

清除体内毒素

让疾病无处扎根



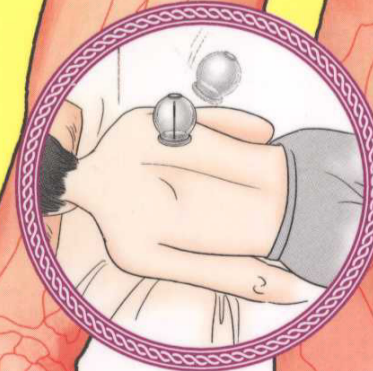
经络穴位家用拔罐大全集

图解

拔病排毒 一身轻

小病只需一次 大病慢病多拔几次就除根

- ▶ 通经络、顺气血，痛则不通，通则不痛
- ▶ 拔罐加艾灸加针刺，三重治病效果更好



2010年最新版

+ 不花钱在家治大病
相信中医的智慧

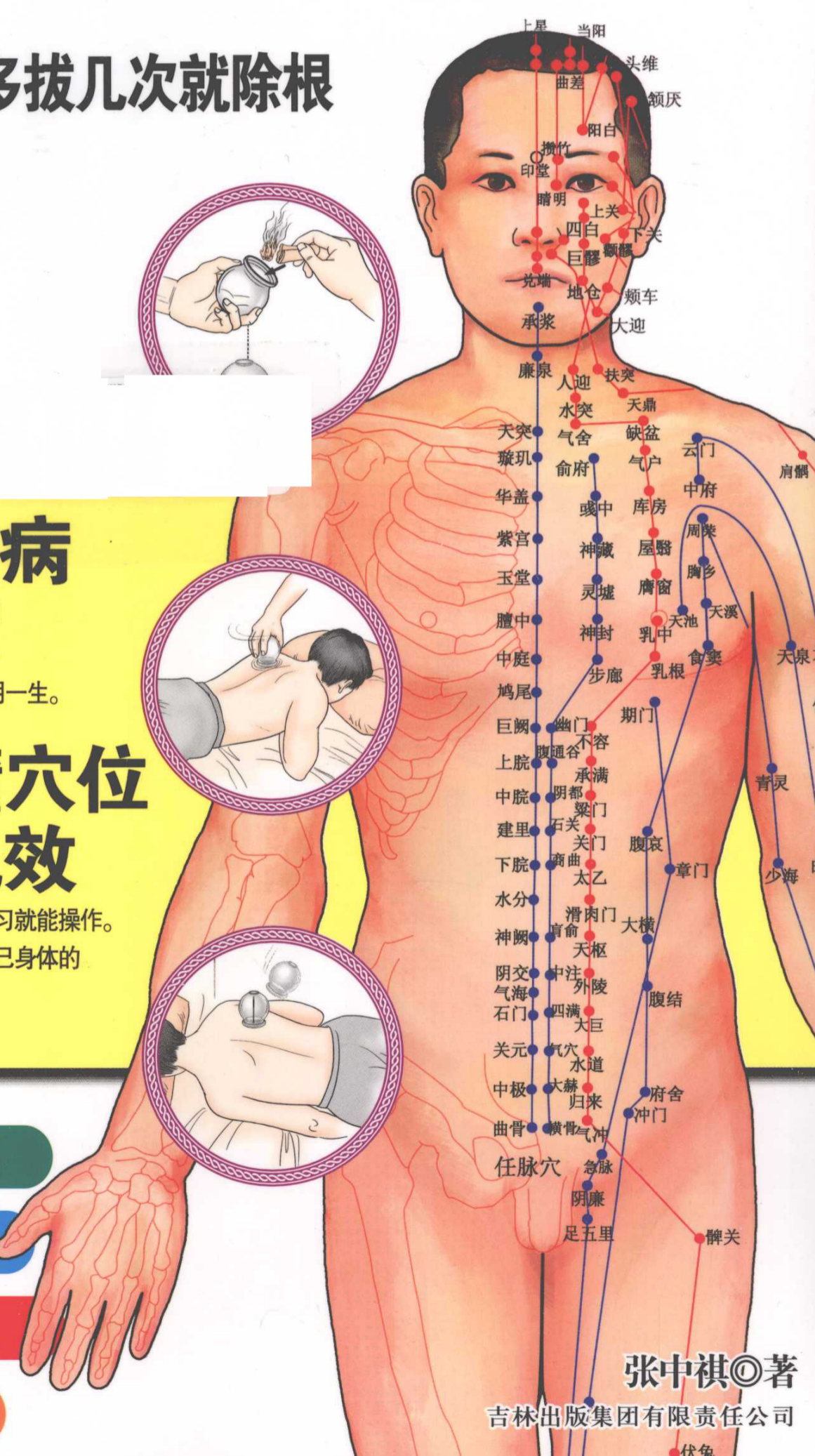
花几十元买套拔罐，用十分钟学会技巧，全家老小受用一生。

+ 哪痛拔哪，不懂穴位
不会取穴也能见效

拔罐方法简单，不需要专业的医学知识，不用专门学习就能操作。拔罐是纯天然的疗法，操作过程中很安全，靠的是自己身体的调节来治愈疾病，没有副作用。

特别收录

- 高血压 膀胱经上走罐，把高血压杀在初期
- 颈椎病 针刺穴位后闪罐，筋骨里没有毒了
- 白内障 刮出痧块后拔罐，再也不是假盲人
- 将军肚 肚子拔罐向上提拉，消除厚脂肪



张中祺◎著

吉林出版集团有限责任公司

伏兔

责任编辑：赵锋 奚春玲

装帧设计：紫圖装帧

图书在版编目 (CIP) 数据

拔病排毒一身轻：图解经络穴位家用拔罐大全集 / 张中祺著 .

