

成年人中医体质治未病干预方案

编制说明

提出单位：北京中医药大学国家中医体质与治未病研究院

归口单位：中华中医药学会

主要起草单位：北京中医药大学国家中医体质与治未病研究院、中华中医药学会中医体质分会

主要起草人：王琦、倪诚、李英帅、郑燕飞、王济、李玲孺、白明华

二〇二二年四月

一、工作简况

1. 任务背景

中医体质是人体生命过程中，在先天禀赋和后天获得的基础上所形成的形态结构、生理功能和心理状态方面综合的、相对稳定的固有特质。体质的稳定是相对的，在个体在生长壮老的生命过程中，环境、精神、营养、锻炼、疾病等内外环境中诸多因素影响体质，使得体质既具有相对的稳定性，同时具有动态可变性。通过药物或生活方式干预，调整体质偏颇状态，预防相关疾病发生，是实施“治未病”的重要手段。通过前期市场调研、文献调研发现，目前在体质调理过程中，存在如下问题，如对中医体质调理的相关术语、定义理解不清；中医体质调理方法缺少统一规范，特别是缺少兼夹体质的调理方法等。因此，制定成年人中医体质治未病干预方案，明确体质调理原则和方法，为调体治未病、慢病防控、健康管理等社会实践提供科学指导，形成规范化实践模式，对提升全民健康水平，减轻国家医疗负担具有重要意义。

2. 任务来源

《成年人中医体质治未病干预方案》由北京中医药大学国家中医体质与治未病研究院提出，于 2017 年 5 月获得中华中医药学会批准作为团体标准立项。

3. 起草单位

本方案起草单位为北京中医药大学国家中医体质与治未病研究院、中华中医药学会中医体质分会、南方医科大学、广东省中医院、开封市中医院、福建中医药大学、浙江省中医院、云南省中医院、上海中医药大学附属曙光医院、新疆乌鲁木齐市中医院、深圳龙岗区中医院、浙江中医药大学、首都医科大学宣武医院、长春市中医院、内蒙古医科大学、东南大学附属中大医院、南京中医药大学、广西中医药大学基础医学院、河南省中医院、黄冈市中医医院、成都中医药大学附属医院

二、标准编制原则和关键技术内容

1. 标准的编制依据和原则

本方案编制流程和方法是依据《中华中医药学会团体标准管理办法》和《中华中医药学会指南技术方案》中的规定进行。标准草案撰写严格按照《GB/T1.1—2009 标准化工作导则 第 1 部分：标准的结构和编写》和《中华中医药学会中医指南报告规范》的规定进行编写和表述。

2. 标准的关键技术内容

本方案以中医体质学理论为基础，主要围绕：1) 成年人中医九种体质类型与特征、判定方法及体质调理原则与方法；2) 常见兼夹体质调理原则；3) 体质干预后评价方法等内容进行梳理和规范。

三、主要工作过程

(一) 提案、申请、立项

为规范中医体质辨识与调理的具体操作方法、评价标准，为中医体质辨识在治未病、健

健康管理中的推广应用提供标准化依据，为从事中医体质研究与应用的人员提供专业指导，项目组在充分文献调研及专家讨论的基础上，并结合当前的临床实际需求，提出编写本标准的计划。在明确标准编制的主题、目的、适用对象及工作程序后，向中华中医药学会提交立项申请书。

《成年人中医体质治未病干预方案》于 2017 年 4 月 19 日召开了立项申请会议，在此基础上，中华中医药学会组织了评审专家对申请的团体标准进行评审，针对评审专家的意见与建议，项目组对标准进行了修改，于 2017 年 5 月获得中华中医药学会批准立项。

(二) 成立标准起草组

1. 标准起草组成立方式

“成年人中医体质治未病干预方案”采用项目负责人召集和专家推荐的方式确定起草组成员，采用召开会议、电话沟通方式成立项目组。

2. 标准起草组组成情况

(1) 标准起草组组成情况

起草单位：北京中医药大学国家中医体质与治未病研究院、中华中医药学会中医体质分会、南方医科大学、广东省中医院、开封市中医院、福建中医药大学、浙江省中医院、云南省中医院、上海中医药大学附属曙光医院、新疆乌鲁木齐市中医院、深圳龙岗区中医院、浙江中医药大学、首都医科大学宣武医院、长春市中医院、内蒙古医科大学、东南大学附属中大医院、南京中医药大学、广西中医药大学基础医学院、河南省中医院、黄冈市中医医院、成都中医药大学附属医院

单位级别：三级甲等中医院及重点高校

专家专业领域：专家专业领域及研究方向涉及中医临床、中医基础、中医体质、中医药标准化及量表研发等。

职称分布情况：正高级职称共 24 人，占 57.1%。副高级职称共 6 人，占 14.3%。中级职称共 9 人，占 21.4%。初级职称共 1 人，占 2.4%。

