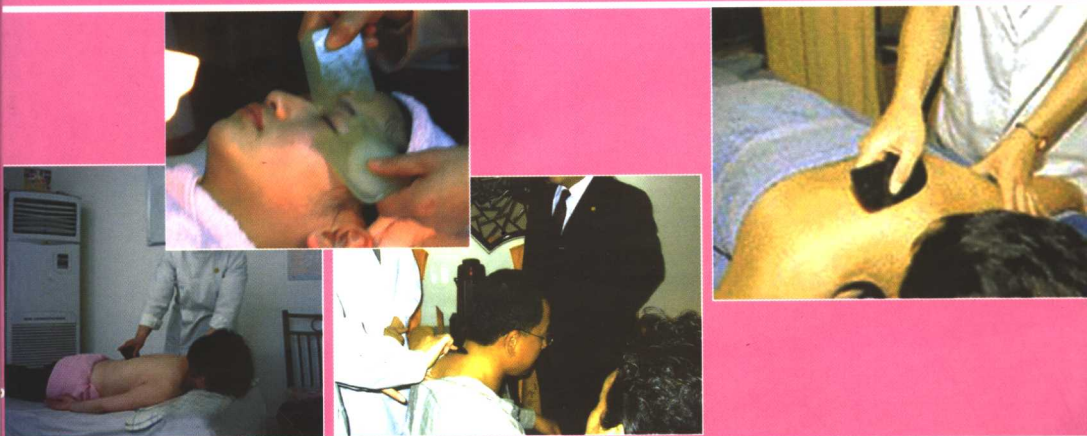


实用图示外治疗法丛书



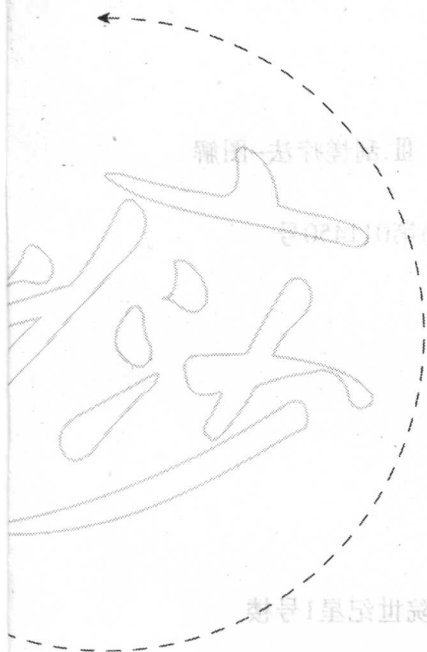
实用图示

编著◎胡玉玲 齐强 陈君
最新刮痧疗法随身工具书

刮痧疗法

學苑出版社

实用图示外治疗法丛书



实用图示 刮痧疗法

胡玉玲 齐强 陈君 编著

学苑出版社

图书在版编目(CIP)数据

实用图示刮痧疗法/胡玉玲 齐强 陈君 编著. - 北京:学苑出版社,2006.2

(实用图示外治疗法丛书)

ISBN 7-5077-2637-1

I.实… II.①胡… ②齐… ③陈… III.刮痧疗法-图解

IV.R244.4-64

中国版本图书馆CIP数据核字(2006)第011450号

责任编辑:陈 辉 邓达仁

封面设计:丁小华

出版发行:学苑出版社

社 址:北京市丰台区南方庄2号院世纪星1号楼

邮政编码:100079

网 址:www.book001.com

电子信箱:xueyuan@public.bta.net.cn

销售电话:010-67665515、67602949、67678944

经 销:新华书店

印 刷 厂:北京市广内印刷厂印刷

开本尺寸:880×1230 1/32

印 张:5.25

字 数:121千字

版 次:2006年1月北京第1版

印 次:2006年1月北京第1版

印 数:0001-4000册

定 价:10.00元

实用图示外治疗法

总 策 划：陈 辉

执行主编：齐 强

编委会成员：

马立侠 朱晓芳 刘 硕

张英明 张瑞贤 漆 浩

周 荣 林伟康 侯大勇

郑治清 霍雨佳

总序

《实用图示外治疗法丛书》包括《实用图示艾灸疗法》、《实用图示刺络疗法》、《实用图示点穴疗法》、《实用图示揉腹疗法》、《实用图示捏脊疗法》、《实用图示推背疗法》、《实用图示蜂蚁疗法》、《实用图示拔罐疗法》、《实用图示刮痧疗法》、《实用图示耳穴疗法》、《实用图示手穴疗法》、《实用图示头部按摩疗法》、《实用图示踩跷疗法》、《实用图示针刺疗法》、《实用图示按摩疗法》共15个分册。本丛书介绍的“外治疗法”吸收了传统医疗宝库中外治法及按摩术的精华,采取内病外治、外病外治的原理,立足于局部,调整于整体。以外治内的纯自然疗法,属于中医学“自然医学”的一部分,实践证明,“外治疗法”从男女老少不同的体质出发,从内外妇儿各种病症的病变特殊性入手,整体外治与局部按摩配套结合,在临床实践中有明显疗效。