—长春：吉林出版集团有限责任公司，2010.3

ISBN 978-7-5463-2428-9

I. ①拔… II. ①张… III. ①拔罐疗法—图解

IV. ① R244.3-64

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 031531 号

书 名：拔病排毒一身轻：图解经络穴位家用拔罐大全集
著 者：张中祺
出 版：吉林出版集团有限责任公司
地 址：长春市人民大街4646号(130021)
印 刷：北京市兆成印刷有限责任公司
开 本：1020mm × 1200mm 1/10
印 张：27
版 次：2010年3月第1版
印 次：2010年3月第1次印刷
书 号：ISBN 978-7-5463-2428-9
定 价：29.80元

(如有缺页或倒装,发行部负责退换)

拔罐刺激经穴，恢复人体健康

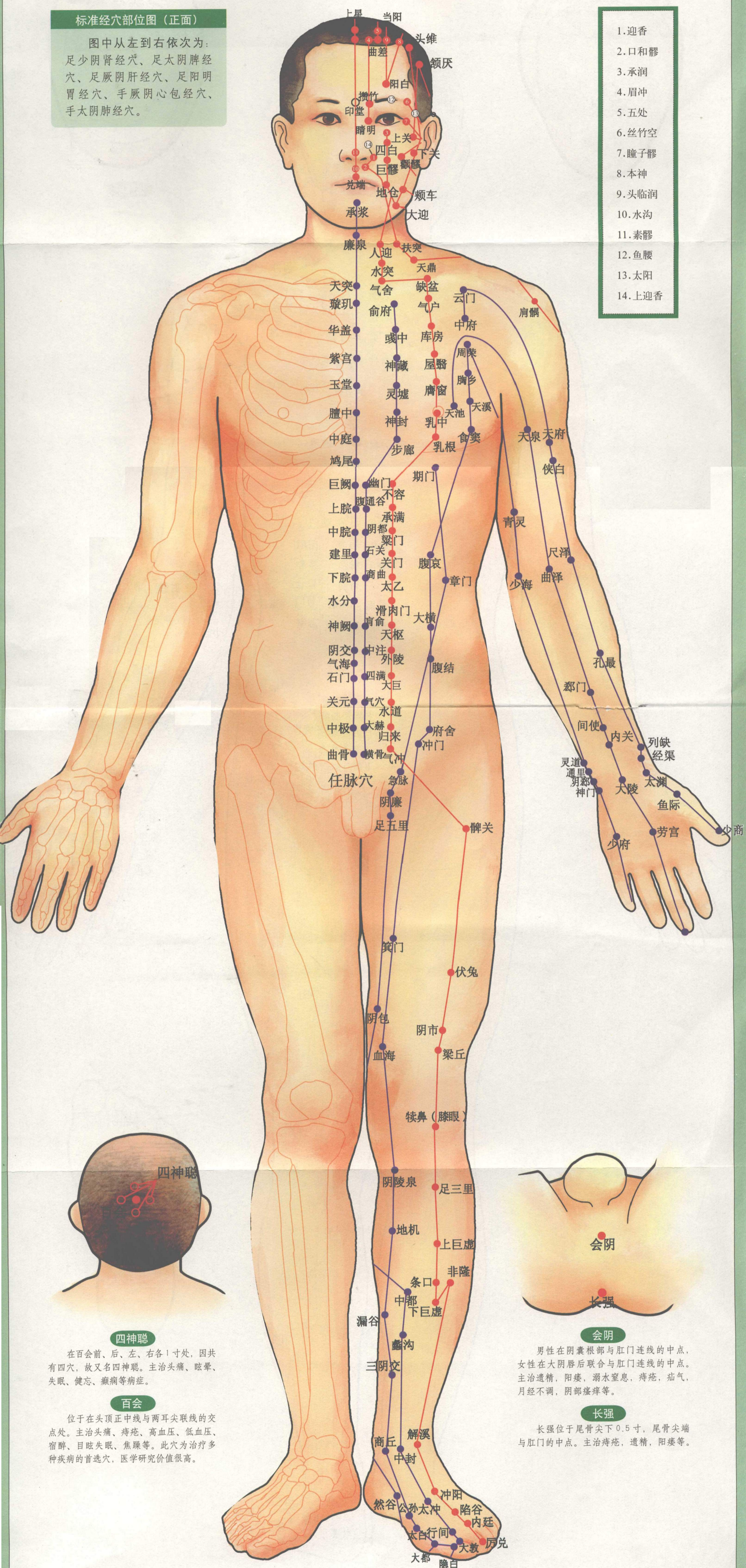
附赠国际标准经络穴位图

拔罐和经络穴位的关系十分密切，通过刺激穴位，疏通经络，才能补益气血、调节脏腑功能、平衡阴阳，进而达到人体健康的目的。经络学说贯穿于中医的生理、病理、诊断等各个方面，千百年来不仅指导着临床实践，而且是养生祛病的重要依据。经络是经脉和络脉的总称，贯穿全身的主脉即经脉，主脉上分出的支脉即络脉。穴位则是经络将气血输送体表的通道。取穴准确有助于提高疗效，对运用拔罐疗法有很大帮助。

标准经穴部位图（正面）

图中从左到右依次为：
足少阴肾经穴、足太阴脾经穴、足厥阴肝经穴、足阳明胃经穴、手厥阴心包经穴、手太阴肺经穴。

1. 迎香
2. 口和髎
3. 承润
4. 眉冲
5. 五处
6. 丝竹空
7. 瞳子髎
8. 本神
9. 头临阴
10. 水沟
11. 素髎
12. 鱼腰
13. 太阳
14. 上迎香



