

# 中医住院医师规范化培训推拿手法教学思考

孔锦涛 张黎 沈明珠\*

新疆医科大学附属中医医院 新疆乌鲁木齐 830000

**【摘要】**推拿手法教学在中医住院医师规范化培训中占据重要地位,也是基础内容之一。推拿手法的教学更加注重理论与实践的结合,传统的推拿培训方式通常是引导学生先观察,再实践,然后在不断训练中达到形似,随后进入到同学互动、师生互动的阶段,最后由自我领悟手法本质进行升华,整体教学效果良好,但随着时代的发展,信息技术、互联网技术等发展迅速,给推拿手法教学带来冲击,受这些因素的影响学生的观察与学习方式已经发生改变。同时,信息技术的发展也为受训者提供了更多个性化的教学方式,这为培养具备坚实中医基础理论、专业知识及临床技能的合格推拿中医住院医师带来新机遇。

**【关键词】**推拿手法;教学;中医;住院医师规范化培训

**Abstract:** Massage teaching plays an important role in the standardized training of traditional Chinese medicine residents, and is also one of the basic contents. Massage teaching pay more attention to the combination of theory and practice, the traditional massage training way is usually guide students to observe, then practice, and then achieve shape in constant training, then into the stage of classmate interaction, interaction between teachers and students, finally by the self comprehend technique essence, the overall teaching effect is good, but with the development of The Times, information technology, Internet technology, to massage teaching, influenced by these factors of students' observation and learning style has changed. At the same time, the development of information technology also provides more personalized teaching methods for trainees, which brings new opportunities for cultivating qualified massage TCM residents with solid basic TCM theories, professional knowledge and clinical skills.

**Keywords:** Massage techniques; teaching; Traditional Chinese medicine; resident standardized training

中医住院医师规范化培训是中医药毕业后必须要经历的重要环节,同时也是培养中医临床医师队伍的重要组成部分<sup>[1]</sup>。推拿手法教学的主要目的是要求受训者能系统掌握推拿正确手法,能够正确判断推拿科一些常见病、疑难杂症疾病有关专业理论、专业知识与专科技能,实现能够独立完成推拿治疗<sup>[2]</sup>。推拿手法学是一门对技巧性、操作性、实践性要求极高的临床学科。怎样在有限时间里培养中医住院医师临床实践能力是目前急需解决的问题,也是规范化培训关注的焦点。推拿手法学在中医推拿学中处于十分重要的地位,是推拿临床应用的主要技术源泉。我院于2013年左右成立中医住院医师规范化培训基地,推拿手法是邀请本科室高年资的主治医师以上人员培训,推拿科也是社会规培生和研究生规培生必须轮转的科室。推拿手法操作考试也是规培毕业操作考试必考项目,可见我院对推拿手法教学的重视度。随着我国信息技术、互联网技术等飞速发展改变了人们的社会生活,也给教育事业带来了深远影响。在此背景下,发现中医住院医师规范培训推拿手法教学中存在的问题,并结合现代社会发展特点进行优化与改革已势在必行。

## 1. 目前中医住院医师规范化培训推拿手法教学中存在的问题

规范化培训与传统教学方式存在明显差异,传统教学主要是老师讲授、手把手教学、改正规范、工作中提升为主,但规范化培训中难实现精准施教和个性化施教。因此在临床规范化培训中,如何利用有限的时间高效率地完成教学培训并取得良好的效果,以提升临床实践能力是临床关注的重点问题。

### 1.1 培训学员的差异

在中医住院医师规范化培训基地中各学员来自不同医学专业,课堂教学时间也存在差异,其中还有学员从来没有接受过技术培训,或者接

受过培训但已基本忘记。所以,整体推拿手法技术水平良莠不齐,通常表现为技术熟练程度、动作准确程度、多场景多部位手法选用及临床应变能力等多个方面的程度不同,受到这些因素的影响阻碍教学进度同步。另外推拿手法本身具有易学难精,学习者形神难以兼顾等教学难点,同质化是教学培训的理想境界,如果提高培训质量是一个困扰培训者的难题

