

借



ZANG YI

# 藏医 外治法

甘肃民族出版社

罨熨疗法

雪

浸浴疗法

域

角吸疗法

藏

火罐疗法

医

放血疗法

药

饮食疗法

精

起居疗法

粹

R291.4  
14

# 藏医外治疗法

电熨疗法

雪

浸浴疗法

域

角吸疗法

藏

火罐疗法

医

放血疗法

药

饮食疗法

精

起居疗法

粹

图书在版编目(CIP)数据

藏医外治疗法/卡洛等编写. —兰州:甘肃民族出版社, 2001

(雪域藏医药精粹/毛继祖主编)

ISBN 7-5421-0807-7

I. 藏... II. 卡... III. 藏医—外治法  
IV. R291.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 061218 号

雪域藏医药精粹

藏医外治疗法

毛继祖 主编

甘肃民族出版社出版发行

(730000 兰州市滨河东路 296 号)

兰州人民印刷厂印刷

开本 850 毫米 × 1168 毫米 1/32 印张 4.5 插页 2 字数 112 千

2001 年 9 月第 1 版

2001 年 9 月第 1 次印刷

印数:1~3 000

ISBN 7-5421-0807-7/R·107

定价:10.00 元

## 前言

青藏高原,海拔 4000 米以上,境内大山绵亘,多在海拔 5000 米以上,因而人们称为“世界屋脊”。一座座高入云端的雪山,终年积雪,银光闪闪,尤其是在漫长的冬天,处处一片白茫茫,像浩瀚无垠的雪海,因而人们称为“雪域”。雪域高原,高寒缺氧,气候恶劣,瞬息万变,给人们的生产生活带来了许多困难。然而,世代生活在雪域高原的藏族和其他各族人民,与恶劣的自然环境英勇顽强的斗争,繁衍生息,创造了多彩奇特的雪域文化,为灿烂辉煌的中华民族文化增添了光芒四射的绚丽光环,尤其是雪域高原医药学——神奇科学的藏医药学,是中华医药学民族医药学的无价瑰宝。由于藏医历史上与宗教寺院有一定的关系,有些人对藏医药不甚了解,产生了一些疑虑,甚至说有点“迷信”。但是,

随着近千年来藏学(当然包括藏医药学)越来越“热”,外界对藏医药学特别青睐。说雪域医药“神奇”,无非是说藏医用药奇特、治疗方法奇特、对一些疾病疗效颇佳;说雪域医学“科学”,无非是说藏医药有系统坚实的理论、有长期广泛的临床实践、有独特较系统的分科、有门类丰富的论著典籍。若要真正了解奇特科学的雪域高原医药学,只有系统地了解了藏医药史、藏医基础理论、藏医诊断治疗的医诀、藏药采集加工、藏药剂配方及日常保健等知识,才能一步步地入门,才能真正了解雪域医药的内涵以及治疗疾病的奇特功效。

编著者

2001年8月

# 目

# 录

## 第一篇 外治疗法

|             |      |
|-------------|------|
| 第一章 毫熨疗法    | (2)  |
| 第一节 适应症与禁忌症 | (2)  |
| 第二节 冷毫疗法    | (3)  |
| 第三节 热熨疗法    | (4)  |
| 第四节 幼儿肝毫    | (5)  |
| 第五节 熏疗      | (6)  |
| 第二章 浸浴疗法    | (8)  |
| 第一节 适应症与禁忌症 | (8)  |
| 第二节 矿泉浴     | (9)  |
| 第三节 药浴      | (11) |
| 第四节 缚浴      | (13) |
| 第五节 浴洗时令    | (15) |
| 第六节 浸浴注意事项  | (15) |
| 第三章 涂摩疗法    | (16) |

