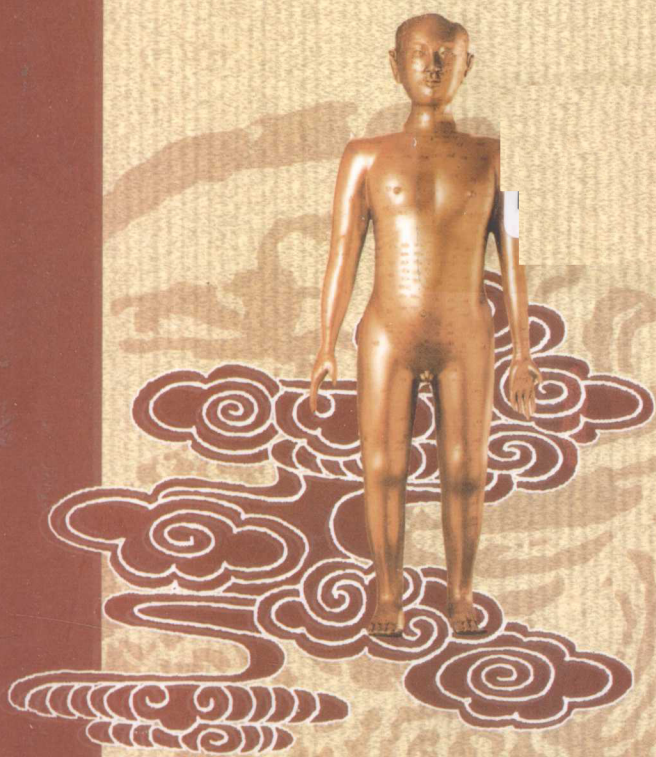


主 编 ◎ 孔垂成


中医现代刮痧教程

ZHONGYIXIANDAIGUASHAJIAOCHENG

（第二版）



- 国家级中医药继续教育项目
- 人力资源和社会保障部保健职业
- 国家中医药职业资格认证项目
- 全国中医药适宜实用技术推广项目
- 全国医学院校选修课程参考科目
- 全国中医刮痧从业人员必备参考书

