

持续性姿势-知觉性头晕中医诊疗技术规范

Technical specification for the diagnosis and treatment of persistent
postures-perceived dizziness

2020 - 09 - 01 发布

2020 - 09 - 20 实施

前 言

本标准按 GB/T 1.1-2009 给出的规则编写。

本标准由吉林省中医药科学院提出。

本标准由吉林省中医药管理局归口。

本标准起草单位：吉林省中医药科学院、吉林大学第一医院、辽源市中医院。

标准主要起草人：项颢、张水生、于红、刘亚芬、李春禄、张欢、俞尚阳、迟宇含、曹政华、孙莉。

持续性姿势-知觉性头晕中医诊疗技术规范

1 范围

本标准规定了持续性姿势-知觉性头晕的诊断、辨证论治、康复治疗和预防调护。
本标准适用于持续性姿势-知觉性头晕的中医诊疗。

2 缩略语

下列缩略语适用于本文件。

PPPD: 持续性姿势-知觉性头晕 (Persistent Postures-Perceived Dizziness)

3 诊断

3.1 中医诊断

头晕目眩，视物旋转，轻则闭目即止，重者如坐舟船，甚则仆倒；可伴恶心呕吐，眼球震颤，耳鸣耳聋，汗出，面色苍白等；起病较急，常反复发作，或渐进加重。

3.2 西医诊断

PPPD是一种慢性前庭功能失调，诊断该病应满足以下 5 条：

- a) 在 3 个月或以上的大部分天数内，出现头晕或不稳或非旋转性眩晕中的一种或多种：
 - 1) 每次发作症状持续数小时，程度可逐渐加重及逐渐减轻；
 - 2) 不需要症状在一整天内连续存在。
- b) 每次持续性症状出现无特异触发因素，但下列 3 种因素可使其加重：
 - 1) 直立姿势；
 - 2) 无论何种方向及位置的主动或被动运动；
 - 3) 暴露于移动的视觉刺激或复杂的视觉环境。
- c) 这种失调由引起眩晕、不稳、头晕或平衡失调的下列疾病引起，急性、发作性或慢性前庭综合征，其他神经系统疾病或内科疾病或心理性焦虑：
 - 1) 当触发疾病为急性或发作性疾病时，症状出现形式与诊断标准 1 叙述一致。当触发疾病已经缓解后，症状首先间歇出现，以后固定成持续性病程；
 - 2) 当触发疾病为慢性综合征时，症状开始缓慢出现然后逐渐加重。
- d) 症状引起显著的焦虑或功能障碍；
- e) 症状不能由其他疾病或失调解释。