### 1.2 推拿手法涵盖内容较多

推拿手法教学内容主要包含两个方面,分别是理论教学与操作实训,在中医住院医师规范化培训比较注重后者,这个也是教学的重点所在。就全国高等中医药院校规划教材(第十一版)、《推拿学》而言,“推拿手法”一章中指出,成人推拿手法共21种,小儿推拿手法共22种,其中包括定义、操作、变通手法、动作要领、作用及应用、注意事项等多个教学要点。在《新疆维吾尔自治区中医医院规范化培训细则·推拿科》中规定:一指禅推法、㇏法、按法、揉法、弹拨法,摩法、擦法、捏等手法都需要熟练掌握,点法、推法、拿法、扫散法、运法、摇法、拔伸法等手法均要熟悉,颈椎斜扳法、胸椎对抗复位法、腰椎座位旋转扳法、腰椎斜扳法共19种推拿方式均需进行了解。在实际培训过程中其内容会更加复杂,会占据大约一半的培训时长。

### 1.3 评价体系不够完善

推拿手法培训后主要由培训老师进行评价,大多数情况都是根据经验进行评价,具有较强的主观性,客观稳定性无法得到有效保证<sup>[3]</sup>。推拿手法教学更加注重临床实践,对医者的临床实践能力具有很高要求,因此规范化培训中的推拿手法教学需高于课堂教育目标,不仅要求操作动作表征精准规范,其内涵还包括发力技巧、水平和策略都要到达一

定高度。但是关于这方面的评价机制却不完善。

## 2. 中医住院医师规范化培训推拿手法教学建议

### 2.1 将推拿手法教学与信息技术相结合

近年来,我国信息化技术发展迅速,不仅改善了人们的生活还提高了生产效率,这是时代发展的必然趋势,推拿手法教学也应该适应时代发展,优化教学方式,提升教学效果<sup>[4]</sup>。在进行推拿手法教学时应该将培培教学和移动互联网相结合,单个推拿手法自身就是一个独立运作过程,其动作要领言简意赅,示范时间短而精,非常符合移动互联网在内容创作上注重碎片化的特点。在传统推拿手法教学中首要环节是观察,然后才是模仿形似,然而,借助多媒体技术可将临床带教教师常用手法进行展示,还原度非常高,培训医师也可通过不同角度观察操作技巧,有助于受训者理解所讲内容。培训老师与受训者都需要加强现代技术的运用,能够在丰富的网络信息中获取自己所需要的资源、影像资料等进行自主学习,培训老师可以在教学过程中引用相关专业文献资料,提升受训者搜集资料与分析资料的能力。培训老师也可借助多媒体技术制作电子版讲义,避免照搬课本,使其内容更加充实,激发学生的视听,提高教学效果<sup>[5]</sup>。重视传统中医推拿理论和现代科学技术的有机融合,例如手法降血压技术、手法对脑血流图产生的作用等,有助于促进受训者消化理论知识,尽快融入到临床实际应用中。

### 2.2 优化推拿手法教学方式

目前,推拿手法教学以摆动类、摩擦类、挤压类、叩击类、震动类、运动关节类等多个类别为主,并且还需要根据阴阳、治疗方案、疾病、手法数量等进行划分,所包含的知识非常丰富,对受训者专注度、学习能力有较高要求<sup>[6]</sup>。在常规培训教学中往往按照流程或者课本教材的顺序进行教学,受训者学习起来难度较大,甚至影响受训者学习积极性。因此需要对培训教学流程进行优化,遵循先易后难、循序渐进的原则,进行教学。例如先以摩擦类手法为切入点,在逐步熟练之后加强对其他技巧的传授,帮助受训者迅速掌握推拿技巧,提高受训者学习兴趣与信心。在教学前期需要注重训练学生的把控力度,使其掌握动作要领以及发力技巧,保证推拿手法的正确性。在常规推拿手法训练中主要包括沙袋练习与人体练习两种方式,建议在训练早期可直接进行人体练习,让受训者可以直观感受推拿时的感觉,也可以将两者互相穿插练习,让受训者发现推拿过程中存在的问题,比例力道是否合适等,帮助受训者纠正错误的推拿手法。通常情况下推拿手法教学时间较长,需经过较长的时间积累才能达到一定专业水平,因此在教学过程中需要根据教学难易程度来合理调整课时,当遇到难度较大的教学内容时则更需要注重实操练习,留出更多的时间让受训者进行模拟训练<sup>[7]</sup>。