四神聪

在百会前、后、左、右各1寸处，因共有四穴，故又名四神聪。主治头痛、眩晕、失眠、健忘、癫痫等病症。

百会

位于在头顶正中线与两耳尖联线的交点处。主治头痛、痔疮、高血压、低血压、宿醉、目眩失眠、焦躁等。此穴为治疗多种疾病的首选穴，医学研究价值很高。

会阴

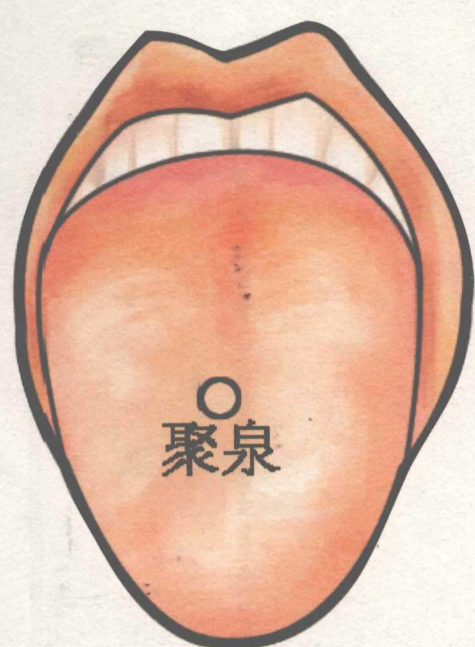
男性在阴囊根部与肛门连线的中点，女性在大阴唇后联合与肛门连线的中点。主治遗精，阳痿，溺水窒息，痔疮，疝气，月经不调，阴部痒痒等。