本套丛书均采用手法示意图与文字相结

总序
Preface

合的体裁,文字简练,图示明晰,方法简便,形象直观,通俗易懂,易学易做,无论是各类专业医护人员、医学院校学生,还是一般的读者均可选择学习,掌握要领后使用。

本套丛书从实用的角度出发,介绍了包括人体八大系统常见的三百余种疾病的常用外治疗法,强调将局部按摩治疗与全身外治法结合运用,把人体传统穴位与临床实践证明行之有效的现代神经反射区域相结合,注重操作的简便性和有效性。但要说明的是:有些治疗手法可以在家庭中使用,如:揉腹疗法、刮痧疗法、按摩疗法、捏脊疗法、推背疗法等;而有些疗法则必须在专业人员的指导下使用或必须去医院由医生来施治,如:艾灸疗法、刺络疗法、拔罐疗法、头穴疗法、手穴疗法、耳穴疗法、点穴疗法,踩跷疗法、蜂蚁疗法、针刺疗法等,以免发生误治,造成不必要的伤害。

陈 辉

前言

刮痧是指通过手指、刮板或针具来开泄人体皮肤毛孔,刺激皮下毛细血管和神经末梢,振奋经络,开通腠理,流通气血,发挥各种正常调节功能,达到排除痧气病邪,祛病强身的一种保健治疗方法。

刮痧疗法的历史十分悠久。早在原始时期人们就以石头、木棍来擦刮皮肤。后来,产生了以药物刮拭皮肤的外治法,以及用苎麻刮治痧病的刮痧法。在汉代至明代的按摩法中,有许多方法都可以说包含了刮痧的内容,只是尚未正式称为刮痧而已。到了清代,由于对病邪的认识得到了进一步发展,因此人们将那些能够被人体吸入的秽浊之气称为痧气。刮痧疗法当时是专门用来治疗由于痧气引起的头晕、头痛、耳热倦怠、胸口气闷、肢酸乏力、上吐下泻等病证的。许多著作,如《串雅外编》、《松峰说疫》、《七十二痧症救治法》、《理瀹骈文》、《痧胀玉衡》等,均有刮痧疗法的记载,治痧甚至成了一个专门的分类疗病种类。自那之后,刮痧方法一直在民间为广大患者所采用。新中国成立后,特别是近十年来,刮痧疗法被运用到更广泛的区域,凡是由疫气、热气、邪气等不正之气侵袭人体,并

前言

Contents

引起人体内部局部或全身气血闭阻的病症,均可采用刮痧疗法。

刮痧疗法作为一种民间疗法,已受到医疗界的重视。为了帮助广大医护工作者、读者学习和了解刮痧疗法的内容及方法,我们编写了这本《实用图示刮痧疗法》。书中对于刮痧疗法的历史、治疗作用、适应范围、常用体位、取穴原则、操作步骤、基本要领作了详细的介绍。书中也对刮痧疗法过程中出现的不良反应和禁忌证作了论述。书中对于运用刮痧疗法治疗消化系统、呼吸系统、心血管系统、泌尿生殖系统、妇科、小儿科、关节疾病、五官科及其他病证共9类百余种疾病都有针对性的阐述。介绍的方法简单实用,十分适合家庭疾病的防治及个人养生保健治疗,也可以作为临床医生参考用书。

另外,必须说明的是,由于中医按摩学采取的是同身寸制,故书中所说的“寸”即患者自身中指第二关节的长度,一分为1/10同身寸,特此说明。

目 录

上 篇 刮痧疗法入门

一、刮痧疗法概述 /2

- (一) 刮痧疗法的分类 /2
- (二) 刮痧的机理 /2
- (三) 刮痧的常用体位、部位及方法 /3
- (四) 常见病刮痧取穴 /5
- (五) 刮痧的经络线路 /22
- (六) 人体的疾病与痧点 /30