 中国医药科技出版社

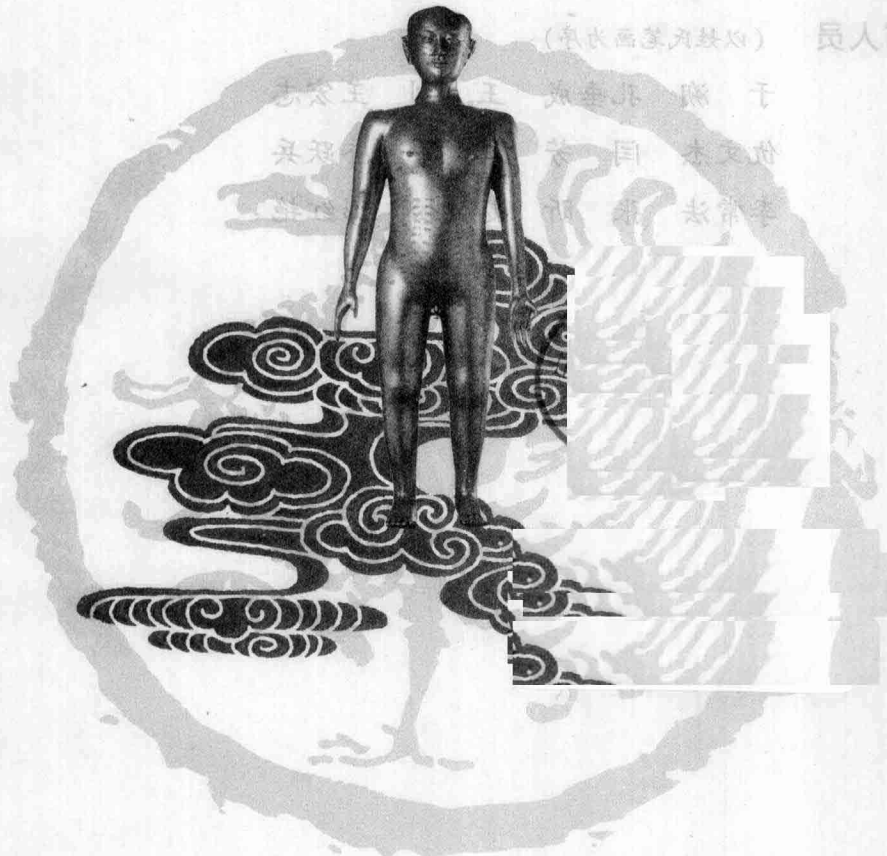
中医现代刮痧教程

ZHONGYIXIANDAI GUASHAJIAOCHENG


孔垂成 主编 (第二版)

孔垂成 主编
(孔垂成 主编)

孔垂成 主编
孔垂成 主编



主编 © 孔垂成

 中国医药科技出版社

内 容 提 要

《中医现代刮痧教程》系统介绍了刮痧疗法的理论知识,治疗、防病、保健的作用机制,操作方法,适用范围等内容,其中着重以图解的方式介绍了刮痧疗法治疗临床各科常见病症,读者可以按图施治。本书分七章,分别介绍了刮痧医学的中医基础理论知识,刮痧医学辨认疾病的方法,刮痧医学的基本知识及其实施方法,人体各部位刮拭方法及顺序,刮痧疗法的治疗机制及相关治疗方法,刮痧得效要点,刮痧临症腧穴图示。全书图文并茂,实用性强,适合临床医生和广大刮痧技术爱好者阅读参考。

图书在版编目(CIP)数据

中医现代刮痧教程/孔垂成主编. —2版. —北京:
中国医药科技出版社, 2010. 6
ISBN 978 - 7 - 5067 - 4578 - 9

I. ①中… II. ①孔… III. ①刮擦疗法 - 教材
IV. ①R244. 4

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第030163号

美术编辑 张 璐

版式设计 郭小平

出版 中国医药科技出版社

地址 北京市海淀区文慧园北路甲22号

邮编 100082

电话 发行: 010 - 62227427 邮购: 010 - 62236938

网址 www.cmstp.com

规格 A4

印张 54 $\frac{1}{2}$

字数 865千字

初版 2001年4月第1版

版次 2010年6月第1版

印次 2010年6月第2版第1次印刷

印刷 南宫市印刷有限责任公司

经销 全国各地新华书店

书号 ISBN 978 - 7 - 5067 - 4578 - 9

定价 158.00元

本社图书如存在印装质量问题请与本社联系调换

再版前言

2001年4月至2003年1月，承蒙读者厚爱，《中医现代刮痧教程》出版短短两年间，连续四次印刷，万余册教程仍不能满足读者需要。最近出版社编辑找到我说，藏版已陈，再次印刷可能会影响质量，建议再版。余感慨之余，然亦心有余悸。盖因笔者才疏学浅，若有纰漏误导读者。百忙之余对原版反复审阅，在众多参考书籍及学员反馈中找寻不足以拾遗补缺。

笔者在农村长大，亲眼目睹了这样一个现实：人们有病习惯于吃药打针，不愈，天南海北乱投医。再不愈，就只有听天由命。虽然如此，只要病不倒，躺不下，秋收忙夏也不耽误。可是，一年、两年、三年，境况依旧，生活依旧，为什么？算来算去，家庭的收入到年头一结算多半看了病。有的因为疾病成为家庭负担，生活、工作和学习受到严重影响。因病致贫，因贫致病，在多数家庭形成了一种恶性循环。

于是，当我刚刚踏入医学领域，就开始咨询有关专家教授，还经常出入于京城各大图书馆或明察暗访当地名医，干什么？力图寻到一种廉、便、验、效的既能治疗又能预防减少疾病的方法，以便惠及家乡民众，改变人们对药物、医生、医院的传统依赖观念。然而，得到的却是失望和迷茫。

纵观医家千籍，也多是疗疾之法，防病之法却是甚少。祖国传统医学领域中的针灸、推拿、气功等法虽属非药物疗法范畴，但皆非人人可以掌握应用施治，操作方法稍有不当，则会事故百出。时序纵然

