



中医“治未病”理念在无偿献血者健康管理中的应用研究*

——赵会霞 焦淑贤 范丽莉

【摘要】 **目的** 探索将中医“治未病”理念融入无偿献血者健康管理中的路径与方法。**方法** 落实专业技术人员中医药适宜技术培训,培养人才队伍;打造中医特色献血服务环境,营造良好氛围;借助四诊仪为献血者建立体质辨识档案库,提供个性化指导;加强无偿献血中医科普宣教,提高献血者中医健康素养。**结果** 无偿献血者初次献血比例从26.01%提高至28.42%,重复献血比例从10.12%提高至12.16%,增强了献血者粘性,稳定了献血者队伍。**结论** 献血者中医健康管理路径的建立有利于提高献血者的中医健康素养,提升健康服务效能,稳定献血者队伍。

【关键词】 中医;体质辨识;无偿献血者;健康管理

中图分类号:R197.6;R331.1

文献标识码:B

Research on the Application of the Traditional Chinese Medicine Concept of "Preventive Treatment of Disease" in Health Management for Voluntary Blood Donors/ZHAO Huixia, JIAO Shuxian, FAN Lili. //Chinese Health Quality Management, 2026, 33(1): 76-78

Abstract **Objective** To explore the pathways and methods for integrating the Traditional Chinese Medicine (TCM) concept of "preventive treatment of disease" into the health management of voluntary blood donors. **Methods**

Implement training in appropriate TCM techniques for professional and technical personnel to cultivate a skilled talent team; create a TCM—featured blood donation service environment to foster a favorable atmosphere; utilize four—diagnostic devices to establish a constitutional identification archive for blood donors, providing personalized guidance; and strengthen TCM—based science popularization and education among voluntary blood donors to improve their TCM health literacy. **Results** The proportion of first—time voluntary blood donors increased from 26.01% to 28.42%, while the proportion of repeat donors rose from 10.12% to 12.16%. This enhanced donor retention and stabilized the donor pool.

Conclusion The establishment of a TCM—based health management pathway for blood donors is conducive to improving their TCM health literacy, enhancing the effectiveness of health services, and stabilizing the donor pool.

Key words Traditional Chinese Medicine; Constitution Identification; Voluntary Blood Donors; Health Management

First-author's address Qingdao Blood Center, Qingdao, Shandong, 266071, China

献血者的健康与安全是无偿献血工作的基础^[1]。广州市对13 042名献血者的调查发现,部分献血者存在不良生活习惯,如6.8%的献血者有重度烟草依赖,30.6%的献血者运动水平偏低,38.8%的献血者睡眠质量差,6.6%的献血者有酒精依赖,分别有2.8%和1.3%的献血者可能存在中度及以上程度的抑郁和焦虑症状,其健康状况需要引起足够重视^[2]。研究显示,无偿献血不仅可以为临床提供安全、可靠的血液,在一定条件下还可以正向促进献血者的健康^[3]。当前研究多集中于从西医角度讨论无偿献血对献血者生理或心理健康的正向促进作用^[2-3],较少涉及中医药技术在献血者健康管理中的应用。中医“治未

DOI:10.13912/j.cnki.chqm.2026.33.1.16

* 基金项目:2025年青岛市卫生健康政策研究课题(编号:QDWJZCYJ2025-041)

青岛市中心血站 山东 青岛 266071

病”理念强调未病先防、既病防变^[4],其核心思想与献血者健康管理的目标高度契合。中医体质辨识学说为个体化健康管理提供了独特视角和实用工具^[5-6]。本研究以青岛市中心血站为例,探索将中医“治未病”理念融入无偿献血者健康管理中并总结其效果,以期为采供血机构提供一种创新、有效的健康管理方法,提高整体健康服务效能,保障献血者长期健康,维持献血者队伍稳定^[7]。

1 现状与问题

当前献血者健康管理侧重献血者体检不合格和献血后短期观察与常规建议,对献血者个体化差异和潜在健康风险的深度识别以及献血后的长效健康维护关注不足,同时缺乏针对献血者献血全周期的、基于中医理论的系统性健康干预方案。部分献血者尤其是初次或频繁献血者可能出现献血后疲劳、头晕甚至延迟恢复等现象,影响献血体验和再次捐献意愿^[8]。献血者潜在体质差异未被充分识别,也可能导致部分体质敏感者献血后不适风险增加。

