

图解中医外治疗法系列

图解

拔罐

疗法

李戈◎主编

拔罐疗法是我国传统疗法的精华，安全可靠，无任何不良反应，而且方法简单，经济有效，适合任何人群操作，可以治病防病、强身健体。

化学工业出版社

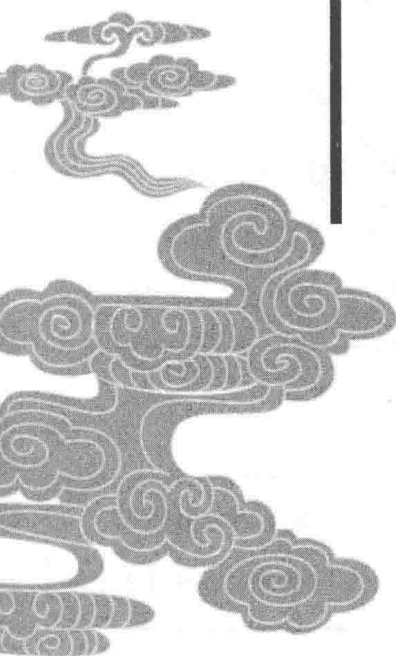
图解中医外治法系列

图解

拔罐

疗法

李戈◎主编



化学工业出版社

·北京·

本书的内容紧紧围绕中医养生、自我保健展开详尽的科学论述。用图文对照的形式对拔罐各种手法的动作要领和操作方法等内容进行描述,详细介绍了拔罐疗法基础知识、拔罐疗法与经络腧穴、拔罐保健、内科常见病拔罐疗法、外科常见病拔罐疗法、骨伤科常见病拔罐疗法、妇科常见病拔罐疗法、儿科常见病拔罐疗法、皮肤科常见病拔罐疗法、五官科常见病拔罐疗法、泌尿及生殖系统常见病拔罐疗法等内容。

本书适用于中医爱好者阅读,也是基层理疗科、康复科医务人员、保健服务行业的良好参考书。

图书在版编目(CIP)数据

图解拔罐疗法 / 李戈主编. -- 北京: 化学工业出版社, 2016.2

(图解中医外治疗法系列)

ISBN 978-7-122-26028-4

I. ①图… II. ①李… III. ①拔罐疗法-图解 IV. ①R244.3-64

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第005746号

责任编辑: 张 蕾
责任校对: 边 涛

装帧设计: 史利平

出版发行: 化学工业出版社(北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码100011)
印 装: 大厂聚鑫印刷有限责任公司
710mm×1000mm 1/16 印张17½ 字数317千字 2017年1月北京第1版第1次印刷

购书咨询: 010-64518888(传真: 010-64519686) 售后服务: 010-64518899
网 址: <http://www.cip.com.cn>
凡购买本书,如有缺损质量问题,本社销售中心负责调换。

定 价: 39.80元

版权所有 违者必究

编写人员名单

主 编 李 戈

副 主 编 李 丹 张银萍

编写人员 (按姓氏笔画排列)

刁银霞	王 红	王春乐	成育芳
齐洪月	许 洁	孙莉媛	李 戈
李 丹	李 凌	李思琪	李香香
杨 静	张 彤	张银萍	林悦先
金 莲	徐书婧	姜 媛	

前言

当今社会，人们共同关注的话题之一就是健康，越来越多的人开始寻求提高生存质量的方法，人们对保健知识的渴求越来越强烈，特别是非药物的保健方法，诸如刮痧、拔罐、按摩等深受广大人民群众的喜悦。因为自然的方法，能够激发人体的抗病修复潜能，但大多数读者不知如何操作。我们按照这个思路，将中国国粹——传统医学中的“中医外治疗法”部分进行整理归纳，以“用图说话”的方式，通过大量的图示配以文字说明逐步介绍传统疗法操作，此种方法从实用的角度出发，内容通俗易懂，科学实用，方法简便易行，操作性非常强，读者只要按照书中的方法和操作步骤，就能进行实践，做到“一看就会，会了就能用”。

拔罐疗法是中国传统医学宝库中一种特殊的治疗方法，是中华民族宝贵的文化遗产，在漫长的历史进程中，拔罐疗法以其操作简单、费用低廉、具有明显的保健作用、无不良反应等特点深受广大人民群众的喜悦，并得到了历史和现代医学的验证。拔罐疗法以罐为工具，利用燃烧、抽吸等方法排除罐内的空气，以造成负压，使罐吸附于穴位或拔罐的部位造成皮肤充血、瘀血或起疱等现象，从而促使拔罐部位经络通畅、气血旺盛，以达到防病治病的目的。笔者根据多年临床经验编写了《图解拔罐疗法》一书，其内容丰富，图文并茂，手把手教你家庭防病、治病、保健绝学。