已进入 21 世纪，但许多病人仍是难以得到救治，令中西医束手无策。加之名医百家皆尽精力研究疗疾之法，结果一病不愈，一病又起。疾病的发展千变万化，研究救治之法泥古不拔，只见树木不见森林，只照顾眼前的分子，而忽略了人体本身的抗病能力，自自然然步入医学的误区，孰不知预防的作用远远大于其治疗的作用。

非常庆幸，20 世纪 90 年代初期，在中国中医科学院（原中国中医研究院）有缘接触了循经走穴的刮痧健康法，才真正使我从医学的迷茫中解脱出来，并愿为之奋斗终生。实实在在地说，运用刮痧健康法，最重要的是能够帮助父母解除疾病之苦，尽一片孝心，同时也节省了每年的医疗费用，摆脱了因疾病导致的贫困家境，并能使亲朋好友受益。另外，我自幼体质较弱，身体多病。14 岁那年春季，我因患头痛并伴有发热，吃药无效，多日不愈，以致学习成绩有所下降，幸亏邻居一老妈妈告一秘方——醋炸鸡蛋，服之即愈。但从那以后，每每发作总需几日，未知疾病的痛苦，也不理解父母的忧虑，没有对生命产生一种渴望与热爱。头痛一疾在我身上延续了近十年之久仍未解决，不仅如此，正值青春年少，头发却是黄白的，一副未老先衰的模样。然而，当接触了针灸、推拿，特别是刮痧疗法不到 1 个月的时间里便扫除了心理上的障碍。头脑清凉，头发变黑，惊人的疗效连我自己都不敢相信。假如不是发生在自己身上没人会相信的，但这的确又是事实。心旷神怡的思想境界，脱胎换骨的那一刻感觉，不仅给了我生命的热爱，而且从心底诱发出了一种灵感：刮痧健康法，一定会给更多民众带去健康和幸福。之所以产生这种潜在的观点，是因为在当时知道刮痧，认识刮痧的人寥寥无几。而经过几年之后，刮痧健康法如雨后春笋般遍及全国大中城市，为千百万家庭带来了健康，你能说它只是民间雕虫小技吗？你能说它没有生命力吗？你能说它没有前途吗？

更值得自豪的是 1996 年、1997 年在第 31 届国际军事医学大会上和世界针灸医学联合成立 10 周年学术大会上，我国刮痧专家现场治疗腰腿痛症的成功演示，得到了国内外医学专家的肯定和高度赞扬。从此，刮痧疗法迈出国门，走向了世界。1999 年，刮痧疗法被国家中医药管理局列为国家级中医继续教育项目，并授予 10 学分，要求在职医务人员和在校医学生这一疗法，以便掌握更多的技能和本领，为

人民健康服务。

2003年8月，国家劳动和社会保障部将刮痧列入国家职业标准目录，一个新兴的医疗技术和保健职业诞生了，这是刮痧发展的一个里程碑。

2005年5月，为推动保健刮痧师职业培训和职业技能鉴定工作的开展，在保健刮痧从业人员中推行国家职业资格证书制度，国家劳动和社会保障部中国就业培训技术指导中心在完成了《国家职业标准——保健刮痧师（试行）》制度工作的基础上，组织参加《标准》编写和审定的专家及其他有关专家，编写并出版了《国家职业资格培训教程——保健刮痧师》一书。本人有幸成为本教材编写人之一，从而对“职业技能”的概念和应用范围有了初步认识与了解。

刮痧从一种民间疗法，经过科学整理、提炼、发展成为一门医学技法，其功能、疗效、安全性已得到大幅提高和保证。刮痧技艺作为杏林瑰宝，绝非外行人所认为的那样可以随意刮、随处刮。不懂经络、不明医理、不知禁忌，不仅不能治病保健，反而会致命。因为刮痧是一种有效疗法，更因刮痧有着广泛的社会认同基础，有许多社会骗子和江湖庸医借此招摇撞骗，办学则贻误子弟；治病轻则无效，重则夺人性命。令真正的刮痧专家在深深遗憾的同时又无可奈何。在此，出于医者之心，仁爱之心，请热爱刮痧的朋友们，一定要进行系统学习、科学学习，注重理论与实践相结合，掌握一门真技艺，开拓一片大天空。

