

科技赋能平衡针灸在基层护理健康管理中的实践研究

王文远

北京中医药大学，北京

DOI:10.62836/nursing.v3n2.1234

摘要: 平衡针灸是源自军事医学、依托国家重大科研项目并已纳入国家中医药适宜技术推广体系的现代针灸创新技术。该学科根植于部队军事医学，深耕训练伤防治领域，以国家“973”重大基础研究计划夯实理论根基，经国家中医药管理局认证并向全国推广。军队的临床实践孕育了平衡针灸学科的创立，国家政策与科研支撑则推动了其成熟与普及，使其成为新时代中医现代化、科技化的代表性创新成果。

关键词: 疗愈疾病；身心健康；培养骨干；基层卫勤；乡村中医

Research on the Practice of Technology-Enabled Balanced Acupuncture in Primary Care Nursing Health Management

Wenyuan Wang

Beijing University of Chinese Medicine, Beijing

Abstract: Balanced acupuncture is an innovative modern acupuncture technique originating from military medicine, supported by major national research projects, and incorporated into the national traditional Chinese medicine (TCM) appropriate technology promotion system. Rooted in military medicine, this discipline specializes in the prevention and treatment of training injuries. It is grounded in the theoretical foundation of the national “973” major basic research plan, certified by the National Administration of Traditional Chinese Medicine, and promoted nationwide. The clinical practice of the military gave rise to the establishment of balanced acupuncture, while national policies and research support have driven its maturation and widespread adoption, making it a representative innovation in the modernization and technological advancement of TCM in the new era.

Keywords: healing diseases; physical and mental health; cultivating key personnel; grassroots medical service; rural traditional Chinese medicine

1 科技赋能平衡针灸在基层健康护理中的技术定位

1.1 科技赋能平衡针灸神经调控护理技术

平衡针灸精准定位于现代针灸与脑针灸的神经调控技术, 靶向作用于人体中枢及外周神经系统, 聚焦当代人群的心理神经与脑功能健康。其核心技术原理为: 通过针刺外周神经特异性靶点, 激活大脑中枢的自主调控功能, 纠正机体失衡状态, 实现病变部位的生理修复。该技术充分依托人体与生俱来的自我修复系统, 激活自愈基因程序, 开启生命自我修复机制, 真正实现依靠自身机能疗愈疾病。

1.2 科技赋能平衡针灸的护理功能整合

从功能定位看, 平衡针灸兼具全科诊疗、心理干预与康养保健三重价值, 整合了全科医生的诊疗职能、心理医生的疏导技能与保健医生的养护功能[1]。技术立足大健康预防理念, 兼顾疾病治疗与机体修复, 覆盖全人群、全场景、全生命周期的健康需求, 助力民众实现自主健康、主动健康, 掌握自身健康的主动权。

1.3 生命周期健康护理机制

平衡针灸本质上是脑调控医学技术, 其核心在于激活大脑中枢神经的指挥调控系统, 守护人脑功能稳态与身心健康, 适配人类生、老、病、衰的全生命历程。技术源于军营、服务官兵, 根植人民、造福大众。新时代背景下, 平衡针灸坚守“铁杆中医”初心, 以培育基层生命健康卫士为核心目标, 依托技术优势落地“9+2”国家公益工程, 全方位、多场景普及中医适宜技术, 助力健康中国战略实施[2], 扛起中医药传承创新、走向现代化与国际化的时代使命。

2 科技赋能平衡针灸在基层健康护理中的多方面应用

2.1 基层健康护理体系在特殊地区的应用

2.1.1 平衡针灸在军队卫勤中的健康护理

平衡针灸学科源于军营、成于军营、服务

军营, 服务部队官兵、保障战斗力生成是其创立初心与核心底色。该技术历经全军30余万官兵的长期临床实践打磨, 依托国家“973”基础研究完成理论升级, 成为部队独创的中医技术。自1989年被原总后勤部卫生部列为全军推广的中医实用技术以来, 已全面覆盖各军种、各级医院及师团营连基层卫勤岗位, 累计培养骨干人才3万余人[3]。

自2009年“中医药军营行”专项活动开展以来, 平衡针灸累计为全国边防、内陆部队培育基层技术骨干1万余人次, 服务官兵、治疗训练伤10万余人次, 在部队日常卫勤保障、训练伤防治、急症急救与战地救护中发挥了不可替代的作用。

