉褥，并清理患者身上覆盖的磁性矿物沙。协助患者起身，安排患者及时将沙疗服换下，并更换为睡袍。
- 5.14 用沙板将沙疗床中的磁性矿物沙铺平，盖上棉褥，协助患者躺在棉褥上并盖上毛毯，持续30min~40min，以排出体液（汗液）。
- 5.15 每次治疗完成后，应对沙疗服和睡袍进行清洗、晒干、消毒和保存。
- 5.16 护理人员应全程做好记录。记录内容包括：治疗温度、治疗时间以及患者在治疗过程中的感受等。

6 注意事项

- 6.1 治疗前应先向患者做好解释，告知其安全性、可靠性及注意事项，消除患者顾虑。
- 6.2 磁性矿物沙的温度应严格控制在 (56 ± 2) ℃。对于初次进行治疗的患者，温度应控制在54℃；等患者身体适应此温度后，可根据个体耐受情况，逐步升高温度来进行治疗。
- 6.3 覆盖在患者身体表面上的磁性矿物沙，厚度应控制在50mm~100mm。
- 6.4 治疗时间应严格控制在30min以内。可根据患者的性别、年龄等身体状况的不同而调整治疗时间。具体治疗时间应以患者舒适或能耐受为宜，以患者微微出汗为度。
- 6.5 当患者在沙疗床中治疗时，护理人员应密切观察患者的反应，询问有无头晕、头痛、胸闷及心慌等不适。如出现上述症状，应立即中止治疗。
- 6.6 治疗后患者不应马上离开，此时人体皮肤表面的毛孔张开，如受风寒病情会加重。患者应停留不少于40min，在此期间应安排患者饮用热水，以补充水分。
- 6.7 使用沙疗的频率可根据病情而定，一般一天一次，15天为一个疗程。
- 6.8 磁性矿物沙在使用1800人/次后，应对其进行清洁消毒或整体更换。
- 6.9 沙疗服和睡袍应专人专用，不应混穿。应保证沙疗服完整无破损，否则应进行更换。

7 禁忌

有下列情况的患者不应进行热沙治疗：

- a) 体内有金属及心脏有支架；
- b) 外伤出血及饮酒后；
- c) 有皮肤病及各类传染性疾病；
- d) 备孕期男性及孕期女性；
- e) 有高血压疾病或年龄在60岁以上的老年人应遵医嘱进行治疗。