长强

长强位于尾骨尖端下0.5寸，尾骨尖端与肛门的连线中点。主治痔疮，遗精，阳痿等。

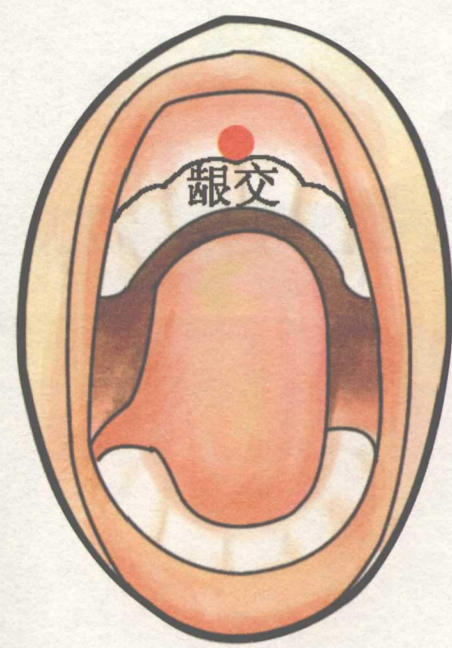
标准经穴部位图（背面）

图上从左到右依次为：足太阳膀胱经穴、足少阳胆经穴、手太阳小肠经穴、手少阴心经穴、手少阳三焦经穴、手阳明大肠经穴。



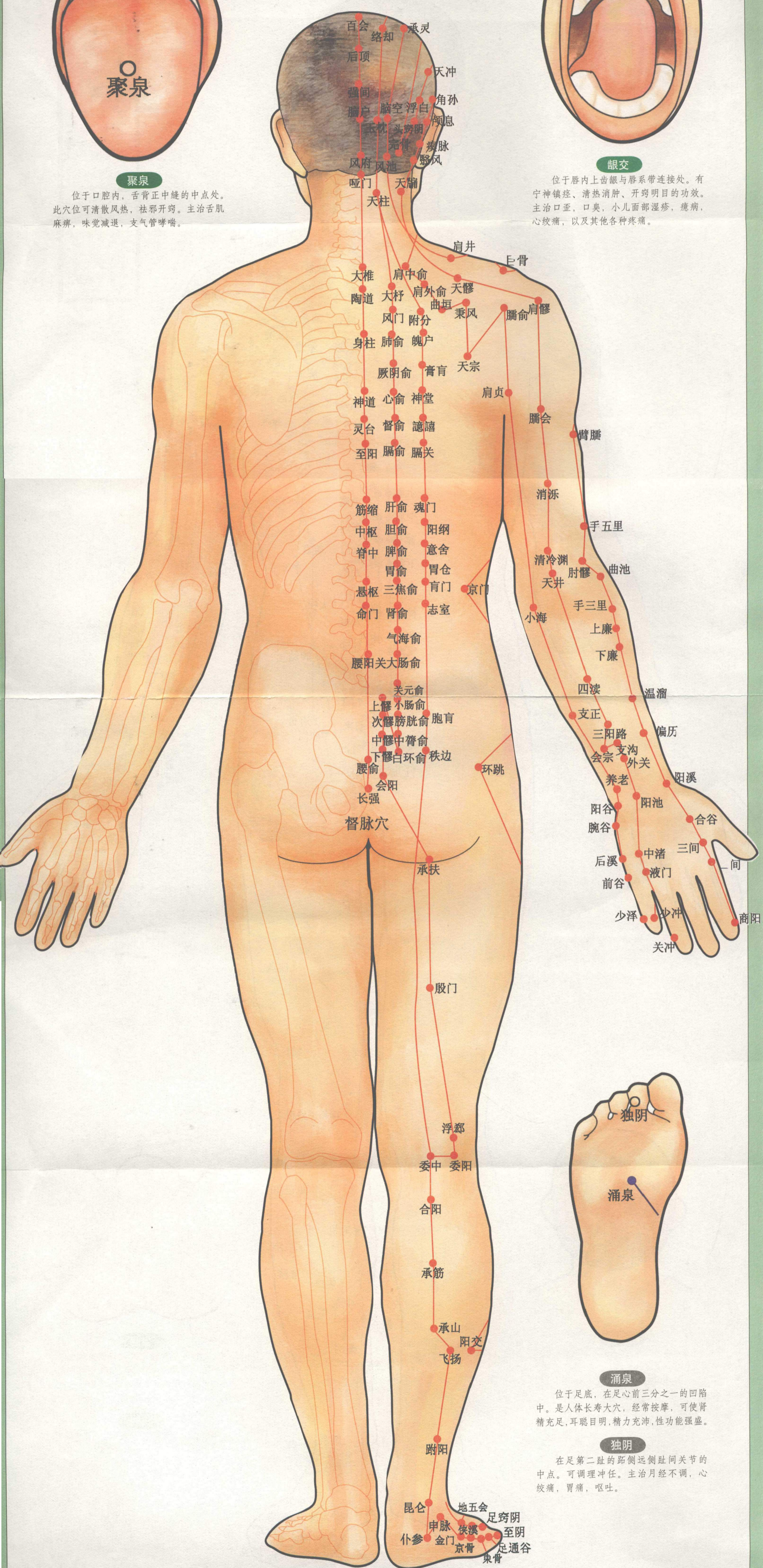
聚泉

位于口腔内，舌背正中缝的中点处。此穴位可清散风热，祛邪开窍。主治舌肌麻痹，味觉减退，支气管哮喘。



龈交

位于唇内上齿龈与唇系带连接处。有宁神镇痉、清热消肿、开窍明目的功效。主治口歪，口臭，小儿面部湿疹，瘰疬，心绞痛，以及其他各种疼痛。



独阴

涌泉

位于足底，在足心前三分之一的凹陷中。是人体长寿大穴，经常按摩，可使肾精充足，耳聪目明，精力充沛，性功能强盛。

独阴

在足第二趾的跖侧远侧趾间关节的中点。可调理冲任。主治月经不调，心绞痛，胃痛，呕吐。



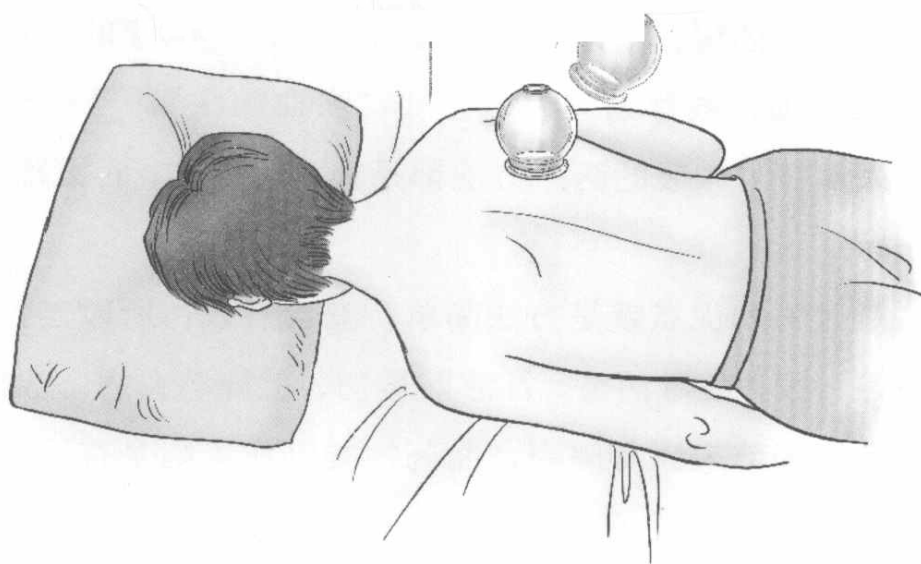
養生堂 05

清除体内毒素 让疾病无处扎根

图解拔病排毒一身轻

经络穴位家用拔罐大全集

张中祺/著



吉林出版集团有限责任公司

编者序

盛行民间的古老医术

记得小时候，几乎每家的窗台上或桌子上都摆着几个罐头瓶子，瓶里攒着几个熏黑的棉花团。谁家有个头疼脑热，肩背受寒之类的病，就用这些罐头瓶子来治。先点棉花，呼哧一声点着了，往瓶子里一扔，猛地扣在皮肉上。一会功夫，眼看着皮肉就像烤炙的面包呼呼地鼓起来。过个十几分钟，再把罐子轻轻地起下。小病，拔一次就好，老毛病，多拔几次也就差不多了。村里的老一辈人都会这么一手，一般俗称拔火罐儿。