|            |                     |             |
|------------|---------------------|-------------|
| 第一节        | 适应症与不适应症 .....      | (16)        |
| 第二节        | 油脂涂摩疗法 .....        | (17)        |
| 第三节        | 药膏涂摩疗法 .....        | (18)        |
| <b>第四章</b> | <b>火罐疗法 .....</b>   | <b>(19)</b> |
| 第一节        | 火罐造型 .....          | (20)        |
| 第二节        | 火罐拔法 .....          | (20)        |
| 第三节        | 注意事项 .....          | (20)        |
| <b>第五章</b> | <b>角吸疗法 .....</b>   | <b>(22)</b> |
| 第一节        | 吸角造型 .....          | (22)        |
| 第二节        | 角吸吸法 .....          | (22)        |
| 第三节        | 注意事项 .....          | (23)        |
| <b>第六章</b> | <b>蒙古灸疗法 .....</b>  | <b>(23)</b> |
| 第一节        | 蒙古灸适应症 .....        | (24)        |
| 第二节        | 蒙古灸灸法 .....         | (24)        |
| 第三节        | 蒙古灸穴位 .....         | (25)        |
| 第四节        | 蒙古灸注意事项 .....       | (25)        |
| <b>第七章</b> | <b>金针火灸疗法 .....</b> | <b>(25)</b> |
| 第一节        | 针灸适应症 .....         | (26)        |
| 第二节        | 金针与艾绒 .....         | (26)        |
| 第三节        | 针灸灸法 .....          | (26)        |
| 第四节        | 针灸注意事项 .....        | (27)        |
| <b>第八章</b> | <b>艾灸疗法 .....</b>   | <b>(28)</b> |
| 第一节        | 艾的采集加工和用量 .....     | (28)        |
| 第二节        | 艾灸适应症与禁忌症 .....     | (29)        |
| 第三节        | 艾灸穴位和主治 .....       | (29)        |
| 第四节        | 艾灸灸法 .....          | (39)        |
| 第五节        | 艾灸注意事项 .....        | (40)        |
| 第六节        | 断除后遗症 .....         | (41)        |

|             |             |      |
|-------------|-------------|------|
| 第七节         | 艾灸的功效       | (41) |
| <b>第九章</b>  | <b>放血疗法</b> | (41) |
| 第一节         | 放血适应症与禁忌症   | (42) |
| 第二节         | 剖脉器械        | (43) |
| 第三节         | 先期准备        | (44) |
| 第四节         | 捆扎法         | (44) |
| 第五节         | 放血法         | (46) |
| 第六节         | 放血脉位        | (47) |
| 第七节         | 正常血与病血      | (56) |
| 第八节         | 放血量         | (57) |
| 第九节         | 辅助疗法        | (58) |
| 第十节         | 术后处理        | (59) |
| 第十一节        | 放血的利弊       | (60) |
| <b>第十章</b>  | <b>穿刺疗法</b> | (61) |
| 第一节         | 适应症与禁忌症     | (61) |
| 第二节         | 穿刺器械        | (63) |
| 第三节         | 穿刺穴位        | (63) |
| 第四节         | 穿刺分类        | (70) |
| 第五节         | 穿刺姿势        | (71) |
| 第六节         | 穿刺方法        | (72) |
| 第七节         | 进针方法        | (73) |
| 第八节         | 诊察死症        | (74) |
| 第九节         | 辅助疗法        | (74) |
| 第十节         | 穿刺功效        | (75) |
| <b>第十一章</b> | <b>外治器械</b> | (76) |
| 第一节         | 探查器械        | (76) |
| 第二节         | 拔取器械        | (79) |
| 第三节         | 剖刺器械        | (82) |

|                     |      |
|---------------------|------|
| (14) 第四节 穿刺器械 ..... | (84) |
| (14) 第五节 零星器械 ..... | (86) |

## 第二篇 饮食疗法

|                        |       |
|------------------------|-------|
| (14) 第一章 日常饮食 .....    | (92)  |
| (14) 第一节 食物和饮料 .....   | (93)  |
| (14) 第二节 饮食禁忌 .....    | (104) |
| (14) 第三节 适度饮食 .....    | (107) |
| (14) 第二章 病期饮食 .....    | (109) |
| (14) 第一节 病期饮食的调整 ..... | (109) |
| (14) 第二节 病期饮食的禁忌 ..... | (111) |

## 第三篇 起居疗法

|                          |       |
|--------------------------|-------|
| (14) 第一章 日常的起居行为 .....   | (113) |
| (14) 第一节 延年益寿 .....      | (113) |
| (14) 第二节 行为准则 .....      | (117) |
| (14) 第三节 时令性起居 .....     | (120) |
| (14) 第四节 暂时性起居行为 .....   | (124) |
| (14) 第二章 病期起居行为 .....    | (128) |
| (14) 第一节 病期总的起居行为 .....  | (129) |
| (14) 第二节 具体疾病的病期起居 ..... | (130) |
| (14) 编后记 .....           | (133) |

### 第一篇

### 外治疗法

藏医对治疾病的四种疗法即饮食疗法、起居疗法、药物疗法和外治疗法,在《藏医诊疗秘诀》各种疾病的治疗方法中,均已分别概述,这里仅就藏医外治疗法作些概要的介绍。因为,藏医外治疗法有许多独特之处。