(2) 标准起草组成员名单及分工

表 1 标准起草组成员及其工作内容

序号	姓名	单位	职称	学位	工作内容
1	王琦	北京中医药大学国家中医体质与治未病研究院	终身教授、研究员、主任医师	硕士	项目负责人，标准及编制说明起草、组织论证、征求意见及推广，监督标准制定流程。
2	倪诚	北京中医药大学中医学院	教授、主任医师	博士	标准主要起草，制定推广方案，处理标准征求、审查及公示意见等。
3	李英帅	北京中医药大学国家中医体质与治未病研究院	副研究员	博士	标准主要起草，标准及编制说明撰写，处理标准征求、审查及公示意见，标准推广等。
4	郑燕飞	北京中医药大学国	副研究员	博士	标准主要起草，标准及编

		家中医体质与治未病研究院			制说明撰写,处理标准征求、审查及公示意见,标准推广等。
5	王济	北京中医药大学国家中医体质与治未病研究院	教授、研究员	博士	标准主要起草,标准及编制说明撰写,处理标准征求、审查及公示意见,标准推广等。
6	李玲孺	北京中医药大学国家中医体质与治未病研究院	研究员	博士	标准主要起草,制定推广方案,处理标准征求、审查及公示意见等。
7	白明华	北京中医药大学	主治医师	博士后	标准主要起草,制定推广方案,处理标准征求、审查及公示意见等。
8	赵晓山	南方医科大学	研究员	博士	标准起草,制定推广方案,处理标准征求、审查及公示意见等。
9	杨志敏	广东省中医院	主任医师	博士	标准起草,根据征求意见稿修改完善标准。
10	庞国明	开封市中医院	主任医师	博士	标准起草,根据征求意见稿修改完善标准。
11	李灿东	福建中医药大学	教授	博士	标准起草,根据征求意见稿修改完善标准。
12	骆斌	北京中医药大学	教授	博士	标准起草,根据征求意见稿修改完善标准。
13	汤军	浙江省中医院	主任医师	博士	标准起草,根据征求意见稿修改完善标准。
14	何渝煦	云南省中医院	主任医师	博士	标准起草,根据征求意见稿修改完善标准。
15	张晓天	上海中医药大学附属曙光医院	主任医师	博士	标准起草,根据征求意见稿修改完善标准。
16	翟玉珍	新疆乌鲁木齐市中医院	主任医师	硕士	标准起草,根据征求意见稿修改完善标准。
17	胡世平	深圳龙岗区中医院	主任医师	博士	标准起草,根据征求意见稿修改完善标准。
18	朱爱松	浙江中医药大学	教授、主任医师	博士	标准起草,根据征求意见稿修改完善标准。
19	韦芳宁	广东省中医院	主任医师	博士	标准起草,根据征求意见稿修改完善标准。
20	曲淼	首都医科大学宣武医院	主任医师	博士	标准起草,根据征求意见稿修改完善标准。
21	李芳莉	深圳龙岗区中医院	主任医师	硕士	标准起草,根据征求意见稿修改完善标准。
22	谢卫平	开封市中医院	主任医师	硕士	标准起草,根据征求意见稿修改完善标准。
23	张春玲	长春市中医院	主任医师	硕士	标准起草,根据征求意见稿修改完善标准。
24	张亚军	内蒙古医科大学	教授	博士	标准起草,根据征求意见稿修改完善标准。
25	张荣春	东南大学附属中大医院	副主任医师	博士	标准起草,根据征求意见稿修改完善标准。

26	吴承艳	南京中医药大学	教授	博士	标准起草, 根据征求意见修改完善标准。
27	林江	广西中医药大学基础医学院	教授	博士	标准起草, 根据征求意见修改完善标准。
28	金明兰	浙江省中医院	副主任医师	硕士	标准起草, 根据征求意见修改完善标准。
29	谢长才	广东省中医院珠海医院	主任医师	博士	标准起草, 根据征求意见修改完善标准。
30	黄鹂	广东省中医院	副主任医师	博士	标准及编制说明起草、组织论证、征求意见及推广, 监督标准制定流程。
31	杨玲玲	河南省中医院	主治医师	硕士	标准起草, 根据征求意见修改完善标准。
32	何江明	黄冈市中医医院	医师	硕士	标准起草, 根据征求意见修改完善标准。
33	周开林	北京中医药大学	讲师	博士	标准起草, 根据征求意见修改完善标准。
34	张妍	北京中医药大学国家中医体质与治未病研究院	主治医师	硕士	标准起草, 根据征求意见修改完善标准。
35	侯淑涓	北京中医药大学国家中医体质与治未病研究院	讲师	博士	标准起草, 根据征求意见修改完善标准。
36	姚海强	北京中医药大学国家中医体质与治未病研究院	讲师	博士	标准起草, 根据征求意见修改完善标准。
37	俞若熙	北京中医药大学国家中医体质与治未病研究院	副研究员	博士	标准起草, 根据征求意见修改完善标准。
38	杨正	北京中医药大学中医学院	讲师	博士	标准起草, 根据征求意见修改完善标准。
39	梁雪	北京中医药大学国家中医体质与治未病研究院	助理研究员	博士	标准起草, 根据征求意见修改完善标准。
40	秦静波	成都中医药大学附属医院	讲师	博士后	标准起草, 根据征求意见修改完善标准。
41	李博悻	北京中医药大学	无	硕士	标准起草, 根据征求意见修改完善标准。
42	秦俊俊	北京中医药大学	无	硕士	标准起草, 根据征求意见修改完善标准。