别看拔罐简单，其实是建立在中医理论的基础上。中医是华夏儿女几千年来智慧的结晶，堪称中国文化的一大代表，在世界医学界也颇具影响力。中医源远流长，博大精深，而又尤以《黄帝内经》为其思想精髓。《黄帝内经》分《素问》和《灵枢》两篇，先从宏观论述自然界变化的规律、人与自然的关系，即阴阳五行，再论及人体养生与疾病，即脏腑经络说。阴阳与经络就是拔罐疗法的理论基石。拔罐疗法通过作用于穴位，疏通经络，来调整脏腑、补充气血，进而达到阴阳平衡，身体健康的目的。而疗法的其他作用，如消肿止痛、活血散淤、除湿逐寒、拔毒排脓等等，都是由疏通经络宣发而出。

拔罐源于西汉时期的“角罐”。古人用兽角做罐，最早的记载见于湖南长沙马王堆汉墓中出土的《五十二病方》。角罐方法简单，安全有效，不仅在民间传承不衰，在唐朝还成为太医署的一门学科。唐朝时的拔罐方法已十分丰富，如药罐、艾灸罐，临床应用的范围也逐渐扩大。现代的拔罐更是花样繁多，现在家里备的罐头瓶早就换成了多功能拔罐器或者磁疗罐。医院的疗法则有针罐、刺血罐、水煮罐等13种之多，拔法有走罐、闪罐、摇罐、按摩罐、提罐等等，同时治疗的适用症也更多了。有意思的是，拔罐到了外国，被称为“杯术”和“淤血疗法”，可能在外国人看来拔罐是东方的一种神奇医术吧。一般的医疗方法都是极为严谨的，而拔罐却能在民间传承不衰，自有其道理。