科学刮痧，有效刮痧，针对个体刮痧；科学保健，有效保健，针对个体保健，一直是笔者多年来奉行的刮痧医疗或保健的原则。刮痧必须要经过科学系统的理论学习与实践才能真正成为治疗、保健的有效方法。

现代刮痧法，理论根基稳固，临床疗效快而显著，适用范围广，纯系自然疗法而无不良反应，内病外治，操作简单，实用方便，内排外刮，价格低廉，受益终生，集防病、治病、保健、康复于一体。总之，概括起来一句话就是：现代刮痧法把复杂的医学转变为简单的人人医学、大众医学、家庭医学，确为值得推广和普及的保健方法。

《中医现代刮痧教程》一书的再版，完全是出于对民众健康的关注，同时希望能唤起民众对预防医学的重视，增强大众自我保健意识，

真正把健康掌握在自己手中。

本书在修改过程中，得到了北京中医药大学刘文龙教授的精心审核和建议，这里恭心敬仰并致谢！

余愿与本书读者共勉，为人类健康事业贡献一生！

孔垂成

2010年1月于石家庄

目 录

第一章 刮痧的中医基础理论知识

1 - 241

- 第一节 阴阳学说的基本知识 / 1
- 第二节 五行学说 / 7
- 第三节 整体观念和辨证论治 / 13
- 第四节 藏象 / 18
- 第五节 经络 / 48
- 第六节 腧穴的基本知识 / 138
- 第七节 病因与发病 / 228

第二章 通过刮痧辨认疾病的方法

242 - 282

- 第一节 四诊的应用要点 / 242
- 第二节 脏腑辨证的应用要点 / 250
- 第三节 全息刮痧选区基本知识 / 277

第三章 刮痧的基本知识及实施方法

283 - 368

- 第一节 刮痧疗法的源流概述 / 283
- 第二节 刮痧的优势及前景 / 287
- 第三节 刮痧必备的解剖生理知识 / 292
- 第四节 古今对痧象的认识 / 320
- 第五节 判断痧象的临床意义 / 322
- 第六节 刮痧方法及刮拭后的反应 / 325

- 第七节 选定体位的基本原则 / 332
- 第八节 刮痧常用刮拭技法 / 335
- 第九节 刮痧的职业道德与守则 / 346
- 第十节 刮痧前的接待与咨询 / 351
- 第十一节 刮痧前的准备 / 360
- 第十二节 刮痧时对室内环境的要求 / 364
- 第十三节 刮痧结束后的工作要点 / 366

第四章 人体各部位的刮拭方法及顺序

369 - 469

- 第一节 头部刮痧法 / 369
- 第二节 面部刮痧法 / 377
- 第三节 颈项部刮痧法 / 394
- 第四节 背腰部刮痧法 / 398
- 第五节 胸部刮痧法 / 407
- 第六节 腹部刮痧法 / 412
- 第七节 肋肋部刮痧法 / 417
- 第八节 四肢部刮痧法 / 419
- 第九节 关节部刮痧法 / 427
- 第十节 手部刮痧法 / 443
- 第十一节 足部刮痧法 / 452
- 第十二节 刮痧手法的具体运用 / 461
- 第十三节 刮痧保健治疗的步骤 / 463
- 第十四节 刮痧的适应症与禁忌症 / 465

