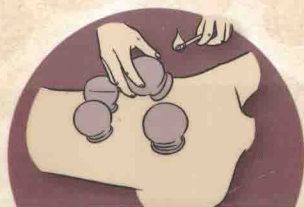


中医优势治疗技术丛书

◆ 总主编 周 然 张俊龙

# 拔罐

拔罐疗法是以罐等为工具，利用燃烧、加热、抽吸等方法排除罐内空气以产生负压，使其吸附于腧穴或应拔部位的体表，产生刺激，造成充血或瘀血，以达到调整机体功能，恢复生理状态，祛除疾病的一种外治法。



编著  
李 晓 亮



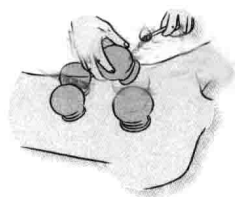
科学出版社

中医优势治疗技术丛书

◆ 总主编 周 然 张俊龙

# 拔 罐

编著 李晓亮



科学出版社

北 京

## 内 容 简 介

拔罐技术是中医独具特色的优势技术,具有简便易行、经济实用的特点。既可治疗疾病,又可强身保健。

本书力求重点突出,简便实用,主要介绍了拔罐技术的基本知识、操作方法及在常见疾病中的具体运用。本书图文并茂,深入浅出,适用广大基层针灸医生、针灸爱好者及家庭自疗者参考。

### 图书在版编目(CIP)数据

拔罐 / 李晓亮编著. —北京: 科学出版社, 2014. 4  
(中医优势治疗技术丛书 / 周 然, 张俊龙总主编)

ISBN 978-7-03-040148-9

I. 拔… II. 李… III. 拔罐疗法 IV. R244.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 045405 号

责任编辑: 鲍 燕 陈 伟 曹丽英 / 责任校对: 钟 洋

责任印制: 肖 兴 / 封面设计: 王 浩

**科学出版社 出版**

北京东黄城根北街 16 号

邮政编码: 100717

<http://www.sciencep.com>

**新科印刷有限公司 印刷**

科学出版社发行 各地新华书店经销

\*

2014 年 4 月第 一 版 开本: B5 (720×1000)

2014 年 4 月第一次印刷 印张: 8 1/2

字数: 153 000

**定价: 32.00 元**

(如有印装质量问题, 我社负责调换)

# 《中医优势治疗技术丛书》

## 总编委会

总主编 周 然 张俊龙  
副总主编 张 波 冀来喜 郭 蕾  
施怀生 田岳凤 赵建平  
雷 鸣

成 员 (按姓氏笔画排序)

|     |     |     |     |     |
|-----|-----|-----|-----|-----|
| 于晓强 | 王 军 | 王玉壁 | 王海军 | 韦 玲 |
| 毋桂花 | 成金枝 | 乔之龙 | 乔云英 | 任剑锋 |
| 刘 宁 | 闫川慧 | 关 芳 | 许凯霞 | 芦 玥 |
| 李 莉 | 李 蕾 | 李希贤 | 李建仲 | 李钦青 |
| 李晓亮 | 杨俊刚 | 吴秋玲 | 张卫东 | 张天生 |
| 张斌仁 | 陈筱云 | 武峻艳 | 金晓飞 | 孟立强 |
| 赵 琼 | 侯玉铎 | 贺文彬 | 贺振中 | 袁 叶 |
| 柴金苗 | 高海宁 | 曹玉霞 | 葛惠玲 | 韩国伟 |
| 程艳婷 | 焦黎明 | 窦志芳 | 樊凯芳 |     |

# 总 前 言

中医学历经几千年的发展，形成了独特的理论体系和完善的治疗技术体系。其治疗技术体系大体为分两类，一为遣方用药。它被作为中医治疗疾病的主体方法。时至今日，我们中医临床工作者诊疗疾病多处方开药，人民群众也多选择服用汤丸膏散等内服药物祛病疗疾。概因理法方药为中医辨证论治体系的高度概括。二为中医优势技术。翻开一部中医学的发展简史，我们不难看到，人们在经历了长期的无数次实践以后，早在新石器时代，就已经会运用针法、灸法、按摩术、止血法这些原始的、朴素的、简单的医疗技术。从砭石到九针，从针刺到药物贴敷，从神农尝百草到丸散膏丹汤饮酒露的制剂技术，从推拿正骨手法到小夹板的应用，这些都是时代的创造、医家的发明，都是当时社会发展条件下的医学领域的领先技术。经过历代医家的不懈努力和探索，这些技术内容丰富、范围广泛、历史悠久，体现了其临床疗效确切、预防保健作用独特、治疗方式灵活、费用比较低廉的特点，传承着中医学的精髓和特色。

