

《169 腹针减脂疗法临床应用技术操作 规范》编制说明

169腹针减脂疗法临床应用技术规范起草工作组

2026年8月

一、工作简况

1. 任务来源

本团体标准项目《169腹针减脂疗法临床应用技术规范》（以下简称本标准）由中国中医药研究促进会于2025年11月17日审核批准立项并发布团体标准立项公告，本标准由广东省中医院海南医院提出，由中国中医药研究促进会归口。

2. 编制背景和意义

随着社会经济发展和人们生活方式的改变，超重与肥胖已成为全球性的公共卫生问题。在我国，腹型肥胖及相关代谢性疾病（如脂肪肝、高脂血症、2型糖尿病）的患病率持续攀升，严重威胁国民健康。目前针对肥胖的治疗手段虽多，但存在依从性差、副作用明显、疗效不稳定、缺乏规范化操作流程等问题。中医针灸在减重降脂领域具有独特优势，但现有技术多散在民间，缺乏统一的、可推广的标准化方案。

169腹针减脂疗法以中医经络理论、脏腑理论及全息生物学理论等为基础，以程亚伟主任医师创新提出的“顺时运中调气”整体调治思路为选经配穴依据，通过在腹部选取特定的“基础16穴+特效9针”，运用毫针进行浅刺、中刺、深刺等手法，以调节脏腑功能、疏通经络气血、促进水液代谢与糖脂代谢，从而达到减脂瘦身目的一种系统性针灸疗法。其核心在于“整体调节、重点减脂”。

通过制定本规范，旨在确立该疗法的标准操作流程与质量管控要求，使其从经验医学走向标准化、规范化，为广大医疗机构

和从业者提供科学、安全、有效的技术指导，对于提升中医减脂治疗的临床水平、保障患者安全、促进中医药适宜技术的推广应用具有重要意义。

3. 工作过程及安排

1) 标准立项

2017年5月-2019年11月，程亚伟教授带领团队于开展腹针治疗脂肪肝60例患者的临床疗效研究，研究结论：169腹针减脂疗法具有降血脂、减体重、改善血糖、改善肝功能及肝脏储备功能的作用，能快速改善患者腹胀、乏力、头晕等诸多不适症状且疗效稳定。

2023年7月-12月，开展了脂肪肝中医体质分布与红外热成像及中医经络分布特点研究，发现NAFLD患者红外热成像异常温度分布在上焦、中焦、下焦、右胁及大腹，研究结果符合脂肪肝病机之三焦水液代谢失调的特点，也佐证了其病位在肝，涉及肺脾肾三脏的病位特点。同时，经络分布涉及足太阴脾经、足厥阴肝经、足少阳胆经、手少阳三焦经等，为“169腹针减脂疗法”多脏腑整体调治提供了客观依据。

2025年11月程亚伟教授牵头完成了《169腹针减脂疗法临床应用技术规范》项目立项申请工作。中国中医药研究促进会组织了团体标准立项评审，经专家评议、研究论证，于2025年11月17日发文批准团体标准立项。

2) 标准起草阶段

2025年11月，由广东省中医院海南医院组织召开了本项目团体标准启动会，会议上成立了由广东省中医院海南医院、云南中医药大学第一附属医院、广东省中医院、佛山大学附属第三医院、深圳宝兴医院组成的标准起草工作组。会议经充分讨论，确定了本规范的主要内容及框架结构。

标准启动会后，起草工作组开展了系统的文献采集与分析，对169腹针减脂疗法相关的理论基础、临床应用、操作要点及现代研究进展进行梳理，明确了该疗法的适应证、禁忌证、辨证分型、选穴原则及操作细节。工作组总结了主要起草人多年的临床经验与研究成果，并吸纳了国内多家医疗机构的临床反馈。标准编制期间召开了多次起草工作会议，对标准文本内容进行了多次修改完善，并与有关专家进行了多次沟通及咨询。在此基础上，形成了标准征求意见稿及编制说明等附件，提交中国中医药研究促进会对外征求意见。

3) 征求意见阶段

2026年5月至7月，工作组向全国相关医疗机构、科研院所及行业专家发送了征求意见稿。期间共收到反馈意见56条，经逐条研讨，采纳37条，未采纳19条(已在意见汇总处理表中说明理由)。根据反馈情况，工作组对标准草案进行了修改完善，形成了送审稿。

4) 召开审查会

2026年7月10日，中国中医药研究促进会在北京组织召开了《169腹针减脂疗法临床应用技术规范》团体标准审查会。

来自中医针灸学、中医诊断学、标准化等领域的7位专家组成审查组，对标准送审稿进行了严格的技术审查。专家组一致认为该标准起草单位前期工作基础扎实，标准起草提纲结构合理，但仍有问题需要调整，专家一致同意修正后发布，并提出了6条修改建议。