所谓外治疗法,是经过悉心观察诊断,再在身体表面运用药物、医疗器械、医术方法向外排除疾病或者在内和解疾病的治疗方法。外治疗法,内分温和、强力、猛烈三类疗法。温和疗法有罽熨、浸浴、涂摩等三法,培根病邪偏盛者宜用罽熨疗法,赤巴病邪偏盛者宜用浸浴疗法,隆病病邪偏盛者宜用涂摩疗法。强力疗法有放血、针灸、穿刺等三法,血分赤巴热邪偏盛者宜用剖刺放血疗法排除出体外,培根隆并发症和寒性疾病偏盛者宜用针灸疗法在原位息灭并使其不复发,为了防止这些疾病复发绝除其病根宜用穿刺排除疗法。猛烈疗法有刮除、切除、掏引、拔除等四法,头部创伤的一些疾病宜刮除或切除,骨骼伤患宜掏引,镞头弹丸等内留宜拔除。由此可见,藏医外治疗法包括创伤、疮疾等外科疾病的外治疗

法和内科疾病的外治疗法两大类。

藏医外治疗法所用的医疗器械,多达八、九十种,分为五大类,即探查器械、拔除钳子、剖刺刀杆、穿刺刀针、零星器械等。这些器械的图形、长短、粗细皆有严格的标准,大多使用金、银、铜、铁等制成,也有少数用角、竹制成的,必须坚韧、光滑、无锈无垢、干净卫生。

藏医外治疗法的创伤、疮疾等外科疾病的外治疗法,这里不再介绍,只讲述内病外治的外治疗法。藏医内病外治的外治疗法,按传统分法,分为罨熨、浸浴、涂摩、针灸、放血等五大疗法。每一疗法中又有若干具体疗法。现归纳为罨熨、浸浴、涂摩、火罐、角吸、蒙古灸、金针火灸、艾灸、放血、穿刺等十法,依次一一概述。

## 第一章 罨熨疗法

罨熨疗法是将有刺激、渗透、激变作用的药物或其他物品直接放置在病痛患处及其周围冷罨或热罨、或烟熏,以便快速解除或减缓病痛的一种医疗方法。这种疗法,可以因病而治,因地制宜,因材施教,如同水底石、水瓶、手巾、药物等等皆可使用,因而是一种简单易行、疗效显著的治疗方法。罨熨疗法分适应症与禁忌症、冷罨、热罨、幼儿肝罨、熏疗等五项,予以分述。

### 第一节 适应症与禁忌症

罨熨疗法并不是包治百病,适用于一切病症,而是有些病症适用,有些病症禁忌使用。

### 一、适应症

适应用罨熨疗法治病的病症有：灰白培根病、胃脘痞块、胃脘铁落病、胃阳衰败症、良性痛风、消渴症、风痛、食物不化、胃肠绞痛、黄水病、血瘀、热痛等。这些病症，适宜用罨熨疗法施治，而且疗效显著。

### 二、禁忌症

不适应用罨熨疗法治病的病症有：浮肿、胆虚症、时疫、麻风、风毒、合成毒、真毒、肾型水肿、身体肥胖症、痘疹、黄水疮、疮疖等；另外，刚吃完饭后也不宜罨熨。

## 第二节 冷罨疗法

冷罨疗法，一般分 11 种。

1) 跌打损伤引起的炎症和虚热劳损引起的胸腔发炎症，使身体恶血充斥，瘀聚一处，疼痛不止者，用黎明星光未隐没前汲取的星光水淋拍；或者，将星光水装入羊肚中放置疼痛之处冷罨。