这些优势技术或散见于民间，或零散于古籍记录，或濒临失传，面临着传承和弘扬的两大难题。2009年，国务院出台的《关于扶持和促进中医药事业发展的若干意见》中就强调指出：“老中医药专家很多学术思想和经验得不到传承，一些特色诊疗技术、方法濒临失传，中医药理论和技术方法创新不足。”也有专家痛心疾首地指出，“近年来，中医药特色优势淡化，手法复位、小夹板等‘简、便、验、廉’的诊疗手段逐渐消失或失传。”由此可见，传承、发展并不断创新中医技术迫在眉睫、刻不容缓。

近年来的医改实践证明，中医药在满足群众医疗保健需求、减缓医药费用上涨、减轻患者和医保负担等方面发挥了很好的作用，缓解了群众看病就医问题，放大了医改的惠民效果。人民群众对中医药感情深厚、高度

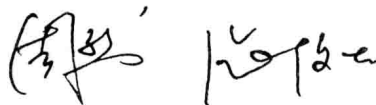


信赖，中医药作为一种文化已经深深地渗入中国百姓的日常生活当中。中医的一些技术特别是非药物方法，普通百姓易于接受、也易于掌握使用，可获得性强，适用于广大人民群众养生保健和疾病治疗，很多人自觉不自觉地运用中医药的理念和优势技术进行养身健体、防治疾病。

传承和发展中医药技术是每一名中医药人的使命担当。正如国医大师邓铁涛教授所说：“中医之振兴，有赖于新技术革命；中医之飞跃发展，又将推动世界新技术革命”。我们山西中医学院将学科发展的主攻方向紧紧锁定中医药技术创新，不断深化学科内涵建设，凝练学科研究方向，组建优势技术创新研发团队，致力于中医药技术的研究、开发、规范制定和应用推广，以期推动中医药技术的创新和革命，为人民群众提供更多的中医药技术储备和技术应用。

因此，我们组织既有丰富临床经验，又有较高理论素养的专家学者，编写了这套《中医优势治疗技术丛书》。丛书以中医优势治疗技术为主线，依据西医或中医的疾病分类方法，选取临床上常见病、多发病为研究对象，突出每一种优势技术在针对这些常见病、多发病治疗时的操作规程，旨在突出每一项技术在临床实践中的知识性、实用性和科学性。

这套丛书既是国家“十二五”科技支撑计划分课题“基层卫生适宜技术标准体系和评估体系的构建及信息平台建设研究和示范应用”、国家中医药管理局重点学科“中医治疗技术工程学”和山西省特色重点学科“中医学优势治疗技术创新研究”的阶段性研究成果，也是我们深入挖掘、整理中医药技术的初步探索，希望能够指导基层医疗卫生机构和技术人员临床操作，方便中医药技术爱好者和家庭自疗者参考使用。



2014年3月

# 目 录

## 上篇 拔罐技术概论

|                      |      |
|----------------------|------|
| 1 拔罐技术的学术源流 .....    | (2)  |
| 2 拔罐技术的基本原理 .....    | (4)  |
| 3 拔罐的器具制备 .....      | (7)  |
| 4 拔罐操作的技术规范 .....    | (11) |
| 5 拔罐技术的操作规程 .....    | (20) |
| 6 拔罐技术的适应证与禁忌证 ..... | (24) |
| 7 拔罐技术的优势与注意事项 ..... | (26) |
| 8 拔罐技术的反应及处理 .....   | (30) |

## 下篇 拔罐技术的临床应用

|                |      |
|----------------|------|
| 1 感冒 .....     | (34) |
| 2 慢性支气管炎 ..... | (39) |
| 3 哮喘 .....     | (43) |
| 4 失眠 .....     | (47) |
| 5 高血压 .....    | (51) |
| 6 心悸 .....     | (55) |
| 7 胸痹心痛 .....   | (58) |
| 8 头痛 .....     | (61) |
| 9 三叉神经痛 .....  | (65) |
| 10 胃痛 .....    | (67) |
| 11 腹痛 .....    | (70) |
| 12 糖尿病 .....   | (72) |
| 13 中风 .....    | (76) |
| 14 落枕 .....    | (79) |
| 15 颈椎病 .....   | (82) |
| 16 肩周炎 .....   | (85) |