二、刮痧疗法操作 /33

- (一) 刮痧疗法 /33
- (二) 提痧疗法 /46
- (三) 挑痧疗法 /49
- (四) 走罐刮痧法 /50

下 篇 刮痧祛病疗法

一、呼吸系统疾病 /56

- (一) 咽喉肿痛 /56
- (二) 咳 嗽 /57

- (三)咯 血 /58
(四)感 冒 /59
(五)慢性支气管炎 /60
(六)哮 喘 /60
(七)肺气肿 /61
(八)肺结核 /62
(九)结核性胸膜炎 /63
(十)渗出性胸膜炎 /63
(十一)矽肺 /64
(十二)胸腔积液 /65

二、消化系统疾病 /66

- (一)食管梗阻 /66
(二)消化不良 /66
(三)呃 逆 /68
(四)呕 吐 /69
(五)翻胃吐食 /70
(六)呕 血 /71
(七)胃 痛 /72
(八)胃下垂 /73
(九)幽门痉挛 /73
(十)慢性胃肠炎 /74
(十一)胃肠痉挛症 /75
(十二)胃及十二指肠溃疡 /76
(十三)肠 炎 /77
(十四)急性肠梗阻 /78
(十五)腹 胀 /78
(十六)腹 泻 /79
(十七)腹 痛 /81
(十八)肝肿大 /83
(十九)肝 炎 /84

- (二十)黄 疸 /84
- (二十一)肝硬化 /85
- (二十二)胆囊炎 /86
- (二十三)阑尾炎 /87
- (二十四)便 秘 /87
- (二十五)便 血 /88
- (二十六)痔 疮 /89
- (二十七)脱 肛 /89
- (二十八)痧 症 /90

三、心脑血管系统疾病 /91

- (一)风湿性心脏病 /91
- (二)病毒性心肌炎 /92
- (三)心内膜炎 /92
- (四)心肌缺血 /93
- (五)心绞痛 /94
- (六)高血压眩晕 /95
- (七)高血压脑卒中 /95
- (八)脑血管意外后遗症 /96

四、泌尿生殖系统疾病 /98

- (一)尿路感染 /98
- (二)小便不利 /99
- (三)尿 血 /100
- (四)肾 炎 /101
- (五)肾绞痛 /102
- (六)膀胱炎 /103
- (七)淋 症 /104
- (八)前列腺炎 /106
- (九)遗 精 /107

- (十)早 泄 /108
(十一)阴囊偏坠 /108
(十二)阴器上缩入腹 /109
(十三)阴囊水肿 /110

五、妇科疾病 /110

- (一)月经不调 /110
(二)妇女痛经 /111
(三)闭 经 /112
(四)带下病 /113
(五)妇女乳房肿块 /114
(六)妇女更年期综合征 /114
(七)子宫脱垂 /115
(八)子宫肌瘤 /116
(九)附件炎 /116
(十)妇女血崩 /117
(十一)不孕症 /118
(十二)妊娠恶阻 /119
(十三)妇女坐月当风 /120
(十四)难 产 /121
(十五)恶露不尽 /122

六、小儿科疾病 /123

- (一)小儿遗尿 /123
(二)小儿惊风 /123
(三)小儿疳积 /125
(四)小儿消化不良 /126

七、关节疾病与肌肉疼痛 /128

- (一)肩关节周围炎 /128

- (二)颈椎增生 /129
- (三)项背强直 /130
- (四)腰 痛 /131
- (五)髋关节周围炎 /132
- (六)腓肠肌痉挛 /133
- (七)风湿性关节炎 /133
- (八)类风湿关节炎 /136

八、五官科疾病 /138

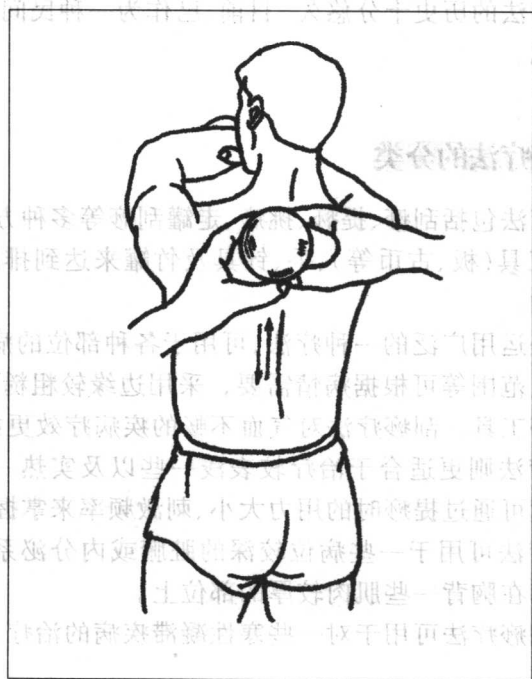
- (一)慢性咽炎 /138
- (二)扁桃体炎 /139
- (三)流清涎不止 /140
- (四)目视不明 /141
- (五)糖尿病眼底改变 /141
- (六)眼结膜炎 /142