2 管理实践

2.1 加强专业技术人员中医药知识及技能培训

制订培训计划,采取请进来和走出去培训模式,聘请中医药专家对血站专业技术人员进行中医基础理论知识讲座,组织骨干外出参加中医药适宜技术培训。构建血站特色的中医药适宜技术推广队伍,促使其在实际工作中应用体质辨识、按摩、针灸等中医药适宜技术,为献血者提供更加全面的健康指导与服务。

2.2 创建中医特色的献血服务环境

一是针对献血者关注的日常问题,设计制作了《低血红蛋白中医药养生保健》《高转氨酶中医药养生保健》《献血当天中医调理建议》《献血前中医调理建议》《献血后中医调理建议》《脂肪血中医药养生保健》等17种科普宣传折页,在献血场所摆放或发放,进行中医特色科普;二是购置中医四诊仪,并建立标准操作规程,对工作人员进行设备操作培训,同时在献血场所设置“中医四诊体验馆”,现场讲解体质辨识及中医药知识,提高献血者认知;三是按照中医“五音疗疾”理论,在献血场所于不同时间段播放背景音乐,音量控制在40~60分贝,以达到调理情绪、流通气血的作用;四是提供可以疏肝理气、芳香开窍的中草药制品,比如悬挂或发放可以缓解焦虑紧张情绪的香囊,在空气流通的环境中采用艾条进行艾熏,提供可以滋补脾肾、益气养精的中草药饮品等;五是指导并辅助献血者进行合谷、足三里等穴位的自我按摩,缓解焦虑、紧张情绪,并可养心安神、疏肝理气、调节气血等。

2.3 建立献血者中医体质辨识档案库

针对健康的献血人群,按照中医体质分类与判定方法,采用王琦九分法,与人工智能辅助辨识系统相结合,通过中医四诊仪对献血者进行舌象、面色、脉象诊测、问诊等信息采集并进行体质辨识,同时根据个人体质进行细分,建立献血者中医体质辨识档案库并动态更新。血站专业技术人员可利用档案库,为献血者制订包括食疗、运动、艾灸、中药等个性化中医健康管理方案,预防疾病发生,保

障献血者健康。

2.4 强化中医科普宣教

由采血部门制订针对献血者的科普宣教及培训活动方案,将季节养生、24节气养生、时辰养生等与无偿献血健康指导相结合,邀请中医药专家对献血者进行培训和指导。在献血宣传中引入中医养生知识和保健元素,通过中医健康知识讲座,介绍中医体质分类、不同体质人群的调理干预以及如何预防疾病发生等,利用“气血共生”理论破除“献血伤元气”误区,打消献血者顾虑。在全市献血屋和献血车中打造中医服务角,发放中医药常识宣传手册,提供免费养生茶饮,提升献血者及公众的中医药健康素养。

3 管理成效

青岛市中心血站于2025年1月开始在全市献血场所(20个献血屋、10辆献血车)全面推广应用中医“治未病”理念,取得成效如下:第一,建立了中医药适宜技术专业队伍。4人通过考核获得青岛市中医药适宜技术培训合格证书,预计到2025年9月将有30人取得合格证书,覆盖每个献血屋(车)。第二,有效提升了重复献血者比例。据统计,2025年1-5月青岛市中心血站初次献血者比例从2024年的26.01%提升至28.42%,重复献血者比例从2024年的10.12%提升到12.16%,增强了献血者粘性,稳定了献血者队伍。第三,截至2025年5月,已利用档案库数据为395位献血者进行了体质辨识,并提供个性化健康指导。第四,提高了献血者和公众的中医健康素养。据统计,2025年1-5月,8个采血部门按照

培训计划先后邀请7位中医专家线下为献血者进行培训,覆盖献血者600余人,并得到其高度认可。

4 讨论

崔虎胜^[9]的研究分析了中医“望闻问切”在无偿献血征询体检中的运用,提示可以降低献血反应发生率及血液检测不合格率,减少血液资源浪费,提升献血者满意度。李莉等^[10]的研究显示,中医辨证取穴联合心理干预能够缓解献血者的焦虑情绪,降低献血反应发生率。但以上文献均未系统研究中医药技术对献血者自身健康管理方面的作用。本研究通过对采供血机构专业技术人员进行中医药适宜技术培训,辅助使用中医与人工智能相结合的四诊仪,打造中医特色的献血服务环境,建立献血者中医体质辨识档案库,构建了覆盖献血服务全流程的中医药特色健康管理与服务模式,为献血者提供了个性化的健康管理指导方案,稳定了献血者队伍,具有较好的创新性。