4 辨证论治

4.1 主要证候

4.1.1 风痰上扰证

4.1.1.1 证候

眩晕有旋转感或摇晃感、漂浮感，头重如裹，伴有恶心呕吐或恶心欲呕、呕吐痰涎，食少便溏，舌苔白或白腻，脉弦滑。

4.1.1.2 治法

祛风化痰，健脾和胃。

4.1.1.3 方药

参见附录 A.1.1。

4.1.1.4 静脉滴注

可选用天麻素注射液、复方麝香注射液、醒脑静注射液等具有同类功效的中药注射液。

4.1.2 阴虚阳亢证

4.1.2.1 证候

头晕目涩，心烦失眠，多梦，面赤，耳鸣，盗汗，手足心热，口干，舌红少苔，脉细数或弦细。

4.1.2.2 治法

镇肝息风，滋阴潜阳。

4.1.2.3 方药

参见附录 A.1.2。

4.1.2.4 静脉滴注

可选用天麻素注射液、复方麝香注射液、醒脑静注射液等具有同类功效的中药注射液。

4.1.3 气血亏虚证

4.1.3.1 证候

头晕目眩，动则加剧，遇劳则发，面色㿔白，爪甲不荣，神疲乏力，心悸少寐，纳差食少，便溏，舌淡苔薄白，脉细弱。

4.1.3.2 治法

补益气血，健运脾胃。

4.1.3.3 方药

参见附录 A.1.3。

4.1.3.4 静脉滴注

可选用黄芪注射液、天麻素注射液等具有同类功效的中药注射液。

4.1.4 肾精不足证

4.1.4.1 证候

眩晕久发不已，听力减退，耳鸣，少寐健忘，神倦乏力，腰酸膝软，舌红，苔薄，脉弦细。

4.1.4.2 治法

补肾填精，充养脑髓。

4.1.4.3 方药

参见附录 A.1.4。

4.1.4.4 静脉滴注

可选用生脉注射液、参麦注射液、天麻素注射液等具有同类功效的中药注射液。

4.2 常见兼证

4.2.1 瘀证

4.2.1.1 证候

胸闷刺痛，肢体麻木或疼痛，疼痛不移，肌肤甲错，健忘心悸，心烦失眠，或视物不清，唇舌紫暗，舌质暗，有瘀斑，舌下脉络青紫迂曲，苔薄白，脉弦或沉而涩。

4.2.1.2 治法

活血化瘀。

4.2.1.3 方药

参见附录 A.1.5。

4.2.1.4 静脉滴注

可选用银杏叶提取物注射液、苦碟子注射液、疏血通注射液、血栓通注射液等具有同类功效的中药注射液。

4.2.2 痰证

4.2.2.1 证候

嗜食肥甘，形体肥胖，呕恶眩晕，口黏痰多，食油腻则加重，舌体胖大，苔白厚腻，脉滑。

4.2.2.2 治法

行气化痰。

4.2.2.3 方药

参见附录 A.1.6。

4.2.2.4 静脉滴注

可选用复方麝香注射液、醒脑静注射液、清开灵注射液等具有同类功效的中药注射液。

4.2.3 湿证

4.2.3.1 证候

头重昏蒙，四肢沉重，遇阴雨天加重，倦怠嗜卧，脘腹胀满，食少纳呆，便溏或黏滞不爽，舌胖大，边齿痕，苔腻，脉弦滑。

4.2.3.2 治法

健脾燥湿。

4.2.3.3 方药

参见附录 A.1.7。

4.2.3.4 静脉滴注

可选用复方麝香注射液、醒脑静注射液、清开灵注射液等具有同类功效的中药注射液。

4.2.4 浊证

4.2.4.1 证候

腹部肥胖，实验检查血脂或尿酸升高，或伴脂肪肝，舌胖大，苔腐腻，脉滑。

4.2.4.2 治法

消膏降浊。

4.2.4.3 方药

参见附录 A.1.8。

5 康复治疗

5.1 手三针

5.1.1 选穴

双侧间谷、双侧中渚、双侧劳宫。

5.1.2 定位

5.1.2.1 间谷位于手阳明大肠经的三间与合谷连线之中点。

5.1.2.2 中渚位于手少阳三焦经的循行线上，手背第四、五掌指关节间后方凹陷处。

5.1.2.3 劳宫位于手厥阴心包经的循行线上，第二、三掌骨之间偏于第三掌骨，握拳屈指时中指间处。

5.1.3 操作

5.1.3.1 患者取坐位，颈项直立，术者立于患者身后，对间谷、中渚、劳宫三穴，从左至右，从上至下，依次进行取穴。

5.1.3.2 间谷、中渚、劳宫直刺 0.4 寸~ 0.6 寸，产生麻胀感，得气后调整针尖朝后拇指尖方向，使针感下传至指尖。

5.1.3.3 各穴位针刺得气后，每隔 5 min 运针 1 次，3 次后即可出针。

5.1.3.4 每日 1 次，10 d 为 1 个疗程。

5.1.3.5 使用提插手手法时，进针深度严禁超过 0.8 寸。

5.2 中药熏蒸治疗

5.2.1 选取石菖蒲、川芎、莪术、丁香、冰片，将上述中药煎汤并浓缩至 150 ml，加入中药熏蒸仪，喷雾于大椎穴。

5.2.2 每日 1 次，每次 20 min，7 d 为 1 疗程，连续治疗 1 个~ 3 个疗程。

5.2.3 熏洗药温一般为 40℃ ~ 42℃，物品应清洁消毒，避免交叉感染。

5.2.4 熏蒸部位皮肤破溃、炎症、感染，或皮肤敏感者禁用。

5.3 前庭康复训练

5.3.1 卧位

5.3.1.1 卧位悬头

床上端坐，向后躺下，颈部位于床边，头部位于床外呈悬头位，然后坐起。

5.3.1.2 平卧翻身

仰卧位，向左翻身 90°，向右翻身 180°，再向左翻身 90°。

5.3.1.3 侧身躺下

床边侧坐，迅速向右躺下，坐起，再迅速向左躺下，坐起。

5.3.2 坐位

5.3.2.1 坐立位转换

5.3.2.1.1 坐在椅子上，睁眼，迅速站起，缓慢坐下，再迅速站起，循环往复。

5.3.2.1.2 坐在椅子上，闭眼，迅速站起，缓慢坐下，再迅速站起，循环往复。

5.3.2.1.3 坐在椅子上，睁眼，双脚踩在海绵垫上，迅速站起，缓慢坐下，再迅速站起，循环往复。

5.3.2.1.4 坐在椅子上，闭眼，双脚踩在海绵垫上，迅速站起，缓慢坐下，再迅速站起，循环往复。

5.3.2.2 坐位正前方捡物

坐在椅子上，小球放在正前方地面上，弯腰用手捡起小球，坐直，将小球举到与眼睛一样的高度，再将小球放回原地，坐直，左右手交替。

5.3.2.3 坐位左右交叉捡物

坐在椅子上，小球放在左侧地面上，弯腰用右手捡起小球，坐直将小球举到与眼睛一样的高度，再将小球放在右侧地面上，坐直，左右手交叉。

5.3.3 站立

5.3.3.1 并足

- 5.3.3.1.1 双脚并拢站立，双手平举，睁眼。
- 5.3.3.1.2 双脚并拢站立，双手平举，闭眼。
- 5.3.3.1.3 双脚并拢站立海绵垫上，双手平举，睁眼。
- 5.3.3.1.4 双脚并拢站立海绵垫上，双手平举，闭眼。