九、其他疾病 /144

- (一)中 暑 /144
- (二)盗 汗 /144
- (三)高热、神昏 /145
- (四)胸肋痛 /146
- (五)癌 痛 /147
- (六)下颌淋巴结核 /149
- (七)腹膜炎 /150
- (八)糖尿病 /150
- (九)甲状腺功能亢进症 /152
- (十)丹 毒 /152
- (十一)疔 疮 /153
- (十二)运动疲劳症 /154

上篇

刮痧疗法入门



示意图示

卷一

类

刮痧疗法入门(一)

刮痧疗法入门(二)

刮痧疗法入门(三)

一、刮痧疗法概述

刮痧是指通过手指、刮板或针具来开泄人体皮肤毛孔,刺激皮下毛细血管和神经末梢,振奋经络,开通腠理,流通气血,发挥各种正常调节功能,达到排除痧气病邪,祛病强身的疗法。

刮痧疗法的历史十分悠久。目前,已作为一种民间疗法受到医疗界的重视。

(一) 刮痧疗法的分类

刮痧疗法包括刮痧、提痧、挑痧、走罐刮痧等多种方法。它们分别以刮痧工具(板、古币等)、手、针具及竹罐来达到排除痧气治疗疾病的目的。

刮痧是运用广泛的一种疗法,可用于各种部位的病症治疗,其刺激强度及范围等可根据病情需要,采用边缘较粗糙的或较圆滑的两种刮痧工具。刮痧疗法对气血不畅的疾病疗效更好一些。

提痧疗法则更适合于治疗较表浅一些以及实热一类的病症。提痧的强度可通过提痧时的用力大小、刺激频率来掌握。

挑痧疗法可用于一些病位较深的脏腑或内分泌系统疾病,施治的部位多在胸背一些肌肉较厚的部位上。

走罐刮痧疗法可用于对一些寒性凝滞疾病的治疗。

(二) 刮痧的机理

1. “痧”的意义

(1) 作为病邪的痧。即泛指由一切不正之秽浊邪气侵入人体、

闭塞孔窍、阻寒经脉、凝滞气血、扰乱脏腑、壅盛实热而导致的各种头晕头痛、耳热倦怠、胸口气闷、肢酸乏力、上吐下泻等病症。

(2)指病证的表现。这类疾病的表现多是体表出现各种红紫或紫黑的痧点或痧斑。此多为邪气闭阻未能外达的表现,可帮助诊断及治疗。

2.刮痧疗法的功能

从中医角度来看:①振奋人体经气及脏腑之气。②开泄毛孔腠理。③行气治血。④迫使痧气排出。⑤调整脾胃功能。

从现代医学来看,刮痧主要是通过刮痧手法刺激皮下毛细血管和神经末梢,使冲动传入中枢神经系统而产生兴奋,发挥其正常调节功能,亦可刺激局部毛细血管扩张,加强循环血流量,增强抵抗疾病的能力。

(三)刮痧的常用体位、部位及方法

1.俯卧位

(1)体位:患者俯卧在床上,有利于施术者刮取脊椎两旁、图1后背肋骨间隙、两腿弯、足跟肌腱等部位(图1)。



图1

(2)部位与方法

背面部(1区)——俯卧位刮痧。

脊椎两旁——刮痧、提痧、走罐、挑痧。

后背肋骨间隙——刮痧。

两腿弯——刮痧、提痧、挑痧。

足跟肌腱——刮痧。

2. 仰卧位

(1) 体位：患者仰卧在床上，暴露患者腹面及上肢内侧面，有利于施术者刮取患者胸腹部、腋下肝脾区、左右肘窝等部位(图2)。



图 2

(2) 部位与方法

正面部(2区)——仰卧位刮痧。

胸腹部——刮痧、提痧、走罐。

腋下肝脾区——刮痧、提痧。

左右肘窝——刮痧、提痧。

两腿由正面腹股沟至髌骨区——刮痧、提痧。

膝关节下至踝骨——刮痧、提痧、刮痧。

3. 侧卧位

(1) 体位：患者侧卧床上，有利于施术者刮取前胸肋骨间隙部位(图3)。



图 3