|    |               |       |
|----|---------------|-------|
| 17 | 类风湿关节炎 .....  | (88)  |
| 18 | 腰肌劳损 .....    | (90)  |
| 19 | 腰椎间盘突出症 ..... | (92)  |
| 20 | 急性腰扭伤 .....   | (95)  |
| 21 | 荨麻疹 .....     | (97)  |
| 22 | 银屑病 .....     | (99)  |
| 23 | 带状疱疹.....     | (102) |
| 24 | 神经性皮炎.....    | (105) |
| 25 | 急性淋巴管炎.....   | (107) |
| 26 | 腱鞘囊肿.....     | (109) |
| 27 | 乳腺增生.....     | (111) |
| 28 | 鼻窦炎.....      | (114) |
| 29 | 便秘.....       | (117) |
| 30 | 痛经.....       | (120) |
| 31 | 小儿腹泻.....     | (123) |
| 32 | 小儿疳积.....     | (125) |



上

篇

拔罐技术概论



# 1 拔罐技术的学术源流

## 1.1 拔罐的定义

拔罐疗法是以罐等为工具，利用燃烧、加热、抽吸等方法排除罐内空气以产生负压，使其吸附于腧穴或应拔部位的体表，产生刺激，造成充血或瘀血，以达到调整机体功能，恢复生理状态，祛除疾病的一种外治法。具有温经散寒、行气活血、止痛消肿、拔毒排脓等功效。

## 1.2 拔罐技术的历史沿革

拔罐疗法是劳动人民在长期的生活和实践中逐渐总结和发展起来的，古称“角法”，这是因为远古时代人们是应用牲畜的角（如牛角、羊角等）磨成有孔的筒状，刺破痈肿后以角吸除脓血的。成书于春秋战国时期的《五十二病方》就已经有了关于角法治病的记述：“牡痔居窍旁，大者如枣，小者如核者，方以小角角之，如孰（熟）二斗米顷，而张角”。其中“以小角角之”，即指用小兽角吸拔。晋代医家葛洪《肘后备急方》中有以制成罐状的兽角拔脓血治疗疮疡脓肿的记载。唐代王焘《外台秘要》进一步阐述了角法的应用：“取三指大青竹筒，长寸半，一头留节，无节头削令薄似剑，煮此筒数沸，及热出筒，笼墨点处按之，良久，以刀弹破所角处，又煮筒子重角之，当出黄白赤水，次有脓出，……数数如此角之，令恶物出尽，乃即除，当目明身轻也”。北宋《苏沈良方》记载了用火排气法拔竹罐治疗久嗽的方法，表明宋代拔罐法的适应证已扩大到内科疾病，由于采用竹筒为罐具，又称“筒术”、“拔筒术”。

清代医家赵学敏在《本草纲目拾遗》中，对用火排气法拔陶瓷罐的出处、形状、适应病证、操作方法及使用优点等均作了详细介绍，如“火罐，江右及闽中皆有之，系窑户烧售。小如人大指，腹大两头微狭，使促口以受火气。凡患一切风寒，皆用此罐。以小纸烧见焰，投入罐中，即将罐合于患处。或头痛则合在太阳、脑户或巅顶；腹痛合在脐上。罐得火气合于肉，即牢不可脱，须待其自落。患者但觉一股暖气从毛孔透入，少倾火力尽则自落。肉上起红晕，罐中有气水出。风寒尽出，不必服药。治风寒头痛及眩晕、风痹、腹痛等”。清代吴谦在

《医宗金鉴·外科心法要诀》中记载了拔罐配合中药、针刺治疗痈疽阴证的方法及对预后的预测，并附有煮竹罐的中药处方及具体操作方法。

近百年来，随着社会的发展、科学技术的进步，拔罐疗法在广大人民尤其是医务工作者的挖掘、整理、验证、总结和提高下，得到了飞速发展。如在用具方面，已由古代的兽角、竹筒、陶罐，发展为金属罐、玻璃罐、抽气罐、挤压罐，乃至电拔罐、经穴电动拔罐治疗仪等现代装置；在操作方面，已由燃火排气、煮水排气，发展为抽气筒排气、挤压排气及电动抽气等等（以燃火排气吸拔的称“火罐”，以水煮排气吸拔的称“水罐”，以抽气法排气的称“抽气罐”）；在操作方式方面，已由单纯地拔罐，发展为走罐（推罐）、闪罐、按摩拔罐及至配合电针、红外线及各种现代理疗设备等；在临床应用方面，也由单纯地吸拔脓血，发展为治疗包括内、外、妇、儿、骨伤、皮肤、五官等科的上百种疾病，成为临床治疗中常用的一种方法。还有人将拔罐疗法与现代实验室检查法结合起来，用于某些疾病的诊断和鉴别诊断。此外，像现代理疗中的局部负压疗法及气压疗法，也是古代角法的发展和演变。