拔罐疗法最显著的优点就是方法简单、安全有效，所以老百姓才代代相传，家家必备。小罐轻轻一拔，注意消毒，注意防烫伤，就能消百病。拔罐疗法不打针不吃药，靠的完全是自身的调节来恢复健康，而药物的副作用则是有目共睹的。外科病往往要



花大钱，病人还要忍受开刀的痛苦，住院的精神磨耗。拔罐疗法省却了开刀流血，和一笔不菲的手术费、住院费。另外小孩是最容易生病的人群，也是最不喜欢打针吃药的病患。对于他们，拔罐就能解决一切难题，父母再也不用头疼加心疼。还有爱美丽的朋友们也不用去美容院了，拔罐就能消肥胖，去青春痘，去黄褐斑，消眼袋，抚平皱纹，干吗还去美容院接受不知是含铅还是含某某毒物的注射针呢？

为了让人人掌握安全简单的拔罐疗法，拔去病痛，迎来健康，省下金钱，特编撰本书。本书共分9章，前两章讲述拔罐的理论知识，后7章针对63种常见疾病，列出拔罐疗法的所有步骤。前两章从《黄帝内经》的人体经络系统和腧穴到拔罐疗法的前世今生，从拔罐的作用原理到拔罐的准备事项、操作方法、临床应用。后7章介绍了内科、外科、五官科、皮肤科、妇科、儿科、美容科，共63种常见疾病的拔罐疗法，包括病因病症、选穴、操作方法以及典型病例。

本书与其他养生书和医学类书相比的一大特色，即是简明的图解手法和精练的文字。许多养生类的图书都是长篇大论的文字，而医学书更是专业词汇遍书开花，令读者或索然无味，或茫然不知所已。本书文字上条理清晰，段落小标题方便读者提纲挈领。图解占据了本书的一半江山，形象地诠释着文字所传达不到的知识，诸如人体经络的分布、罐具的外形、穴位的具体位置等等，让读者一看了然，既节省时间，又能准确操作，提高疗效。本书所设的疾病与穴位速查表、取穴姿势图，能指引读者快速找到相应疾病，准确取穴。

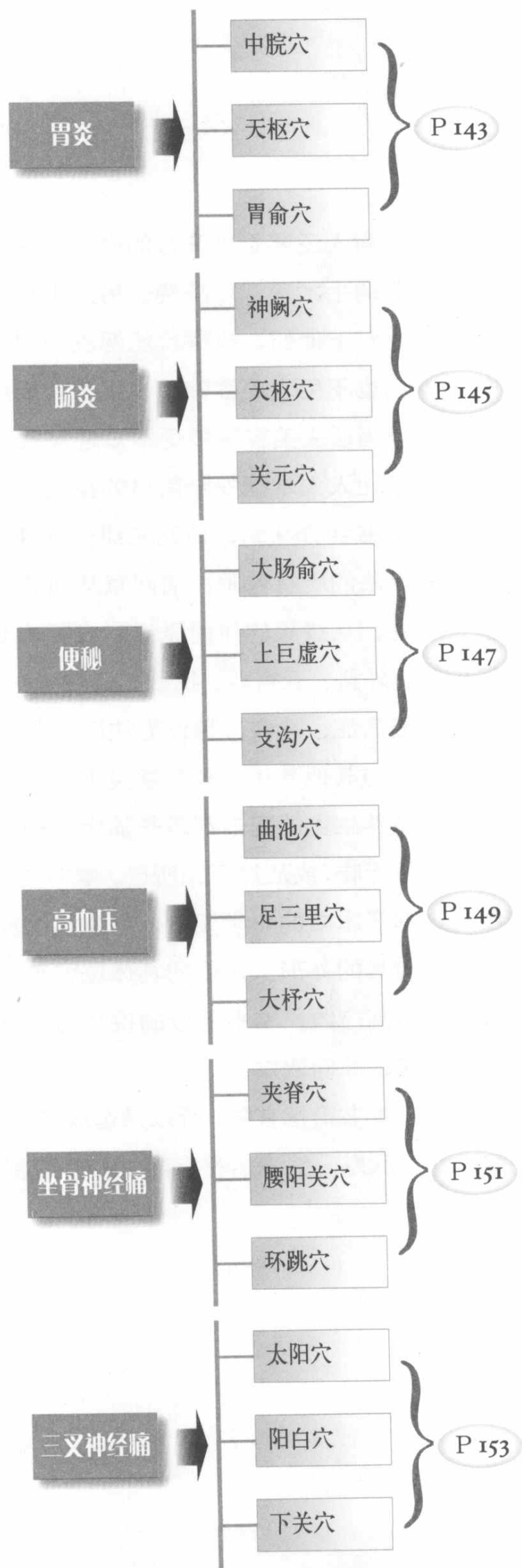
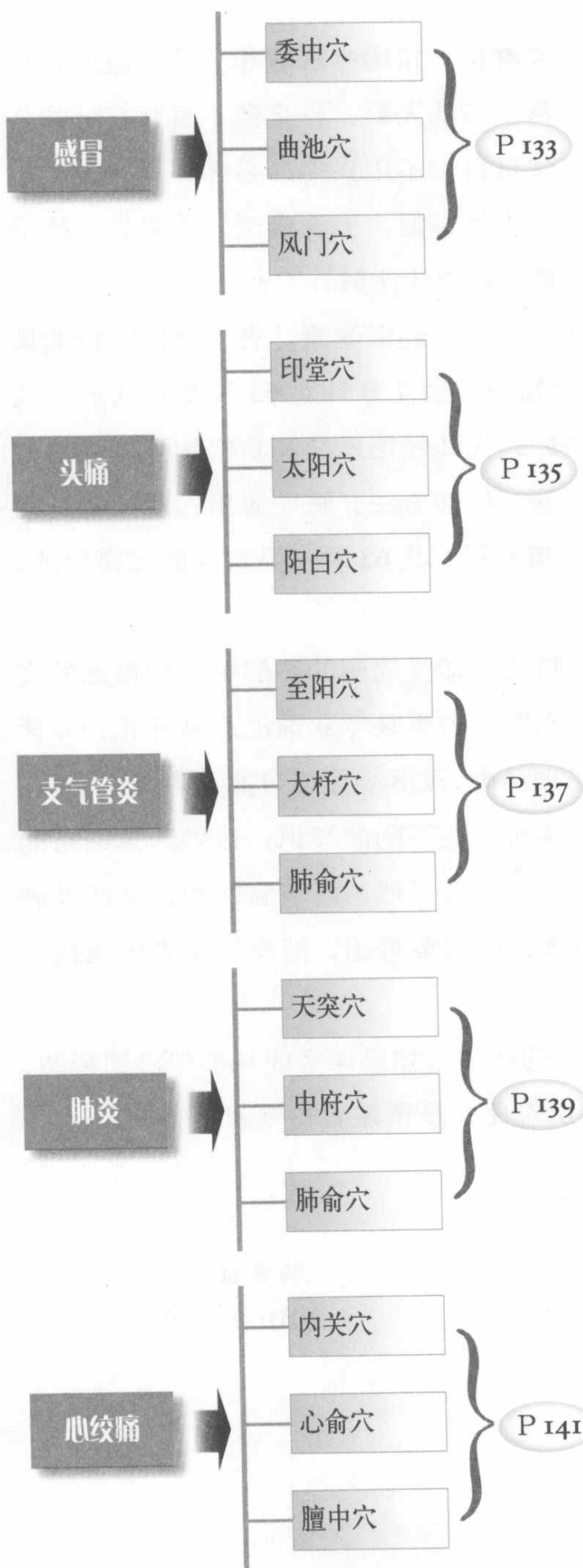
由于本书篇幅有限，所以只选取了最为常见的疾病。如果读者能从书中得到帮助，编者深感欣慰。编者水平有限，如有疏漏，在所难免，恳请读者和专家不吝指正。