本书的主要内容紧紧围绕中医养生、自我保健展开详尽的科学论述。用图文对照的形式对拔罐各种手法的动作要领和操作方法等内容进行描述，书中配备详尽的保健技法、自我养生、常见疾病的治疗等内容。适用于中医爱好者阅读，也是基层理疗科、康复科医务人员、保健服务行业的良好参考书。

由于笔者水平及掌握的资料有限，尽管尽心尽力，但疏漏及不当之处在所难免，敬请广大读者批评指正，以便及时修订与完善。

编者

2016年10月

第一章 拔罐疗法基础知识

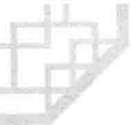
第一节	拔罐疗法中医作用机制	/2
第二节	拔罐疗法的现代医学理论	/3
第三节	拔罐疗法对诊病的意义	/4
第四节	拔罐疗法常用器具及辅助材料	/5
第五节	拔罐疗法常用体位	/9
第六节	拔罐疗法操作方法	/11
第七节	拔罐疗法操作程序	/22
第八节	拔罐疗法的时间控制	/24
第九节	拔罐疗法的适应证与禁忌证	/26
第十节	拔罐疗法注意事项	/27
第十一节	拔罐后常见反应	/28

第二章 拔罐疗法与经络腧穴

第一节	人体经络腧穴	/31
第二节	拔罐常用穴位	/41
第三节	拔罐的取穴原则	/55

第三章 拔罐保健

第一节	补肾壮阳	/58
第二节	健脾和胃	/58
第三节	益智健脑	/59
第四节	强身健体	/60
第五节	养心安神	/61



第六节	缓解疲劳	/63
第七节	滋肝明目	/64
第八节	提高免疫力	/65
第九节	增加活力	/66
第十节	祛除邪气	/67
第十一节	疏通经络	/68
第十二节	调补精血	/69
第十三节	亚健康调理	/70
第十四节	拔罐美容塑身	/78

第四章 内科常见病拔罐疗法

第一节	感冒	/83
第二节	头痛	/87
第三节	慢性支气管炎	/89
第四节	支气管哮喘	/91
第五节	肺炎	/94
第六节	高血压	/95
第七节	冠心病	/98
第八节	低血压	/100
第九节	贫血	/101
第十节	眩晕	/102
第十一节	惊悸	/103
第十二节	健忘	/104
第十三节	消化不良	/105
第十四节	厌食	/106
第十五节	慢性胃炎	/107

第十六节	胃下垂	/108
第十七节	胃痉挛	/111
第十八节	消化性溃疡	/111
第十九节	胃肠炎	/113
第二十节	肠易激综合征	/115
第二十一节	溃疡性结肠炎	/118
第二十二节	慢性阑尾炎	/119
第二十三节	神经性呕吐	/120
第二十四节	膈肌痉挛	/121
第二十五节	呃逆	/123
第二十六节	脂肪肝	/125
第二十七节	便秘	/126
第二十八节	腹痛	/128
第二十九节	腹胀	/130
第三十节	神经衰弱	/131
第三十一节	失眠	/133
第三十二节	面肌痉挛	/135
第三十三节	面神经麻痹	/136
第三十四节	多发性周围神经炎	/137
第三十五节	三叉神经痛	/139
第三十六节	糖尿病	/140
第三十七节	甲状腺功能亢进症	/141
第三十八节	甲状腺功能减退症	/142

第五章 外科常见病拔罐疗法

第一节	下肢静脉曲张	/145
-----	--------	------

第二节	血栓闭塞性脉管炎	/146
第三节	痔疮	/147
第四节	脱肛	/148
第五节	手术后肠粘连	/150

第六章 骨伤科常见病拔罐疗法

第一节	落枕	/153
第二节	肩周炎	/154
第三节	颈椎病	/155
第四节	腰椎间盘突出症	/158
第五节	慢性腰肌劳损	/159
第六节	急性腰扭伤	/161
第七节	坐骨神经痛	/162
第八节	梨状肌综合征	/164
第九节	股外侧皮神经炎	/165
第十节	肱骨外上髁炎	/167
第十一节	腱鞘囊肿	/168
第十二节	膝关节痛	/169
第十三节	跟痛症	/170
第十四节	肋软骨炎	/171
第十五节	强直性脊柱炎	/172

第七章 妇科常见病拔罐疗法

第一节	月经不调	/175
第二节	痛经	/176
第三节	崩漏	/177

第四节	闭经	/179
第五节	慢性盆腔炎	/180
第六节	带下病	/182
第七节	子宫脱垂	/184
第八节	乳腺炎	/186
第九节	乳腺增生	/187
第十节	妊娠呕吐	/189
第十一节	产后缺乳	/190
第十二节	产后腹痛	/192
第十三节	产后尿潴留	/193
第十四节	产后身痛	/195
第十五节	更年期综合征	/196