拔罐疗法不仅在我国城乡深受群众欢迎，而且在印度、法国、日本、希腊、俄罗斯等国家也得到广泛应用。俄罗斯称拔罐疗法为“瘀血疗法”，法国称为“杯术”，日本称为“真空净血法”。非洲大陆至今还有不少民间医生在沿用兽角拔罐法。

拔罐疗法入门容易，具有操作简便、易于掌握、器具经济、疗效迅速、使用安全、无副作用等优点，可广泛地运用于内、外、妇、儿、骨伤、皮肤、五官等科疾病的治疗，为广大医务工作者及民间所习用。因此它是一种值得推广和加以研究提高的传统医疗方法。

## 2 拔罐技术的基本原理

### 2.1 中医理论原理

#### (1) 平衡阴阳

中医学认为，人体的生理活动，都可以用阴阳来概括说明。人体的正常生命活动，是阴阳两个方面保持着对立统一的协调关系，处于动态平衡的结果。如果由于某种内在的或外在的因素使得人体内的这种平衡遭到破坏，就会使机体发生疾病。由此可见机体本身的阴阳失调是疾病产生的根本原因。因此，调理阴阳，恢复其在机体内的相对平衡，就成为治疗的关键。

拔罐疗法调整阴阳的作用，一方面是通过经络腧穴的配伍作用，另一方面是通过与其他疗法的配合应用来实现的。例如拔关元穴可温阳祛寒，拔大椎穴可清泄阳热；也如拔火罐可以散寒，刺络拔罐可以清热。诸如此类，拔罐通过对机体的良性刺激，再依靠人体自控调节系统的传达与调节，从而起到调节阴阳，使机体偏盛、偏衰的阴阳得以纠正，恢复平衡，恢复健康。

#### (2) 扶正祛邪

中医学认为，疾病的过程是邪气作用于机体的损害与正气抗损害之间的矛盾斗争过程。正气对邪气具有抗御、免疫、修复、调节等作用，邪气对机体具有感染侵袭、损伤形质、障碍机能等各种致病作用，如外感六淫邪气、内伤痰饮、瘀血及外伤跌仆损伤等。如病邪被及时抗御消除，“阴平阳秘”的生理状态得以保持，则不发病，这即是“正能胜邪”。反之，病邪不能及时消除，机体的平衡协调状态遭到破坏，即“邪胜正负”，则发病。正邪双方强弱消长的变化，关系着疾病的进退，如果正气增长，邪气衰减，正能胜邪而病愈；若邪气增长，正气衰退，正不胜邪而病情发展恶化。随着邪正双方的变化，疾病表现出两种不同的病机和证候。在临床治疗疾病时，应按照“实则泻之，虚则补之”的治疗原则进行，祛除邪气，扶其正气，或根据病情攻补兼施，或先补后攻。而拔罐疗法作用之一，就是祛除机体内的各种邪气，使邪去正安，同时还有扶助正气的作用。例如：带状疱疹可在水疱及疼痛局部（阿是穴）拔罐，使病邪除，气血得以正常运行，病灶部位的经络得以濡润而使病痛得愈。临床实践证明，刺络拔罐法祛邪作用最佳。

### (3) 疏通经络, 宣通气血

经络, 是经脉和络脉的总称, 是运行全身气血, 联络脏腑形体官窍, 沟通上下内外, 感应传导信息的通路系统, 是人体结构的重要组成部分。气血是人体生命活动的物质基础, 通过经络, 血脉对人体起到濡养、推动、温煦的作用, 当出现经络的运行不畅或气血的偏衰、偏盛时, 人体就会发生疾病。可见经络气血失调是疾病产生的一个重要致病因素。拔罐疗法根据经络与相关脏腑在生理、病理上相互影响的原理, 通过对腧穴的吸拔作用, 在脏腑、经络气血凝滞或脉络空虚时, 引导经络之气往来输布, 鼓动经脉气血, 濡养脏腑、组织, 鼓舞正气, 加强机体祛除病邪能力, 从而使疾病得以祛除。