编者谨识

2010年1月

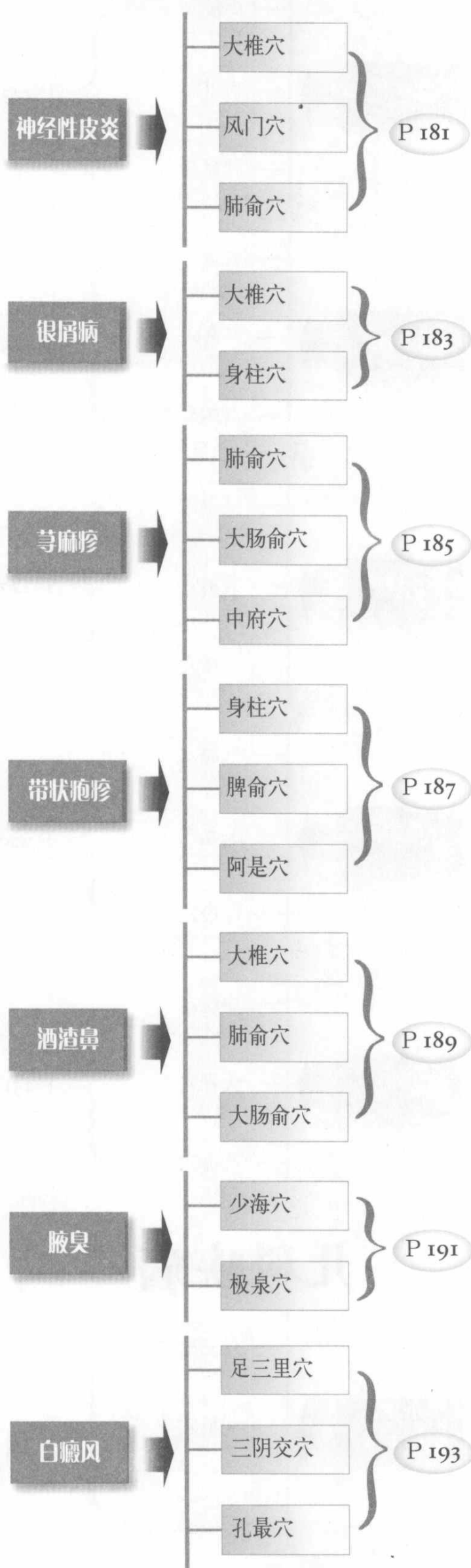
拔罐治病选穴速查表

内科疾病

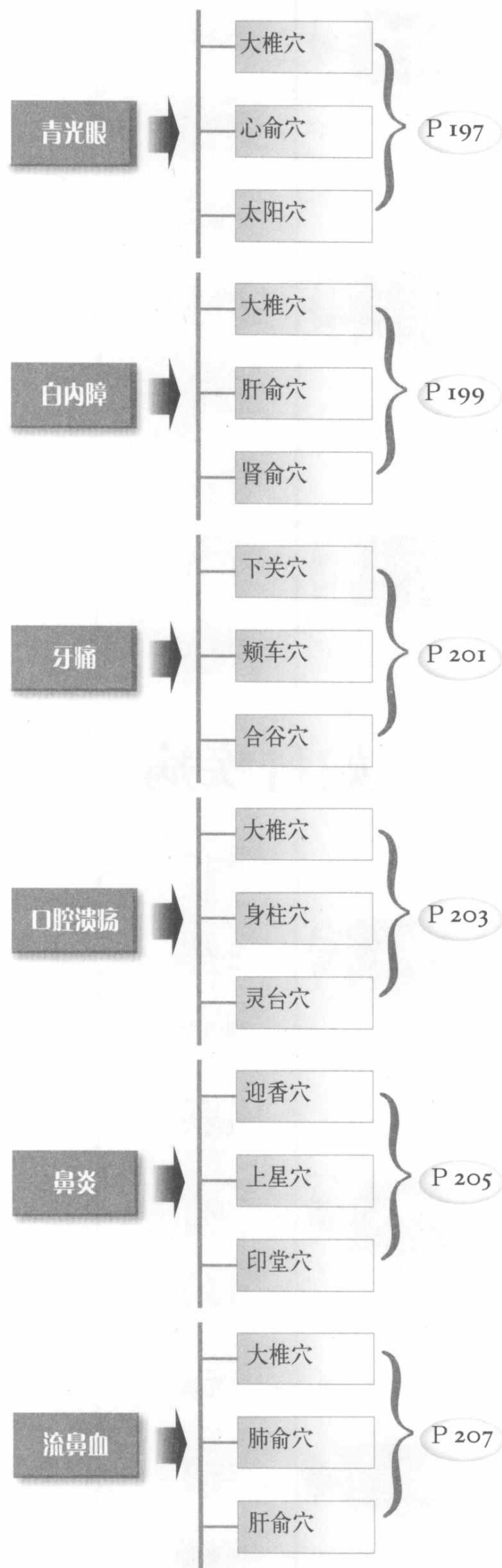


图解拔病排毒一身轻·经络穴位家用拔罐大全集

皮肤疾病

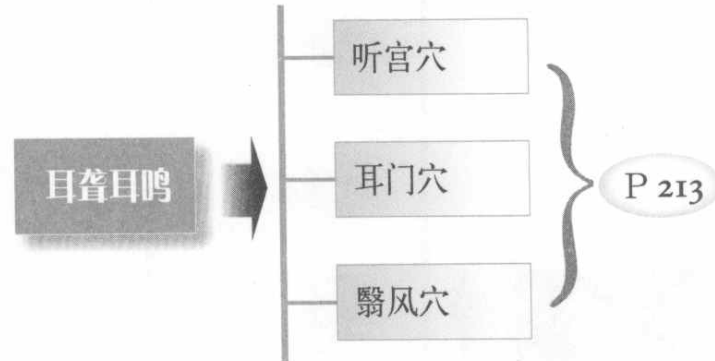
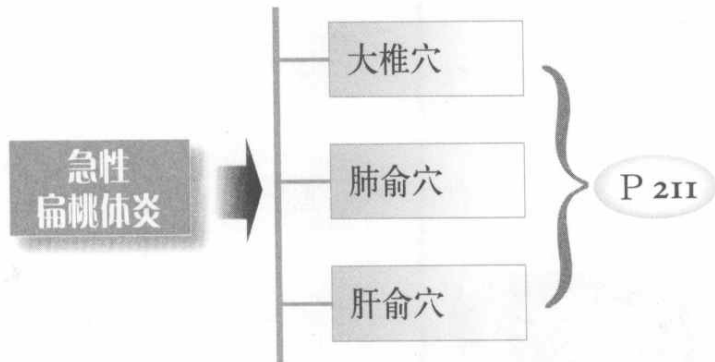
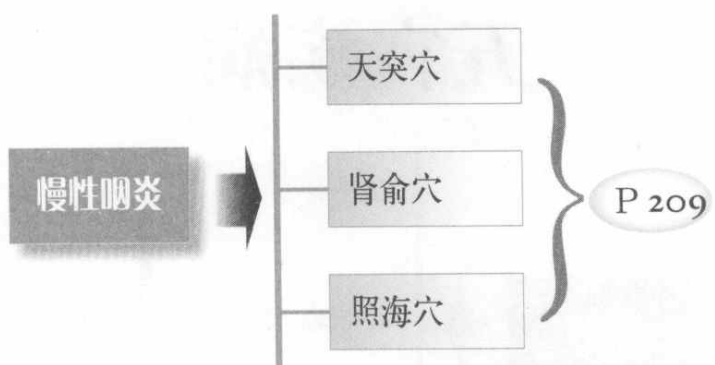