2) 疫疔热症和虚热劳损热症、热症扩散于肌肤脉骨、日久陈热缠身不退者，用星光水淋洒全身。

3) 眼睛等受创红肿者，星光水装入羊肚中冷罨，并用星光水拍洗。

4) 肉毒阻喉、疼痛剧烈者，白乌头（甘青乌头）粉用雪水调配，装满羊肚冷罨；同时，将此水液，滴入喉头两三滴，非常有效。

5) 肠绞痛症疼痛剧烈者，白乌头粉和多脉茵芋二药配伍，浸泡取汁，再配入星光水或雪水，装入羊肚中，冷罨疼痛之处。

6) 血赤巴和热邪交攻的绞痛、培根瘀紫绞痛等热邪绞痛症之类，用冰凉的水底石冷罨疼痛之处。

7)血赤巴和热症的短痛等固定的疼痛者,用水底石和铍铁等凉物冷罨。

8)热症刺痛之类,用石山和雪山石岩等处生长的大福指甲菜(小丛红景天)粉,与黄牛奶酪调配,趁凉厚涂疼痛之处,上用冰凉的湿布覆盖。

9)鼻衄不止者,用星光水和高山水坑底部的黑泥调配,冷罨眉间和后脑穴。

10)牙齿血热交燔、风疫牙肿者,亦用星光水和高山水坑底部的黑泥冷罨或凉敷,疗效甚好。

11)痛风腿脚灼热者,宽筋藤粉和黄牛粪调配,冷罨。

### 第三节 热熨疗法

热熨疗法,一般分为 19 种。

1)饮食不化引起的绞痛症,盐在锅中火炒,用布包裹,热熨,可使未消化的饮食消化,并可止痛。

2)创伤血未流出瘀积伤内者,用水底石子烤热,热熨。

3)肝血瘀积引起的肝绞痛症,爬岩茸(苔藓)用火烤热,粮食炒热,交替热熨。

4)肾寒症引起的肾腰疼痛和小便不利者,干燥酒糟在锅中火炒,用布等包裹,热熨。

5)产后产妇小腹、尾椎、肾腰等疼痛者,取东向旱獭洞口的堆土,喷洒上酒,在锅中火炒,熏熨。

6)培根瘀紫症寒热交攻时引起的绞痛症,卷丝苣苔根叶、穗序大黄叶、多脉茵芋等配伍,浸泡煎煮,热熨,很有疗效。

7)合成毒中毒、转化毒中毒、创伤之血瘀积胃中者,用上方热熨,疗效很好,并能止痛。

8)不消化引发的寒性痞瘤,岩鸽粪在锅中火炒,热熨。

9)胃脘肾腰等处的寒性病症,新砖瓦块或新陶片用火烤热,热罨。

10)虫病绞痛症,独活根叶捣碎,在陶器等容器中火烤,热罨。

11)痔疮,结血蒿(牛尾蒿)叶和马粪,用火烤热,热罨。

12)寒性脱肛,用温酒或温奶洗净,煎去指甲,戴上手术手套,用手指按脱肛情况缓缓送入,然后油灯火烤,热罨。

13)风病剧痛者,油毡火烤热敷,其上用水底石子烤热热罨。

14)肾腰寒病窜痛、肾脉扭结、肾阳衰败者,用猓狽和狼等食肉野兽毛皮热罨。

15)胃脘大小肠阳衰虚寒者,手掌烤热热罨。

16)四肢关节黄水入犯者,青稞粒大小的砂粒喷洒上酒,烤热热罨。或者,沙中拌入少许盐,喷洒上酒或黄牛尿,炒热后热罨。或者,干燥酒糟和爬岩茸用火烤热,热罨。

17)寒性尿闭症,油渣和岩鸽粪用火烤热,热罨前后膀胱窝。

18)虚热风痛者,具虫白脂石(白石英)、含油陈骨二药配伍捣碎,喷洒拌匀火烤,用布包住,热罨风窝。

19)四肢黄水病,绵羊粪喷洒火烤,热罨。

## 第四节 幼儿肝罨

所谓幼儿肝罨,是一种治疗幼儿肝脏增大症的治疗方法。此法简便易行,疗效显著。

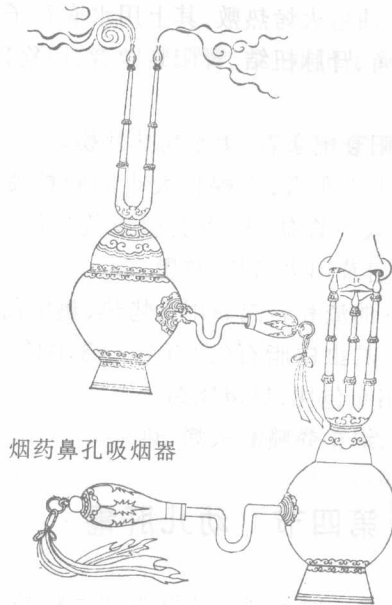
肝罨疗法所使用的医疗器械虽无统一的规定,但一般需要用镜子、玻璃瓶、铜杓、水瓶、旧铍铁等冰凉、圆形、光滑、简便易行的器物。

肝罨临床操作法,一般是让幼儿脱去上衣,仰卧在平整无皱的床单或毡上;先用凉水中浸泡的棉花团,向幼儿腹部右上角即肝区淋水,使幼儿水惊;然后,用冰凉的适当器械抵住幼儿肝下部,上推