第八章 儿科常见病拔罐疗法

第一节	小儿肺炎	/199
第二节	小儿支气管炎	/200
第三节	小儿疳积	/201
第四节	小儿消化不良	/203
第五节	小儿腹泻	/204
第六节	小儿便秘	/206
第七节	小儿遗尿症	/207
第八节	小儿厌食症	/208

第九章 皮肤科常见病拔罐疗法

第一节	疔病	/211
第二节	湿疹	/212

第三节	荨麻疹	/213
第四节	带状疱疹	/215
第五节	皮肤瘙痒症	/216
第六节	雀斑	/217
第七节	黄褐斑	/218
第八节	痤疮	/220
第九节	银屑病	/221
第十节	神经性皮炎	/223
第十一节	脂溢性皮炎	/224
第十二节	玫瑰糠疹	/225
第十三节	酒糟鼻	/227
第十四节	斑秃	/228
第十五节	足癣	/229
第十六节	腋臭	/230
第十七节	丹毒	/231

第十章 五官科常见病拔罐疗法

第一节	牙痛	/233
第二节	复发性口腔溃疡	/234
第三节	扁桃体炎	/235
第四节	急性咽炎	/237
第五节	慢性咽炎	/238
第六节	鼻出血	/240
第七节	慢性鼻炎	/241
第八节	过敏性鼻炎	/242
第九节	鼻窦炎	/244

第十节	内耳眩晕病	/245
第十一节	耳鸣	/247
第十二节	晕动症	/248
第十三节	近视	/249
第十四节	睑腺炎	/251
第十五节	结膜炎	/253
第十六节	溢泪症	/254
第十七节	颞下颌关节功能紊乱综合征	/256

第十一章 泌尿及生殖系统常见病拔罐疗法

第一节	急性肾炎	/258
第二节	慢性肾炎	/259
第三节	泌尿系统感染	/260
第四节	泌尿系统结石	/261
第五节	前列腺炎	/262
第六节	尿潴留	/263
第七节	淋证	/264
第八节	男性功能障碍	/266
参考文献		/268

第一章

拔罐疗法 基础知识

第一节 拔罐疗法中医作用机制

中医认为，拔罐之所以能够祛病强身，总的来说是因为拔罐可以调节人体功能使其正常运行。比如，当人体的脏腑功能低弱时，就增强它们的功能，当人体的脏腑功能太过强大时，就削弱它们的功能。具体来说，拔罐疗法的作用机制主要包括以下几种。

一、平衡阴阳

中医认为，在正常情况下，人体内各种组织处于一种有机协调的状态下，这种状态可以称为阴阳平衡。当这种平衡被打破时，人体就会发生疾病，即通常所说的“阴盛则阳病，阳盛则阴病”。因此，要想不生病，就要协调阴阳，使之重新达到相对平衡的状态。而拔罐疗法之所以能够产生疗效，正是因为它能够通过吸拔经络穴位来调节某些脏器的功能，使人体内的阴阳得以重新达到平衡的状态。

二、疏通经络气血

中医认为，人体内存在着一个经络系统，它们纵横交错，遍布全身，将人体内外、脏腑等各个组织器官连接成一个有机整体，并借以运行周身气血，营养全身。当经络系统中的某一部分受到破坏时，那么整个系统即会受到影响，疾病因此产生。而拔罐疗法正是在经络气血凝滞或空虚时，通过对经络穴位的吸拔作用，引导经络中的气血输布，使衰弱的脏腑器官能够亢奋，恢复功能，从而赶走疾病。

三、祛湿散寒

拔罐不但有平衡人体阴阳、疏通经络气血的作用，而且能够祛风散寒、祛湿除邪。如清代著名医药学家赵学敏在其著作《本草纲目拾遗》中就提到，不用服药，只用火罐就可以治疗风寒头痛、风痹、腰痛等疾病。其作用原理是借助拔罐的吸力，将充斥在身体表面、经络穴位以及身体组织器官内部的风寒、瘀血、痰湿、脓血、热毒等外邪吸拔出来。这样，有关疾病自然就会痊愈。

第二节 拔罐疗法的现代医学理论

现代医学认为，拔罐疗法之所以能够治疗疾病，是因为它通过对皮肤表面的吸拔作用，对人体各部分器官形成了一定的刺激作用，从而改善了人体的新陈代谢及免疫能力。

一、机械刺激作用

拔罐时火罐吸拔在皮肤上，这种吸拔力能够使局部皮肤的毛细血管充血、破裂，破坏血管内的红细胞，使人体出现自身的溶血现象。吸拔力越大，这种溶血现象就越明显，反之则不明显。除此以外，这种吸拔力可以通过皮肤感受器、血管感受器等对大脑皮层形成刺激作用，并使之兴奋或者抑制。实验表明，当用轻而缓的手法拔罐时，可以使神经受到抑制；当用强而急的手法拔罐时，可以使神经得以兴奋。因此，拔罐正是通过对吸拔力大小的调节以及对吸拔部位的不同而调节整个人体的脏腑功能，并使之趋于平衡的。