3. 利益冲突声明

本标准无涉及相关利益冲突

(三) 标准编制过程

1. 确定标准立项与编制内容框架

2017 年 3 月, 王琦教授组织召开了《成年人中医体质治未病干预方案》立项的工作小组会议, 就方案前期的工作基础、方案内容及范围、成年人九种体质调理方法、常见兼夹体

质调理原则等进行了深入讨论，初步确定了方案内容框架，包括方案的运用情况、技术要点等关键内容。

2. 撰写标准草案

(1) 初稿撰写

2017 年 6 月至 2018 年 9 月，项目组成员在前期工作的基础上，经系统文献检索，确定以《中医体质学》《九种体质使用手册》《亚健康中医体质辨识与调理》《老年人中医体质辨识与调理》《中医未病学》，以及《中医体质分类与判定》标准为内容框架的初始资料来源。进一步梳理古代、现代文献中有关成年人九种中医体质类型的体质调护内容，包括饮食、起居、运动、穴位及药物等（表 2），形成初稿第一稿。2018 年 9 月至 2018 年 12 月，项目组内进行两轮讨论，对方案内容进行规定和细化，形成初稿第二稿。

表 2 其他参考书目

作者	书名
谭洪福	《九种体质养生方》
王春全	《黄帝内经体质养生智慧》
谢宇霞	《体质养生攻略-不同体质人群的保健养生》
何凤娣	《中医体质养生图册》
张念一	图解《九种体质对症养生》
尤虎、杭凯	《九种体质心身养生》
慈艳丽	《九种体质养生全书》
王动阳	《中国人体质养生说明书》
张卫东、陶红亮	《调好体质不生病》
郭长青	《九种体质经络养生与治疗》

(2) 专家论证

2018 年 12 月-2021 年 1 月分别进行了两次专家论证。

第一次会议邀请中医体质学、中医基础理论、中医养生学、健康管理学等方面的 8 名专家参与论证。论证会上，与会专家对九种体质调理方法、方案文本及相关问题进行论证，对具体的药物调理及非药物调理进行了充分认证，并进一步提出了修改意见和建议，如在非药物调体中注意区分九种体质、饮食调养中对食物的选择要具有代表性和实用性等。

第二次会议邀请了中医体质学、中医基础理论、中医诊断学、中医内科学、中医养生学等方面的 10 余名专家参与论证。此次论证，专家主要对兼夹体质及其调理原则等提出了修改意见和建议。通过讨论，最终达成了专家共识。项目组记录了会议论证纲要，根据专家论证意见，对方案文本进行相应的修改。

3. 撰写征求意见稿

2021 年 1 月至 2021 年 12 月，起草组成员进一步对方案草案修改完善，并于 2022 年 3 月形成征求意见稿。2022 年 5 月，项目组召开了内部工作会议，对征求意见稿进一步讨论

和完善，并根据标准化管理的要求，向全国范围内权威专家开展征求意见，待征求意见后，再次修改，形成送审稿（尚未完成）。

四、与国内外同类标准的对比和最新标准采用情况

目前国内外均没有同类方案。

五、与现行强制性国家标准或政策法规的关系

本方案与现行强制性国家标准及政策法规没有冲突。

六、代表性分歧意见的处理经过和依据

本方案编写过程无重大分歧意见产生。

七、宣传、贯彻标准和后效评价标准的要求和措施

1. 应用培训：培训内容包括中医体质学基础理论，成年人人体质量表使用解读，成年人人体质辨识要点，成年人人体质调理方案应用，偏颇体质、兼夹体质调理方法，成年人人体质干预效果评估，中医体质健康管理等，计划每年培训 2 次，每次 500-1000 人。

2. 应用指导：面向各级医院治未病中心、基层医疗机构、保健养生机构、健康管理中心、以及各科研机构等企事业单位人员，针对不同机构需求提供标准化的成年人中医体质辨识与调理指导服务。

3. 媒体宣传：召开成年人中医体质治未病干预方案发布会，邀请国家、地方相关行业媒体跟踪报道，组织发布会、媒体专访等。

4. 论文发表：在推广过程中，发表 2-3 篇核心期刊论文/年。

八、废止现行有关标准的建议

本方案为首次发布的标准。