10~15次;再用棉花团淋水,使幼儿水惊,用布条将水浸的棉花团绑在肝区。根据病情轻重,3~5日做1次,反复施治,直至痊愈。

## 第五节 熏 疗

熏疗是罨熨疗法的一种派生疗法,有汽熏和烟熏两种。



烟药口鼻吸烟器

图1 吸烟器

汽熏是将对治疾病的药物加热,利用散发出的蒸气,蒸熏患处,治疗疾病的一种方法。这一疗法,有些是熏熨同时施治的,如取东向旱獭洞口堆土,喷酒炒热,熏熨治疗产妇产后肾腰、尾椎、小腹疼痛等。有些是单用蒸气熏疗,如红花、檀香、陈酥油等三药配伍,煎煮,用蒸气熏治鼻衄。总之,大多是熏熨、熏浴同时施治的,

故不繁叙。

烟熏是将对治疾病的药物放置在熏烟器中烧烟,用烟熏治疾病的一种治疗方法。熏烟时,体外熏烟一般是将药物放在容器中烧烟直接熏疗;需要吸入体内的熏烟,一般是放在特制的熏烟器中烧烟,从鼻孔或口腔吸入。按标准特制的熏烟器,有专供鼻孔吸烟的两管吸烟器,有供鼻孔口腔同时吸烟的三管吸烟器(图1)。熏烟治疗的疾病如:

1. 蚜头虫病,通窍散制成鼻烟,吸入鼻腔,熏治。
2. 鼻衄,骆驼毛烧烟,吸入鼻腔,熏治。
3. 风型牙疾,用紫檀烧烟熏疗。
4. 龋齿,用芫荽子、大蒜、硫黄、安息香、奇蹄兽类脂肪等制剂或烧烟熏疗。

5. 哮喘,穆库尔白没药、穆库尔黑没药、石花、甘松、香附子、肉桂、麝香、沉香、酸藤果、川木香、草木犀等配制成散剂,放置在熏烟器内烧烟,吸入药烟,熏治;也可撒在无烟的炭火上烧起药烟,吸入口鼻,熏治。

或者,穆库尔白没药(或用安息香)、雄黄配制成散,用熏烟器或无烟炭火烧烟熏治。

或者,沉香、酥油配伍,用熏烟器或无烟炭火烧烟熏治。

6. 虫病,一切虫疾皆可用驱虫七味酸藤果散与鹿脂配伍,烧烟熏鼻。

7. 痔疮,人发、猫皮、蛇皮、青桐树脂等与酥油配伍,烧烟熏鼻和熏肛门,可消除。

8. 癫痫,用穆库尔黑没药、紫胶、马距、狼粪、鸡粪、草乌、菖蒲、大蒜等配伍,烧烟熏治。

至此,外治疗法的罨熨疗法,从适应症与禁忌症、冷罨、热熨、幼儿肝罨及其熏疗等五个方面,作了概括的介绍。在临床运用时,其内容更为广泛。

## 第二章 浸浴疗法

浸浴疗法是在矿泉水或药水中浸浴,凭借矿泉和药水的功效,治疗筋络僵缩等疾病的一种医疗方法。藏医的浸浴尤其是药浴,是非常奇特、疗效显著、久享盛誉的,不少患者远道而来就医。

浸浴疗法有何功效呢?浸浴能使热病邪气和黄水从汗毛孔排出体外、祛风、消肿、气和精华伴随血液运行、僵缩变得柔软、瘦弱变得肌肉丰满、皮肤病消失等,疗效颇佳。

浸浴疗法,分适应症与禁忌症、矿泉浴、药浴、缚浴、洗浴时令、注意事项等六项概述。

### 第一节 适应症与禁忌症

浸浴疗法并不是包治百病适应一切病症的,而是有些病症适宜用此法治疗,有些病症不适宜用此法治疗。

#### 一、适应症

适宜用浸浴疗法治疗的疾病有:四肢脉筋僵缩、手足残废、痹病疔痛、疗毒恶疮、新旧疮伤肿胀、妇女恶风症、骨节凸弯形成的驼背、肌肤关节间黄水潴流、一切隆型疾病等。这些病症,均宜用浸浴疗法尤其是药浴治疗,并有不同的疗效。

#### 二、禁忌症

不适宜用浸浴疗法治疗的禁忌症有:瘟病时疫和劳伤炎症等高烧病症、浮肿、身体羸弱、食欲不振等。这些病症,皆禁忌浸浴。从身体部位来说,不宜用浸浴疗法治疗的部位有:眼睛、颧骨、两足拇趾和两肘关节、睾丸、胃肠等区位,尤其是心脏区位。这些区位