该技术深度适配部队实战化卫勤需求, 具备三大优势: 一是便携高效、无场景限制, 仅需银针、棉球即可完成诊疗急救, 适应野外驻训、应急救援等各类场景; 二是简单易学、便于普及, 基层卫勤人员可快速掌握; 三是实战性强、救治高效, 能有效降低训练伤发生率, 为重症伤员后送争取黄金时间, 全面提升部队基层卫勤保障能力。

2.1.2 在老区的健康护理

革命老区是红色精神的发源地, 老区人民为中国革命胜利和新中国建设作出了不可磨灭的贡献。新时代以来, 国家高度重视老区振兴与民生改善。然而, 沂蒙山、晋察冀、大别山、井冈山等老区多地地处偏远, 医疗资源分布不均, 基层卫生服务能力薄弱, 因病致贫、返贫风险依然存在。

平衡针灸公益团队长期深耕革命老区, 持续开展公益义诊、技术帮扶与人才培养, 为老区培育了一批“永不撤离、扎根基层的健康人才”, 切实解决了群众就医难题。通过普及平衡针灸技术, 基层医护人员可实现急症快速院前干预, 为重症转诊争取时间; 同时常态化开展慢病调理与康养服务, 让老区群众在家门口即可实现看病就医。此举有效巩固了老区脱贫攻坚成果, 助力乡村振兴与基层健康护理事业发展, 已为老区培养“不走的”平衡针灸专家队伍超过3万人。

2.1.3 在边疆地区的健康护理

边疆地区是国家战略屏障，是民族团结、边疆稳定与区域发展的关键。我国西藏、新疆、内蒙古、云南、贵州、广西等边疆偏远少数民族地区，地域辽阔、人居分散、医疗资源稀缺，基层公共卫生服务短板突出。

平衡针灸公益工程长期扎根边疆一线，深入各省区及少数民族聚居区，持续开展送健康、送技术、送服务活动，批量培育本土技术骨干，为边疆群众提供普惠、优质的健康服务。作为国家级推广的中医创新适宜技术，平衡针灸无需大型设备、操作便捷、疗效确切、安全性高，极度适配边疆医疗场景。持续培育边疆健康卫士，能让各族群众在家门口享受到国家级创新成果，切实提升边疆基层健康护理水平，筑牢健康屏障，促进民族团结与边疆长治久安。目前已为边疆地区培养平衡针灸骨干人才约1万人。

2.2 平衡针灸基层健康护理体系在普通地区的应用

2.2.1 家庭健康护理

家庭是社会的最小单元，家庭健康是基层护理与健康中国建设的基础。将家庭健康建设融入国家发展大局，是践行健康中国战略、弘扬社会主义核心价值观的重要举措。

推行家庭平衡针灸普及工程，是实现家庭主动健康的关键。面对家庭突发急症，在呼叫急救的同时，可即刻针刺核心靶点，为专业急救争取时间。针对中老年高血压、高血糖、高血脂等慢病，规范化干预可有效控制病情、减少药物依赖。此外，该技术还能高效处理急性腰扭伤、感冒头痛、儿童脾胃虚弱等家庭常见病症，真正实现“小病不出家门、急症快速干预、慢病长效养护”。

平衡针灸安全性高、实操性强、无副作用、适配全年龄段，极度适合家庭普及。其推广能充分发挥中医“治未病”、低成本、高实效的优势，守护家庭成员健康，减少医疗支出，有效缓解国家医保负担，夯实基层健康护理的第一道防线。

2.2.2 乡村健康护理

乡村医疗是医疗卫生体系的薄弱环节，也是健康中国建设的重点攻坚领域。“看病远、看病难、看病贵”仍是广大乡村的民生痛点。为补齐短板，需培育一批“留得住、用得上、技术精”的乡村中医健康卫士。

通过为每村规范化培养平衡针灸技术骨干，可实现常见病、多发病的就地诊疗，无需往返城镇医院。针对慢病及术后康复人群，可依托该技术开展常态化康复养护，大幅降低就医成本。平衡针灸技术门槛低、上手快、无设备依赖，能快速赋能基层村医，盘活乡村医疗资源，筑牢乡村健康屏障，助力乡村振兴与健康乡村建设。