5.3.3.2 足跟抵足尖站立

- 5.3.3.2.1 足跟抵足尖，双脚呈一条直线站立，双手向身体两侧平伸，睁眼。
- 5.3.3.2.2 足跟抵足尖，双脚呈一条直线站立，双手向身体两侧平伸，闭眼。
- 5.3.3.2.3 足跟抵足尖，双脚呈一条直线站立在海绵垫上，双手向身体两侧平伸，睁眼。
- 5.3.3.2.4 足跟抵足尖，双脚呈一条直线站立在海绵垫上，双手向身体两侧平伸，闭眼。

5.3.3.3 弯腰俯首

双脚分开站立，弯腰俯首。双脚分开站立在海绵垫上，弯腰俯首。

5.3.4 行走

5.3.4.1 直线行走

双手向身体两侧平伸，双脚沿直线行走。

5.3.4.2 足跟足尖直线行走

双手向身体两侧平伸，一只脚的脚跟贴着另一只脚的脚尖行走。

5.3.4.3 交替转身行走

双手向身体两侧平伸，双脚沿直线行走，行走过程中先向左转身，再向右转身。

5.3.5 前庭眼反射

5.3.5.1 转头

左右转头 30° ，转头时眼睛注视手指或字母，每次 1 min~ 2 min，每天 3 次。如果转头速度慢不头晕，则加快速度。

5.3.5.2 点头

抬头或低头运动，上下 30° ，头部运动时，眼睛注视手指或字母，每次 1 min~ 2 min，每日 3 次。如果点头速度慢不头晕，则加快速度。

5.3.6 前庭康复时间

每次 45 min，每日 1 次，12 d 为 1 疗程。每隔 6 d 进行一次随访，并根据病情变化调整疗程数。

6 预防调护

6.1 情志

- 6.1.1 做好情志疏导工作，避免暴怒和郁闷不乐。

6.1.2 病情加重时要设法分散病人的注意力，指导病人可通过转移法、释放法等进行自我调控，放松紧张情绪，缓解其压力。

6.2 起居

6.2.1 居住环境宜安静整洁，空气流通，温度、湿度适宜。

6.2.2 床铺应清洁干燥、平软。多休息，卧位舒适，避免过度劳累、经常熬夜等，避免外界不良刺激。

6.3 饮食

饮食有节，定时定量，少食多餐，宜清淡，避免肥甘厚味。

附 录 A
(资料性附录)
治疗方药

A.1 方药

A.1.1 风痰上扰证

半夏白术天麻汤：半夏 9 g 白术 6 g 天麻 6 g 茯苓 6 g 生姜 3 g 橘红 6 g 大枣 6 g 炙甘草 5 g。

A.1.2 阴虚阳亢证

镇肝息风汤：怀牛膝 30 g 代赭石 30 g 生龙骨 15 g 生牡蛎 15 g 生龟板 15 g 生白芍 15 g 玄参 15 g 天冬 15 g 川楝子 6 g 生麦芽 6 g 茵陈 6 g 甘草 4.5 g。

A.1.3 气血亏虚证

八珍汤：人参 9 g 当归 9 g 炒白术 9 g 茯苓 9 g 川芎 9 g 熟地黄 9 g 生白芍 9 g 炙甘草 5 g。

A.1.4 肾精不足证

河车大造丸：紫河车 100 g 熟地黄 200 g 天冬 100 g 麦冬 100 g 盐杜仲 150 g 牛膝（盐炒）100 g 盐黄柏 150 g 醋龟甲 200 g。

以上八味，粉碎成细粉，过筛，混匀。每 100 g 粉末用炼蜜 30 g~ 40 g 加适量的水泛丸，干燥，制成水蜜丸；或加炼蜜 80 g~ 100 g 制成小蜜丸或大蜜丸，即得。

A.1.5 瘀证

桃红四物汤：熟地黄 12 g 川芎 6 g 白芍 9 g 当归 9 g 桃仁 9 g 红花 6 g。

A.1.6 痰证

二陈汤：半夏 9 g 陈皮 9 g 茯苓 6 g 甘草 4.5 g。

A.1.7 湿证

三仁汤：杏仁 12 g 薏苡仁 18 g 厚朴 6 g 半夏 10 g 通草 6 g 滑石 18 g 竹叶 6 g。

A.1.8 浊证

大黄黄连泻心汤加味：大黄 10 g 黄连 6 g 枳实 10 g 石膏 15 g 葛根 30 g 元明粉 6 g 红曲 15 g 生山楂 15 g 五谷虫 30 g 西红花 3 g 威灵仙 15 g。