第五章 刮痧的治疗机制及相关治疗方法

470 - 486

- 第一节 刮痧的保健治病机制 / 470
- 第二节 刮痧可配伍的疗法 / 475
- 第三节 影响刮痧疗效的因素 / 483

第六章 刮痧得效要点

487 - 500

- 第一节 刮痧六要 / 487
- 第二节 刮痧选穴配穴的原则 / 490
- 第三节 刮痧治疗原则 / 496
- 第四节 刮痧的态度 / 499

第七章 刮痧临症选经配穴处方原则

501 - 853

- 第一节 心绞痛 / 503
- 第二节 胆绞痛 / 506
- 第三节 泌尿系绞痛 / 509
- 第四节 感冒 / 512
- 第五节 中暑 / 516
- 第六节 咳嗽 / 519
- 第七节 哮喘 / 525
- 第八节 喘病 / 530
- 第九节 胸痹 / 535
- 第十节 心悸 / 541
- 第十一节 不寐 / 546
- 第十二节 癫痫 / 550
- 第十三节 狂病 / 553
- 第十四节 痫证 / 556
- 第十五节 郁病 / 561
- 第十六节 中风 / 565
- 第十七节 呕吐 / 576
- 第十八节 呃逆 / 581
- 第十九节 胃脘痛 / 586
- 第二十节 泄泻 / 591
- 第二十一节 便秘 / 596
- 第二十二节 痢疾 / 600

- 第二十三节 消渴 / 603
- 第二十四节 黄疸 / 607
- 第二十五节 胁痛 / 611
- 第二十六节 水肿 / 615
- 第二十七节 淋证 / 619
- 第二十八节 癃闭 / 624
- 第二十九节 遗精 / 628
- 第三十节 阳痿 / 632
- 第三十一节 男性不育症 / 636
- 第三十二节 痹证 / 640
- 第三十三节 痿证 / 645
- 第三十四节 面瘫 / 650
- 第三十五节 面痛 / 652
- 第三十六节 头痛 / 654
- 第三十七节 月经不调 / 660
- 第三十八节 痛经 / 668
- 第三十九节 闭经 / 673
- 第四十节 经行乳房胀痛 / 678
- 第四十一节 崩漏 / 681
- 第四十二节 绝经期前后诸症 / 686
- 第四十三节 带下病 / 689
- 第四十四节 妊娠恶阻 / 693
- 第四十五节 胎位不正 / 697
- 第四十六节 胞衣不下 / 700
- 第四十七节 滞产 / 704
- 第四十八节 恶露不净 / 707
- 第四十九节 恶露不下 / 710
- 第五十节 缺乳 / 713
- 第五十一节 不孕 / 716
- 第五十二节 小儿急惊风 / 721
- 第五十三节 小儿疳腮 / 725

- 第五十四节 小儿顿咳 / 729
- 第五十五节 小儿疳疾 / 733
- 第五十六节 小儿遗尿 / 737
- 第五十七节 小儿积滞 / 740
- 第五十八节 小儿麻痹后遗症 / 743
- 第五十九节 小儿脑性瘫痪 / 747
- 第六十节 小儿多动症 / 750
- 第六十一节 蛇串疮 / 753
- 第六十二节 湿疮 / 757
- 第六十三节 瘾疹 / 761
- 第六十四节 粉刺 / 766
- 第六十五节 疗疮 / 770
- 第六十六节 瘦病 / 774
- 第六十七节 乳痈 / 779
- 第六十八节 乳癖 / 783
- 第六十九节 肠痈 / 786
- 第七十节 痔疮 / 790
- 第七十一节 筋疔 / 795
- 第七十二节 落枕 / 797
- 第七十三节 肘劳 / 800
- 第七十四节 漏肩风 / 802
- 第七十五节 腰脊痛 / 804
- 第七十六节 针眼 / 807
- 第七十七节 上睑下垂 / 811
- 第七十八节 胞睑振跳 / 815
- 第七十九节 冷泪症 / 818
- 第八十节 天行赤眼 / 821
- 第八十一节 青盲 / 824
- 第八十二节 暴盲 / 827
- 第八十三节 近视眼 / 830
- 第八十四节 斜视 / 834