2.2.3 社区健康护理

人口老龄化是当前重大的社会挑战，持续增加着社会保障与医疗服务压力。完善基层医疗卫生服务体系、提升社区服务能力，是应对老龄化、落实分级诊疗的核心举措。

平衡针灸作为国家级中医适宜全科技术，适配全人群、全病种、全周期的健康服务，完美契合社区基层需求。技术经过国家认证、安全规范、易学易用，可广泛应用于社区日常诊疗、慢病管理、老年康养、疼痛康复等各类场景。在社区普及该技术并培育健康卫士，能有效补齐基层医疗短板，提升公共卫生服务能力，为社区群众构建便捷、高效、普惠的健康保障体系。

2.3 平衡针灸对于特殊人群的基层健康护理技术应用

2.3.1 针对学校学生

青少年处于身心发育与三观塑造的黄金时期，但升学、考研、就业等多重压力易引发焦虑、抑郁、失眠等问题，极端心理事件频发，严重威胁青少年健康与校园安全。

依托平衡针灸技术培育校园专属健康卫士，赋能校医心理调控能力，可通过脑神经调控技术及时清除负面情绪、疏导压力、修复脑功能失衡，从根

源上预防心理及精神疾病的发生，全方位守护青少年身心健康，保障校园平安稳定。

2.3.2 针对企业职工

企业是国民经济发展的核心支柱。科研及一线核心岗位员工长期处于高强度、高压状态，易引发大脑神经功能失调，不仅损害个人健康，更影响创新效率与生产安全。

在企业普及平衡针灸技术、培育健康卫士，可提供专业化脑健康养护服务，有效缓解职场压力、改善睡眠、调节身心状态，释放科研人才创新潜能。同时，管理层通过常态化脑保健，能保持思维敏锐与心态稳定，助力科学决策，全面提升企业管理效率与发展质效。

2.2.3 平衡针灸针对机关人员预防保健的实际应用

党政机关干部的身心健康与思维状态，直接关系到政务效率与服务质量。长期高强度办公易导致颈肩腰腿痛、失眠、高血压等问题，影响工作状态与决策质量。

平衡针灸团队多次走进机关开展健康讲座与义诊，凭借“三秒见效、随治随走”的优势，获得广泛认可。通过在机关培育骨干并设立保健服务点，可为公职人员提供常态化健康服务，快速干预常见病，同时开展大脑中枢专项保健，提升政务工作效率与公共服务能力。

3 科技赋能平衡针灸在特殊群体的应用与技术支持

在全面推进“九进”工程的基础上，平衡针灸公益体系重点聚焦军休干部与退役军人两大特殊群体，彰显拥军优属的社会责任。

3.1 平衡针灸为军休干部群体提供专项医疗技术支持

军休干部毕生奉献国防。作为源自军营的国家级创新技术，平衡针灸始终坚守拥军初心，持续为离退休军休干部提供覆盖日常养生、慢病调理、术后康复、老年康养等全场景的健康服务，守护老兵

晚年身心健康。

3.2 平衡针灸医疗技术的普及与应用赋能退役军人就业创业

退役军人是国家宝贵的人力资源。平衡针灸技术体系为他们搭建了专属就业创业新赛道：已掌握技术的退役军人可直接参与确有专长资格考核，持证执业；未接受培训的，可免费或优先参与专项技能培训，实现技能转型与稳定就业。此举切实解决了退役军人就业难题，助力其高质量转型发展[4]。

4 平衡针灸助力基层健康护理管理体系的构建

平衡针灸“九进+2”基层健康护理公益工程，以科技赋能中医药创新成果下沉为抓手，构建起覆盖军营、老区、边疆、家庭、乡村、社区、校园、企业、机关，兼顾军休干部与退役军人的多层次、广覆盖健康保障网络。该体系紧扣国家大健康战略，既立足基层医疗痛点，以低成本、高效率的适宜技术补齐公共卫生短板，又聚焦特殊群体，践行社会责任；既实现疾病诊疗与慢病康养的基础功能，又兼顾脑健康养护与心理干预的时代需求。这一模式充分发挥了平衡针灸易普及、全场景、全人群的技术优势，将中医药传承创新与基层健康护理深度融合，为打造自主可控、普惠高效的基层健康护理防御体系提供了可复制、可推广的实践范本。