二、温热刺激作用

在拔罐过程中，火罐中的温热刺激能够使局部皮肤的血管扩张，并促进其血液循环，加快新陈代谢，改善局部组织的营养状态，增强器官组织的活力。这些都对治疗疾病具有一定的作用和影响。

三、增强白细胞的吞噬能力

拔罐前后的实验表明，拔罐能够提高人体白细胞的吞噬能力。拔罐后白细胞略有增加，但数量并不显著，只是吞噬细胞的功能大大提高了。这一点就说明了，拔罐疗法可增强白细胞与单核吞噬系统的吞噬能力，从而增强人体的抗病能力。

四、消炎功能

拔罐疗法可以引起人体神经体液调节，可反射性地改善病变部位的血液循环和新陈代谢，促进病变组织的恢复及再生。火罐的吸拔力可改善局部血液循环，可迅速带走炎性渗出物与致痛因子，从而消除疼痛和肿胀。在吸拔火罐之后，局部的白细胞数量可轻微增多并且其吞噬能力也会得到很大提高，细菌和病毒会被快速吞噬，因此才会有消炎的作用。

第三节 拔罐疗法对诊病的意义

拔罐不但可以治病，而且对于判断疾病的性质和轻重程度也具有一定的帮助作用。

一、拔罐对诊病的意义

通过观察拔罐部位皮肤的变化就可以推断疾病的性质，下面举例进行说明。

若在拔罐处的皮肤上有轻微出血的现象，而且还有紫色块状出现，则说明皮下毛细血管可能已经受损，导致受损的原因可能是风疹、麻疹以及猩红热等疾病。此时就要做好相关疾病的检查和治疗工作。

在患者的肩井穴上拔罐后，若有紫色斑点出现，则很有可能是患有气郁型颈椎病；若紫斑颜色很深且伴有局部发热，则患者很可能是体内热毒炽盛；若没有紫斑出现且没有发热现象，那么患者很可能是气虚或阳虚。若拔罐后患者局部皮肤有轻微瘙痒或皮纹出现，则很有可能是受风引起的。

拔罐后，如果患者被吸拔部位的皮肤上有很多小水疱出现，那么就说明患者很有可能发生水肿。心脏病、肝脏病、肾脏病和内分泌系统疾病均有发生水肿的可能。所以这时患者要着重查明自身有无此类疾病。除此以外，营养不良以及某些寄生虫病也可能导致水肿。

二、拔罐对判断疾病轻重程度的意义

如果患者在每次拔罐治疗后，发现吸拔部位皮肤颜色逐渐变深，表示疾病在逐渐加重；如果发现吸拔部位皮肤颜色逐渐变浅，则表示疾病正在逐渐好转。据此说明，拔罐对判断疾病的轻重程度以及疾病是否正在好转是有一定的积极意义的。

第四节 拔罐疗法常用器具及辅助材料

一、罐具

(一) 角罐

角罐(图1-1)是用牛羊或兽角制成,顶端有孔,用来吸吮排气。角罐的制作材料“兽角”本身也是一种药材,具有清热解毒、活血化瘀之功效,但因取材及制作等困难,临床已很少使用,目前仅在我国边远山区和少数民族中仍有应用。一般不用做刺络拔罐。

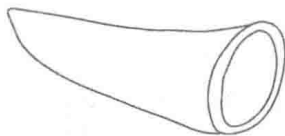


图1-1 角罐

(二) 竹罐

竹罐(图1-2)是用竹子制成的罐具。竹罐根据排气方法的不同在选购及制作时有所区别。竹制火罐因用火力排气,应选择老熟的竹材来制作。老熟的竹材质地坚实,经得起火烤而不变形、不漏气。竹制水罐,由于要用水或药液煮罐,蒸汽排气,要选择尚未老熟但也不青嫩的质地坚实的竹子制作。竹罐的优点是取材方便、制作简单、轻便耐用、携带方便、经济实惠、不易打破;缺点是容易干裂漏气,不透明,无法观察罐内皮肤的变化。



图1-2 竹罐

(三) 陶罐

陶罐(图1-3)是用陶土先做成罐坯然后烧制而成的,里外光滑、厚薄均匀的罐具,适用于火力排气法。其优点为造价低、吸拔力量大、易保管;缺点为较重、易破、携带不便,无法观察罐内皮肤的变化。