第八十五节 耳胀耳闭 / 837

第八十六节 耳鸣耳聋 / 840

第八十七节 鼻渊 / 844

第八十八节 咽喉肿痛 / 847

第八十九节 牙痛 / 851

跋一 / 856

跋二 / 857

第一章 刮痧的中医基础理论知识

第一节 阴阳学说的基本知识

一、阴阳与阴阳学说的概念

阴阳思想认为，一切事物的发生、发展，都是阴、阳二气的相互作用，各种存在的事物表现出的矛盾关系可以概况为阴阳关系和阴阳矛盾。阴阳思想作为阐释宇宙万物的发生及其相互关系的一种认识方法，影响广泛而深远。中医学的基本理论就形成于这一个时期，古代医家对人体的生成与构成、各种生理活动和病理变化的规律现象，以及治疗方法、养生方法等等，很自然地借用了当时的阴阳学说予以理论说明，从而形成了独具特色的中医学理论。由于医理与阴阳理论结合得极为紧密，阴阳思想已经成为中医的医学思想的重要内容和特点，阴阳理论也就自然而然地成为中医学解说医学原理的基本理论之一。因此，要理解中医学，首先要理解阴阳学说；要运用中医理论，就要学会阴阳学说的思维方式。

就“阴阳”二字的本义而言，“阳”指朝向阳光的一面，“阴”指背向阳光的一面。向阳则明亮而温暖，背阳则晦暗而寒冷，表现于向阳和背阳两个相对位置的自然现象在性质上也是相反的。这种概念经过引申，“阴阳”就成为代表事物对立关系和相反性质的哲学概念。按照阴阳概念的划分，具有明亮、温暖、活动、向上、在外、兴奋、坚硬、剧烈、强壮、无形等特性的事物现象即为阳；凡是表现为暗淡、寒凉、静止、向下、在内、抑制、柔软、和缓、虚弱、有形等特性的

事物现象即为阴。在具体的事物现象中，水和火就被视为阴阳基本特性的代表和象征：即水为阴，火为阳。所以我们可以从水的特点去体会“阴”的特性，从火的特点去体会“阳”的特性。

作为哲学概念的阴阳，是对事物对立统一关系的抽象表达。在古人眼里，天与地、昼与夜、男与女、上与下等等，相关事物或某一事物内部，都存在着既相互对立又不能脱离的两个属性，由此二者共同构成一个整体。推而广之，万事万物都是如此。因此，古人认为事物都是由阴和阳两方面构成，阴阳可以说明事物的道理。古代医家对人体的生命活动、病理变化、治疗方法等等，以阴阳学说进行理论说明，从而形成了独具特色的中医学理论。

二、阴阳学说的基本内容

阴阳学说解释事物道理的基本方法，是以阴阳说明存在于事物中的对立关系及其变化，具体有阴阳的对立、互根、消长和转化等四方面的主要内容。

（一）说明事物的关系

1. 相反而制约 阴与阳的性质相反，二者呈对立的、矛盾的关系。从阴阳学说的观点来看，这种对立关系普遍存在于客观事物现象之中，如昼与夜、寒与热、人体生理功能的兴奋与抑制等，阴阳就是对事物对立关系的概括，阴阳对立关系是事物的基本关系。由于阴阳性质相反、相互对立，导致二者相互制约，即阴的一方制约着阳的一方，阳的一方制约着阴的一方。如水可灭火，火可化水；人体生理活动兴奋与抑制的交替等。此外，事物有不同的层次，整体由各个部分组成，所以对事物阴阳属性的划分是相对的，而非绝对的，阴阳之中还可分阴阳。

2. 相成而依存 事物由阴、阳两方面组成，阴和阳构成一个统一体，所以，阴与阳虽然是相互对立的，却又是相互依赖的，也就是说没有“阴”也就无所谓“阳”，反之亦然，二者都是以对方的存在为自己存在的条件。阴和阳相依共存、不可分离而又单独存在，实际上二者又是互相支持、互相资生的。如人的身形与功能，身形属阴为生命活动的产生基础，功能属阳为身形的生命表现。

不难看出，阴和阳既是对立的，又是统一的；既互相制约，又互

相依存。阴阳之间对立而制约是相对的，阴阳两方面的统一而共存则是绝对的。因此，以阴阳说明的事物关系是一种辩证的关系，强调的是对立关系统一在整体之中，阴、阳只是统一的整体得以存在的活动方式，阴阳对立的结果不是胜制、消除对方，而是整体的统一和谐。