5 平衡针灸健康护理技术在偏远地区中的应用

在我国偏远山区与乡村地区，医疗资源匮乏、医疗服务薄弱是长期存在的民生问题。多数山区村落地理位置偏僻、交通不便，村民外出就医耗时耗力、成本极高，导致大量慢性病、疼痛性疾病患者拖延病情，同时村民健康防护意识薄弱，亚健康问题普遍存在，基层健康保障工作存在较大短板。平衡针灸作为一项安全、高效、操作便捷的适宜医疗技术，深入扎根基层、下沉乡村一线，针对性解决偏远地区村民就医难、防病难的核心问题，为山区基层护理健康服务筑牢坚实基础。

多数偏远自然村常住人口以中老年留守群体为主，村内常年留存数十名需要常态化治疗的病患，患病类型高度贴合山区生活特点。其中以颈肩腰腿痛、风湿关节痛、腰肌劳损等劳损性、骨关节疾病居多，同时伴随高血压、头晕失眠、肢体麻木、慢性胃炎等常见慢性病症，这类疾病反复发作、久治不愈，严重影响村民日常劳作与生活质量。由于山区就医不便，多数患者长期依靠偏方、止痛药缓解症状，无法得到规范治疗，病情持续迁延加重。为切实保障村民健康，平衡针灸医生建立常态化定点诊疗机制，固定每周专属诊疗日，提前通过村内通知、上门告知、邻里转告等方式，通知村内患病村民按时到定点诊疗点接受平衡针灸治疗，让村民无需奔波外出，在家门口就能享受专业诊疗服务。

除了针对性治疗病患，平衡针灸诊疗工作始终坚持“未病先防、既病防变”的中医健康理念，全方位守护每个村落村民健康。针对身体无明显病症的健康村民，医生定期开展健康宣讲，结合山区村民劳作特点，讲解亚健康危害、日常养生要点、疾病预防常识，纠正村民“无病痛即无疾病”的错误认知。同时，每月为健康村民开展一次保健型平衡针灸调理，通过安全、高效的针灸调理方式，疏通经络、调和气血、调节机体机能，改善村民长期劳作积累的身体疲劳、气血不畅等隐性问题，真正落实“有病治病，无病防病”的基层健康服务宗旨，从源头降低山区疾病发病率。

为实现精准诊疗、全程溯源，医生为每一位就诊村民建立专属健康病例档案，做好精细化护理记录。详细登记患者治疗前的身体状况、病症表现、疼痛程度、活动受限情况等基础信息，同步记录每次针灸治疗后的即时效果，标注患者治疗后症状是否快速减轻、疼痛是否缓解、身体机能是否改善。同时持续跟踪随访，详实记录患者治疗后一个月、两个月、三个月的身体恢复情况，对比分析病情改善进度，动态调整诊疗与调理方案，让每一次治疗、每一项调理都有记录、有依据、有效果。

相较于城市完善的医疗体系，偏远山区基层医疗设备落后、专业医护人员短缺、诊疗技术薄弱，

村民就医安全和诊疗效果难以保障。而平衡针灸医生主动下沉基层，将优质、便捷、安全的平衡针灸技术真正送到村民家门口，补齐了山区基层医疗短板。该技术操作简便、安全性高、见效快速、适配性广，无需复杂设备辅助，完美适配山区诊疗环境，彻底解决了村民就医远、就医难、就医贵的痛点。常态化的定点诊疗、预防性保健、全程化档案管理，全方位守护偏远地区村民的身心健康，切实提升基层医疗服务质量，让山区群众在家门口就能享受高效、优质、专业的医疗卫生服务，筑牢乡村基层健康保障防线。

6 平衡针灸健康护理技术在社区中的应用

随着我国城镇化建设持续推进，城市社区规模不断扩大，城镇居民人口数量大幅攀升，高密度的居民小区成为城市人口主要聚居载体。当下多数城镇居民居住在高层住宅内，对于社区内年老体弱、腿脚不便、半身不遂以及长期卧床的老年群体而言，上下楼出行极为困难，往返医院就诊更是耗费大量体力与精力，传统医院就医模式难以适配老年患者的实际需求，成为社区老年健康管理的突出难题。针对社区老年患者就医痛点，平衡针灸注重社区一线健康管理，落地便民惠民诊疗服务，全方位完善社区患者健康管理体系，为社区居民尤其是高龄失能老人筑牢健康保障屏障。