### 2.3 优化推拿手法教学评价方式

推拿手法教学既要学习理论知识又要掌握相关经验,同时还要注重临床实践,只有这样才能让受训者掌握高水平的手法技能<sup>[8]</sup>。因此在进行推拿手法教学考核时,不仅要加强理论知识考核,还要制定技能考核制度,技能考核可采取采用随机选择法,随机选择一种推拿手法,并由其他受训者及培训老师进行共同打分,主要是看受训者手法熟练度、操作

姿势及动作要领,选择评分最高及最低的学员阐述原因,最终由教学老师进行点评,以激发受训者学习积极性,提高临床应用能力。

## 3. 展望

基于目前社会发展趋势,对未来推拿教学的研究方向做出展望。随着我国高技术数据采集原件不断发展和完善,推拿教学过程中在数字化方面的应用日渐完善,数字化教学地位与日俱增,由此而形成的教学大数据会并入云计算中心实现智能处理,将实时及已经积累的教学数据进行全面挖掘,改变传统的手把手教学评价方式,形成新的全程区块评价模式。以一指禅推法教学为例,可全程追溯教学时间、教学老师、教学学员、教学成果,教学成果以手法为主,并教学效果进行精细化考评。可有效找到究竟是哪一种技法教学还有待完善,教学老师及学生都能够及时获得数据反馈,并以记忆曲线智能为基础提示最佳练习时机,老师的教学也更加具有针对性,大大提高教学效果。学生也在下次教学前做好准备,在下次手法教学中有意识地锻炼自己的薄弱环节,提升学习效果。最终考评也可延伸至入科之前和出科之后,在临床工作中不断发展自身存在的问题,并通过智能系统进行再学习,不断强化自身技能,达到终身学习的目的。

## 4. 结束语

中医推拿规范化培训推拿手法教学的主要目的是怎样在最短时间取得高效教学效果,培训医师需克服培训时间短、受训对象差异大等难题,借助信息化技术、优化培训内容、改善评价方式等提高受训者临床胜任力,促进中医推拿的长远发展。

## 参考文献:

- [1]王志超,盛锋,王赛娜,等. 中医住院医师规范化培训推拿手法教学思考[J]. 中国中医药现代远程教育, 2022, 20(23): 11-13.
  - [2]龚利,何鹏飞,邵盛,等. 针灸推拿学科住院医师规范化培训的现状与对策[J]. 中国中医药现代远程教育, 2022, 20(10): 157-159.
  - [3]严晓慧,杨涛,张婷婷,等. 推拿手法“体操教学法”的改革探索与实践研究[J]. 中医药管理杂志, 2022, 30(10): 32-34.
  - [4]王翔,吴双,陈睿,等. 基于强化技能的中医推拿手法实践教学模式研究[J]. 文化创新比较研究, 2020, 4(07): 102-103.
  - [5]占茂林,汪敏杰,郭耀斌,等. 做好说课设计,提升针灸推拿专业学生综合素质——以推拿手法与功法课程为例[J]. 卫生职业教育, 2020, 38(15): 64-66.
  - [6]安连生,蒙晓明,莫达志,等. 互动教学在推拿临床教学中的探索与实践[J]. 广西中医药大学学报, 2016, 19(04): 93-94.
  - [7]王浩飏,王先滨,谭曾德,等. 项目教学法在住院医师规范化培训推拿教学中的应用效果[J]. 中国医药导报, 2022, 19(13): 83-86.
  - [8]陈张,许丽,金鹰,等. PBL联合CBL教学法在推拿科住院医师规范化培训中的应用研究[J]. 新中医, 2019, 51(07): 318-320.
- 注:基金项目:2021年新疆医科大学教改课题,课题名称《推拿治疗学》高阶性教学资源转化与实践研究,项目编号:YGS2021060。