五官疾病

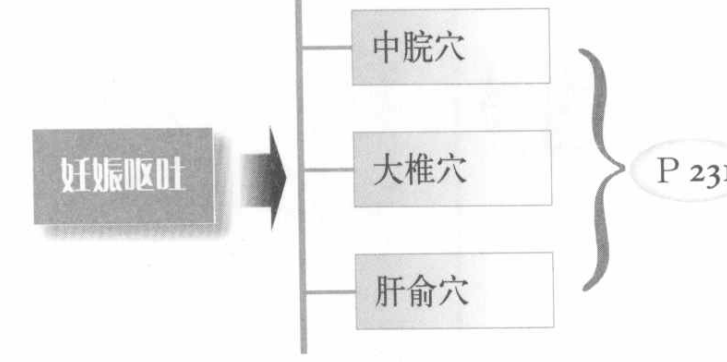
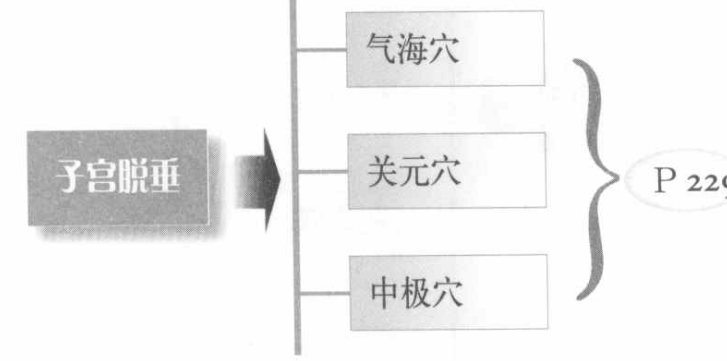
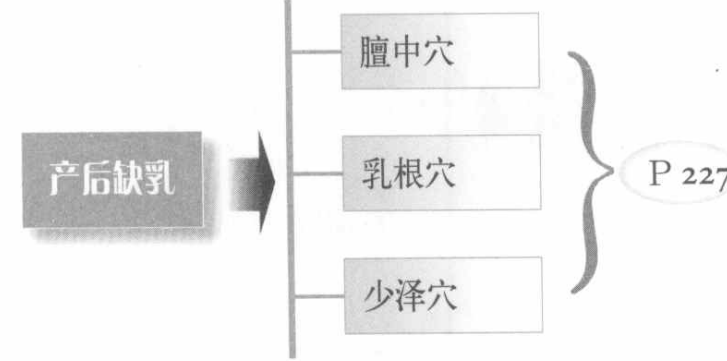
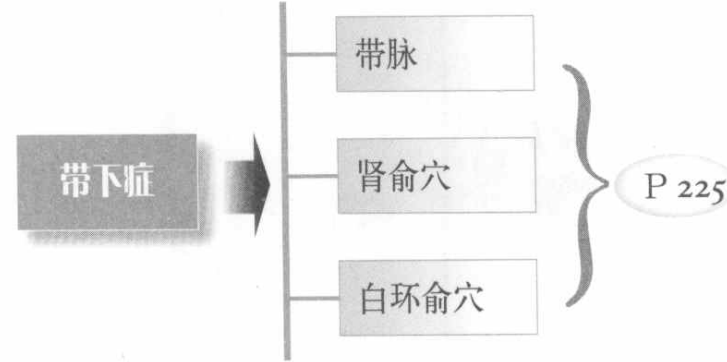
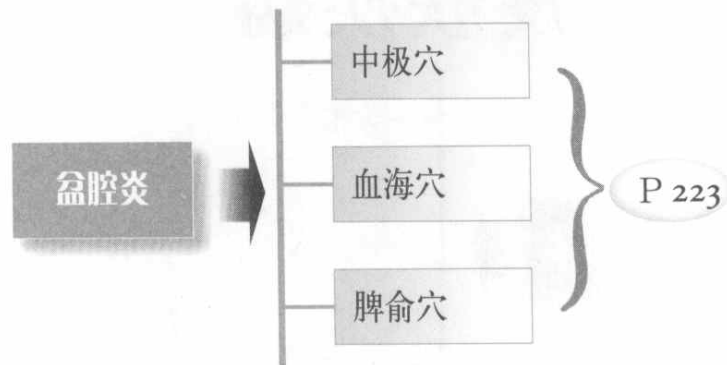
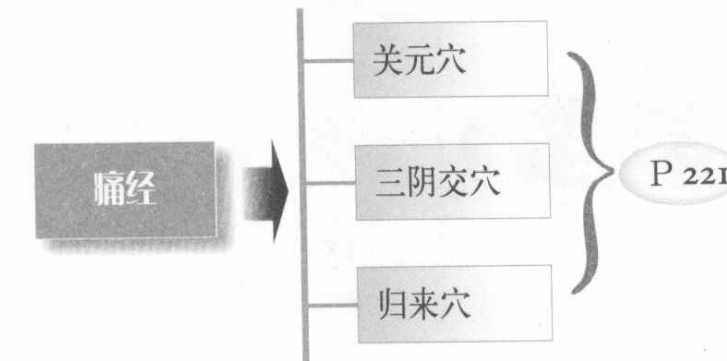
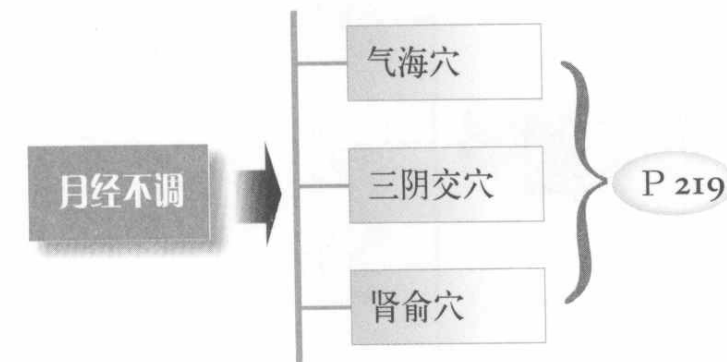
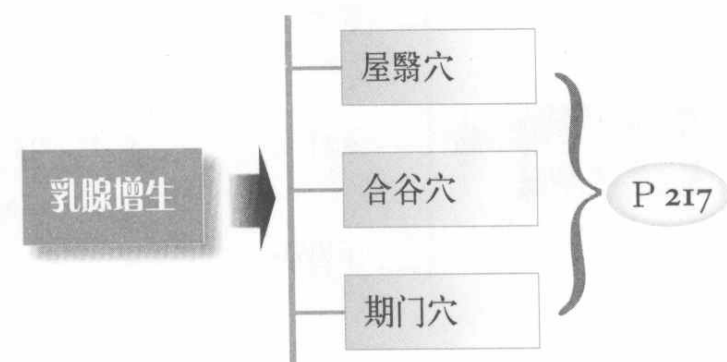




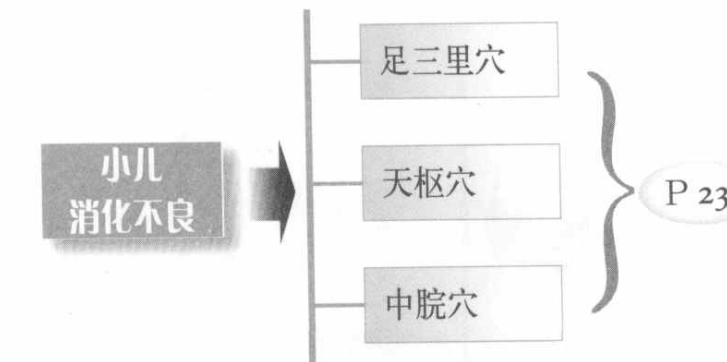
图解拔病排毒一身轻·经络穴位家用拔罐大全集



妇科疾病



儿科疾病



美容美体