（二）说明事物的变化

阴阳学说认为，阴阳二者一直处于运动变化之中。事物表现出的不同状态是阴阳双方对立活动的表现和结果。阴阳对立的双方为维持平衡而发生的相互作用的过程，就体现为事物的运动。可以看出，阴和阳不是静止状态的对立，而是动态的对立，阴、阳通过各自的变化来维持阴阳相反相成的平衡关系，所以阴阳平衡是动态的平衡。阴阳活动异常而不能维持双方的平衡状态，则阴阳失衡，这就是事物的异常状态。

1. 量的消长 阴阳维持平衡的过程表现为阴和阳在量上的变化，量的变化形式决定于阴阳的既对立又统一的关系。具体形式可归纳为两种：

一是“此长彼长，此消彼消”。这是说阴阳之中，一方量的增长或减少，也使另一方量增长或减少，即阴长则阳也长，阴消则阳也消；反之亦然。这是因为阴阳互相依存、彼此促进。如人体的气血，气属阳、血属阴，气能生血，故补气可促血生，此为“阳长阴长”；气虚可致血虚而成气血两虚，此为“阳消阴消”。

一是“此长彼消，此消彼长”。这是说阴阳之中，一方量的减少或增长，反致另一方量的增长或减少，即阴消则阳长，阳消则阴长；反之亦然。这是因为阴阳具有相反而制约的关系。如一年四季的气候变化，由春而夏，寒气渐减，温热日增，此为“阴消阳长”；从秋到冬，热气递减，寒气日甚，此为“阳消阴长”。

阴和阳在其消长过程中是不平衡的，阴阳两方在量上的变化，都是为了维持阴阳统一体的自身性状，保持整体的稳态，所以消长的结果是达到相对的平衡。阴阳统一体总是处于不断自我平衡（调节）的动态之中，所以，阴阳统一体的平衡是动态的平衡。阴阳消长变化的程度（量），在保持整体稳定的范围和限度之内。因此，这种阴阳变化属于正常变化，是常态下的活动。

2. 质的转化 阴阳在一定条件下可发生性质的变化，这种变化是

各自向对方转化，即阴可转化为阳，阳可转化为阴。阴阳转化的内在原因，是由于阴阳具有相反而制约的关系，阴消则阳长，当消长到一定程度，阳明显偏胜（盛）于阴，超过了维持阴阳统一体平衡的变化范围，则阴变为阳，阴阳统一体就发生了质的变化。阴阳转化的过程，就是由量变到质变的过程，如一日中的昼夜转化。

理解阴阳转化要注意两点：一是阴阳相互转化的发生有一定的条件，这个条件使阴阳消长超过正常范围；二是对阴阳转化结果的理解，如阴变为阳，并非“阴”的方面完全消亡，而是“阳”的方面偏胜，由于“阴”的微弱，所以在整体上只显现为偏胜的“阳”。

三、阴阳学说在中医学中的运用

1. 说明人体组织结构的特性和关系 对人体自身的各个组成部分，古人用阴阳学说概括、说明其部位、位置特点和功能特点。对身体组织结构的阴阳划分，是根据所在位置、生理活动的性质，大体是在上在外为阳，在下在内为阴，如分布在肢体内侧的属阴脉，在肢体外侧的属阳脉（表1-1）。

表1-1 说明人体组织结构的特性和关系

划分依据		阳	阴	
部位	上下	身体上部	身体下部	
	内外	体表	体内	
	躯干	体表	肩背（后）	胸腹（前）
		体腔	膈以上 （胸腔的心、肺）	膈以下 （腹腔的肝、脾、肾）
	四肢	外侧 （下肢为外侧、后侧）	内侧	
功能	内脏	（六）腑	（五）脏	

须注意对身体的阴阳划分是相对的，阴阳之中可以再分阴阳，例如体表相对体内为阳，但是如果仅就体表而言，则肤、肌筋为阳，脉、骨、髓为阴。所以，区分身体的阴阳属性时，一定要先确定所相对的部位或范围。

2. 说明人体生理活动和病理活动

（1）说明生理活动：人体的生命活动，用阴阳学说来解释就是阴