### (4) 活血散瘀, 消肿止痛

拔罐疗法通过对腧穴局部的负压吸附作用, 使体表组织产生充血、瘀血等变化, 改善血液循环, 使经络气血通畅, 则瘀血化散。对局部组织来说, 可以消肿止痛。

### (5) 除湿逐寒, 托毒排脓, 缓解症状

由于拔罐疗法的负压吸附作用, 不仅可以吸出肌肉、血脉中的风寒湿气, 达到祛风散寒除湿的作用, 更可使毒气郁结、恶血瘀滞之症, 毒血吸出, 瘀阻消散, 托毒排脓, 改善症状。

## 2.2 现代医学原理

国内外学者通过大量的临床观察, 并借助现代科学技术手段, 深入研究后, 认为拔罐疗法的治疗原理, 大致可归纳为以下几个方面。

### (1) 机械作用

拔罐疗法是一种刺激疗法, 在拔罐时, 由于罐内形成负压, 具有相应的吸引力, 从而使局部组织高度充血, 红细胞破裂, 表面瘀血, 大量的血红蛋白释出, 出现自身溶血现象, 随即产生一种类组胺的物质, 随体液周流全身, 刺激各个器官, 增强其功能活动, 提高机体的抵抗力。

### (2) 温热作用

拔罐疗法对局部皮肤有温热刺激作用, 尤以火罐、水罐、药罐最明显。温热刺激能使局部血管扩张, 促进局部血液循环, 加强新陈代谢, 使机体内的废物、毒素加速排除, 改变局部组织的营养状态, 增强血管壁的通透性, 增强白细胞及网状内皮细胞的吞噬能力, 从而促使疾病好转。

### (3) 调节作用

此项作用是建立在前两种作用基础上的。首先是对神经系统的调节作用。即

由于拔罐的机械刺激，局部出现自身溶血现象，随即释放组胺和5-羟色胺等物质，通过神经-内分泌调节，引起局部和全身的应激反应，加强局部血流流动，改善全身血液循环。其次是调节局部循环，提高新陈代谢。拔罐疗法可调整微循环功能，促进局部血液循环加强，从而调节新陈代谢，改变局部组织营养，而且还能使淋巴循环加强，淋巴细胞的吞噬能力活跃，增强机体抵抗力，从而达到消除疾病，恢复身体各部的正常功能。另外，在拔罐疗法中有限度放血是一种良性刺激，其可以反射性调节使血管运动恢复正常，促进病变组织修复，最终能够提高机体免疫力，治疗疾病，保健强身。

## 3 拔罐的器具制备

### 3.1 常用的罐具

罐的种类繁多，从古代的兽角罐开始，逐渐发展为竹筒、陶瓷罐、金属罐、玻璃罐、塑料罐、橡胶罐，乃至电拔罐、经穴电动拔罐治疗仪等现代装置。目前最常用的有竹罐、陶瓷罐、玻璃罐等，很多医疗仪器店及药店有售。

#### (1) 兽角罐

兽角罐是以牲畜的角制成罐筒，多选用牛角、羊角制成，顶端磨成小孔，供排气用，为了不伤皮肤，底部角口磨平，使用时将兽角罐的罐口紧按在应拔皮肤上，用嘴吮吸其顶部的开口以形成负压，然后用半融的蜡或湿面团封闭。兽角罐是最古老的拔罐工具。目前，云南、贵州等地，仍有人用兽角拔罐。见图1。

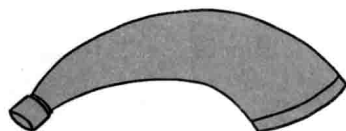


图1 牛角罐

#### (2) 玻璃罐

玻璃罐是用耐热玻璃烧制而成，形如笆斗，肚大口小，口边外翻，用于火力排气法。优点是质地清晰透明，便于拔罐时在罐外直接观察局部皮肤的变化，由于可掌握出血量的多少，特别适用于刺络拔罐法。缺点是容易破碎、导热快。在医疗单位这种罐应用最多。此外，凡是口小且光滑、腔大、有吸附力的玻璃器皿均可以代替火罐应用。见图2。