5) 标准报批

会后，工作组严格按照审查会专家意见对标准文本进行了最终修订和校对，形成了标准的报批稿及相关编制材料。现正式提交中国中医药研究促进会秘书处，申请批准发布。

4. 起草单位及参与专家

1) 本标准发起单位为广东省中医院海南医院

2) 本标准主要起草人：程亚伟（广东省中医院海南医院）、何渝煦（云南中医院大学第一附属医院）、吴小文（广东省中医院海南医院）、王丽娟（广东省中医院海南医院）、唐允婷（广东省中医院海南医院）

3) 参与起草单位：云南中医院大学第一附属医院、广东省中医院、佛山大学附属第三医院、深圳宝兴医院

4) 参与起草人：温婧华、李冠豪、丁一、程亚博、杨隼、赵帅、柯晓霞、冯琦钒、李海、吴小翠、张嘉文、袁冬梅、李恬、符玉、姚宇剑、杨媛

5) 主要分工

主要起草人：程亚伟为项目总协调，负责整体进度把控，人员分工与任务协调、技术规范方向确定，整体文稿的主要编写、

修改及答辩；何渝煦为项目整体规范和进度把控的顾问人员；吴小文为技术规范文本书写的主要协助编写人员；王丽娟为技术规范文本中经络穴位部分的主要协助编写人员；唐允婷为技术规范文本的主要协助校稿人员。

参与起草人员：温婧华、李冠豪、丁一、程亚博、杨隼、赵帅、柯晓霞、冯琦钐、李海、吴小翠、张嘉文、袁冬梅、李恬、符玉、姚宇剑、杨媛，负责项目编写中的文献查阅、临床问题整理、协助组织专家研讨及收集专家意见、经络穴位核对、表格制作、校对、排版、材料整理等协助工作。

二、标准技术内容

1. 标准编制文件依据

标准技术内容参考引用了GB 15981《消毒器械灭菌效果评价方法》、GB/T 2024《针灸针》、WS/T 313《医务人员手卫生规范》等国家及行业标准，引用了2021年中国中医药出版社的《针灸学》等著作，并参考了《肥胖症诊疗指南（2024年版）》等权威文献。

2. 技术内容说明

2.1 范围

本文件确立了169腹针减脂疗法临床应用技术规范，主要包括操作人员要求、基本要求、操作流程、疗法疗程及质控控制。本文件适用于腹型肥胖的临床治疗，脂肪肝、高脂血症、糖尿病等糖脂代谢性疾病及其他慢性疾病所致腹型肥胖的治疗，可参照本文件执行。

本文件适用于各级中医院、中西医结合医院、社区卫生服务中心及具备相应资质的中医诊所，由符合资质的医务人员开展腹型肥胖的临床操作。

2.2 术语和定义

本标准对169腹针减脂疗法的核心概念、大横三针、平肝点等专业术语进行了明确界定，确保行业内理解一致。

2.3 核心技术内容

操作人员要求：明确了从事169腹针减脂疗法人员的资质、技能及职业素养，需要完成的培训和考核内容，并强调无菌观念、应急处理能力与沟通技巧，从源头保障医疗安全。

基本要求：规定了诊疗环境（面积、分区、照度）、清洁消毒标准、器械与材料的具体规格（如针具尺寸等）。特别强调了患者评估的重要性，明确了西医诊断指标（BMI、腰围）、中医辨证分型标准（脾虚湿阻证、胃肠实热证、肝郁气滞证、脾肾阳虚证）以及绝对与相对禁忌证，确保治疗的精准性与安全性。

操作流程：这是本规范的核心。详细规定了从操作前准备（器械、患者、手卫生）、消毒流程（环境、皮肤、手部再消毒）、到穴位定位与选穴的全过程。首次将169腹针的“基础16穴+特效9针”选穴体系、主穴定位及核心配穴以表格形式系统呈现，并对特殊针法如“天枢左升右降”、“大横一穴三针”进行了说明。在进针行针部分，明确了浅刺、中刺、深刺三种不同深度的操作标准。

疗法疗程：将疗程科学地划分为密集治疗期、巩固调理期、维持随访期三个阶段，针对不同阶段明确了治疗频率与目标。

质量控制：强调操作前与患者的沟通和规范记录。明确操作人员及患者双方的注意事项，分别从操作人员和患者角度，提出了详尽的安全注意事项，体现了全流程风险管控的理念。

三、标准预期的社会效益

本团体标准的制定和实施，具有良好的社会价值。首先，规范了技术操作，将169腹针减脂疗法从个人经验提升为可复制、可推广的标准化方案，有利于该技术的普及与推广。其次，保障了医疗安全，通过对人员资质、环境器械、操作流程及禁忌证的严格规定，可最大限度减少针刺意外，提高治疗安全性。再次，提升了临床疗效，标准化的辨证选穴与操作流程有助于确保疗效的稳定性，避免因操作不当导致的疗效差异。最后，推动了学科发展，本规范丰富了中医外治法干预腹型肥胖的理论体系，为针灸减脂领域的标准化建设提供了范例，有利于中医药现代化和国际化的进程。

四、采用国际标准或国外文件的程度及水平的简要说明

无。

五、重大分歧意见的处理经过和依据

本标准在制定过程中无重大分歧性意见。

六、涉及专利的有关说明

本标准不涉及专利。

七、其他应予说明的事项

无。