将中医药理念和技术引入献血者健康管理领域具有一定推广应用价值。第一,实现了献血者个体化与精准化的健康管理。体质辨识突破“千人一面”的通用建议,能够精准识别不同献血者的健康特质与潜在风险(如气虚易疲劳、血虚恢复慢等),并提供针对性的指导建议,体现了献血服务健康管理的精细化要求。第二,将中医“治未病”理念与健康预防为主有机融合。献血前识别偏颇体质,提前干预(如指导气虚者献血前调养),可预防或减轻献血反应;献血后针对性调养(如血虚者补养),可促进快速恢复,预防长期气血亏虚,维护献血者健康。这契合质量管

理中风险预防的理念。第三,提升了献血服务内涵,改善了献血体验。中医特色的关怀(如穴位按压、中医药茶饮、个性化手册等)显著提升了献血者的人文关怀感受和满意度,增强了献血者的获得感和归属感,这是服务质量管理的核心目标。第四,促进了献血者的保留。通过改善献血体验、降低不适感、提供有价值的健康知识等,增强了献血者的积极体验和信任感,从而提高了献血意愿和重复献血比例,为稳定献血者队伍提供了新策略。

青岛市中心血站后期还将开展以下工作:(1)探讨中医药技术在预防或减少献血反应中的作用;(2)探讨中医体质辨识与献血反应发生率、血液产品质量之间的关系;(3)借助信息化技术,实现体质辨识档案库与业务系统的对接,实现献血者手机端的查询和指导功能;(4)打造中医特色献血屋,赋能中医健康素养传播,推动“中医生活化、生活中医化”。

本研究还存在一定局限性,如本项目实施时间较短,且仅在本地地区实施,参与献血者数量较少。后期拟将中医健康管理作为提升服务质量的特色项目,纳入血站质量管理体系,并开展大样本、多中心、长期随访研究,深入评估其对献血者长期健康的影响及卫生经济学效益;同时,需探索更多简便、有效、易于推广的献血者健康中医干预技术(如耳穴压豆、导引功法等)应用;此外,在适宜情况下,开展与中医院校、中医医疗机构的合作,形成资源共享、优势互补机制。

作者贡献:赵会霞负责研究设计、论文撰写;焦淑贤负责数据统计分析、稿件修订;范丽莉参与四诊体质辨识操作。

利益冲突:所有作者声明本文无实际或潜在的利益冲突。

参考文献

- [1] 张涛,刘健娣,范亚欣.献血不良反应与献血者流失关系的研究[J].中国输血杂志,2019,32(11):1172-1175.
- [2] 冯凡凡,谢桂芸,邓学成,等.基于有序多分类 Logistic 回归模型的献血者健康状况调查分析[J].中国输血杂志,2024,37(11):1281-1287.
- [3] KAMHIEH-MILZ S, KAMHIEH-MILZ J, TAUCHMANN Y, et al. Regular blood donation may help in the management of hypertension: an observational study on 292 blood donors[J]. Transfusion, 2016, 56(3): 637-44.
- [4] 马俊杰,姚峥嵘,杨春.老龄化背景下中医药参与主动健康管理的政策研究[J].南京中医药大学学报(社会科学版), 2025, 26(3): 143-150.
- [5] 倪诚,李英帅,王琦.中医体质研究40年回顾与展望[J].天津中医药, 2019, 36(2): 108-111.
- [6] 白明华,李倩茹,李竹青,等.中医体质量表的国内外研究概述[J].中华中医药杂志(原中国医药学报), 2021, 36(10): 5993-5996.
- [7] 陈虹,潘会玲,杨茹.以智慧化献血服务改善献血者体验[J].中国卫生质量管理, 2021, 28(9): 74-76.
- [8] 李星星,李长清,王娅,等.发生献血反应的献血人群特征及保留因素分析[J].中国输血杂志, 2019, 32(7): 675-677.
- [9] 崔虎胜.中医四诊在无偿献血征询体检中的运用研究[J].光明中医, 2014, 32(18): 2600-2602.
- [10] 李莉,郭玉梅.辨证取穴联合心理干预对无偿献血者献血反应及负面情绪的影响[J].中国中医药现代远程教育, 2022, 20(4): 51-53.

通信作者:

赵会霞;青岛市中心血站业务管理部副主任
医师

E-mail:zhx1118@sina.com

收稿日期:2025-06-06

修回日期:2025-07-10

本文编辑:吴小红