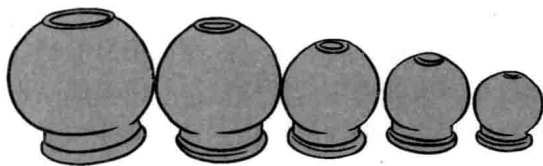


图2 玻璃罐

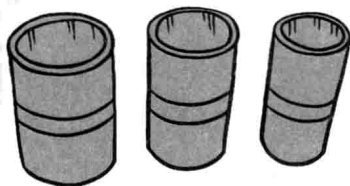


图3 竹罐

### (3) 竹罐

竹罐用竹子制成，材料为坚固的细毛竹截成圆筒，一端留节为底，一端为罐口，中段略粗，两端略细，呈腰鼓状。其优点是取材容易，制作简便，轻巧价廉，不易损坏，且也可药熏，在南方多采用之。缺点是易燥裂漏气不易观察皮肤的变化。见图3。

### (4) 陶瓷罐

陶瓷罐为陶罐和瓷罐的统称，一般不严格区分。多是用陶土烧制而成，大小不等，口底平，中间略向外展，形如瓷鼓。用于火力排气法。优点是价格低廉，吸附力大，缺点是质重易碎，无法观察罐内皮肤的变化。在北方农村应用较普遍。见图4。

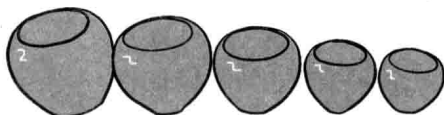


图4 陶瓷罐

### (5) 挤气罐

挤气拔罐常见的有组合式和组装式两种。组合式是由玻璃喇叭筒的细头端套一橡皮球囊构成；组装式是装有开关的橡皮囊和橡皮管与玻璃或透明工程塑料罐连接而成。其优点是不用点火，不会烫伤，使用安全，方法简便，罐口光滑，便于观察。见图5。

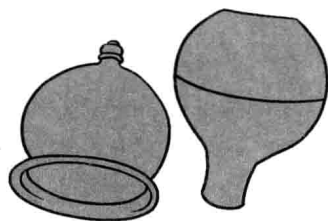


图5 挤气罐

### (6) 抽气罐

抽气罐常用青、链霉素药瓶，将瓶底磨掉制成平滑的罐口，瓶口处的橡皮塞应保持完整，留作抽气用；医药商店的器械柜也有出售成品真空枪抽气罐，它是有机玻璃或透明工程塑料制成，形如吊钟，上置活塞便于抽气。其优点是不用点火，不会烫伤，使用安全，可随意调节罐内负压，控制吸力，便于观察等。它是家庭最适用的抽气拔罐。见图6。

### (7) 金属罐

金属罐多以铜、铁、铝制成，状如竹罐。其优点是不易破碎，消毒便利。缺点是导热过快，成本价高，无法观察吸拔部位皮肤变化，故而现已很少应用。



### (8) 复合罐具

随着科学的发展,罐具配用治疗仪者越来越多。如罐内安装刺血器,也可在拔罐时接通电源,增加拔罐的温热效应,称为电热罐。另外,还有将红外线治疗仪、紫外线灯管、激光发生器、磁铁等放入罐内,形成红外线罐、紫外线罐、激光罐、磁疗罐等。



图6 抽气罐

## 3.2 辅助材料

### 3.2.1 燃料

火罐是以火热作为排气手段的,常用的燃料有乙醇棉球和纸片。①乙醇棉球:常选用蘸有75%~95%乙醇溶液的棉球,在家庭拔罐无乙醇时,也可以用高度数的白酒代替。乙醇作为燃料具有热能高、火力旺,能迅速排出罐内空气,负压大,吸附力强等特点,当盖罐后火便速灭,不易烫伤皮肤。②纸片:纸片是拔罐较为常用的燃料,在应用中应该选择质薄易燃纸,而不选择厚硬及带色纸,因其燃点低,热力不足,影响排气,如有不慎,还会出现结炭坠落而烫伤皮肤,故一般不宜选用。

### 3.2.2 消毒清洁用品

乙醇脱脂棉球是常用的消毒清洁用品。拔罐前常用其清洁皮肤、消毒罐具,拔罐时用以燃火、排气。

### 3.2.3 针具

在拔罐治疗时,有时需要针罐、刺血罐等,所以有时需要准备毫针、三棱针、皮肤针等。



图7 毫针

#### (1) 毫针 (图7)

毫针古代“九针”之一,可用18号不锈钢丝制成,长短不一。用于刺血疗法的毫针,一般以1寸左右即可,适用于小儿及虚性病人。