为实现精准服务、全覆盖诊疗，平衡针灸医生扎根各个居民小区，通过社区公告、物业通知、上门诊疗等多种方式，全面统计小区内行动不便、无法自主出屋、长期卧床的老年患者人数，建立专项服务台账。针对这类特殊病患群体，推出上门针灸诊疗服务，彻底解决失能老人就医难、出行难的问题，让老人足不出户就能接受专业、规范的平衡针灸治疗。在上门施治的过程中，医生不仅专注疾病治疗，同时兼顾老年患者的身心养护与日常健康指导，全方位助力老人身体恢复。

一些老年人身体机能衰退，代谢缓慢，长期卧床或活动量不足极易出现体质虚弱、身形消瘦、免疫力低下等问题。对此，平衡针灸医生在诊疗之余，会耐心叮嘱老年患者注重日常膳食调理，坚持

补充优质蛋白质、维生素等营养物质, 均衡饮食、滋养身体, 有效改善体虚乏力的状况。同时, 平衡针灸医生专门对患者家属及陪护人员开展护理指导, 告知日常护理要点, 指导家属每日为老人进行肢体按摩、放松肌肉、疏通经络, 有效预防长期卧床引发的肌肉萎缩、肢体僵硬、血液循环不畅等并发症。在天气晴好、温度适宜的时节, 建议家属用轮椅推送老人到小区户外晒太阳、适度活动、呼吸新鲜空气, 促进钙质吸收、改善身心状态, 辅助提升康复效果。

在诊疗工作中, 平衡针灸医生建立完善的患者健康诊疗档案, 实现一人一档、全程溯源、动态管理。精准记录每位患者的基础信息、患病类型、核心病症、身体状况, 详细登记每次治疗所用的针灸穴位、施治方案与诊疗日期。持续跟踪患者康复进度, 定期对比观察患者施治后的身体变化, 记录康复速度与治疗效果, 根据患者恢复情况灵活调整施治穴位与诊疗方案, 保障治疗的针对性与有效性。同时, 医生会常态化安抚患者情绪, 耐心科普康复知识, 告知患者慢性病与老年病的形成是长期积累的结果, 康复过程循序渐进, 治疗疾病无法一蹴而就, 引导患者及家属保持耐心、坚持规范治疗, 树立长期健康养护意识, 让居民明白日常保健是终身坚持的生活习惯。

针对社区内行动自如、可自主出行的患病居民, 平衡针灸设立社区固定诊疗点, 为居民提供便捷诊疗服务。居民可根据自身病情需求, 每周一次或每周两次自主到店接受治疗, 平衡针灸诊疗操作快捷高效, 单次治疗耗时短, 极大节省居民的时间与精力。相较于传统就医模式, 社区平衡针灸诊疗随治随走、无需挂号、流程简便, 大幅降低居民就医时间成本与经济成本。作为绿色安全的中医适宜

技术, 平衡针灸无副作用、适配人群广、康复效果显著, 长期规范治疗能够帮助社区患者逐步摆脱药物依赖, 有效减少长期服药带来的肝肾损伤、身体耐药性等药物副作用, 从根本上改善体质、祛除病灶, 助力社区居民实现无痛、安全、高效的健康康复, 全面提升社区健康管理精细化、便民化水平。

7 结论

在基层健康护理战略深入推进的当下, 基层医疗普惠化、便民化发展成为核心重点, 而平衡针灸凭借安全高效、操作便捷、适配性强的独特优势, 深入城乡基层、覆盖各类人群, 成为补齐医疗短板、守护基层健康护理的重要力量, 为构建全域覆盖、普惠共享的基层健康服务体系提供坚实支撑。

平衡针灸兼顾大众健康需求, 广泛服务于城乡亚健康人群。未来, 平衡针灸医生将持续深耕基层, 普惠各类人群, 以优质、便捷、安全的诊疗服务助力基层健康护理落地见效。

致谢

感谢于波主任(王文远教授亲传弟子、原济南军区首保专家)协助整理本文。

参考文献

- [1]王文远.现代平衡针灸理论根源及理论体系综述[J].人民军医,2021,64(12):1243-1244.
- [2]韩笑,马文珠.平衡针的临床研究概况[J].北京中医药大学学报(中医临床版),2012,19(5):53-57.
- [3]乔治,王淑琴,苏彬.针灸疗法在军事医学领域的应用[J].武警医学,2023,34(6):549.
- [4]徐枝芳,公一因,窦报敏,等.针刺抗炎: 针灸防治疾病的一种普适性作用途径[J].针刺研究,2023,48(2):111-117.

