

张瑞贤 编著

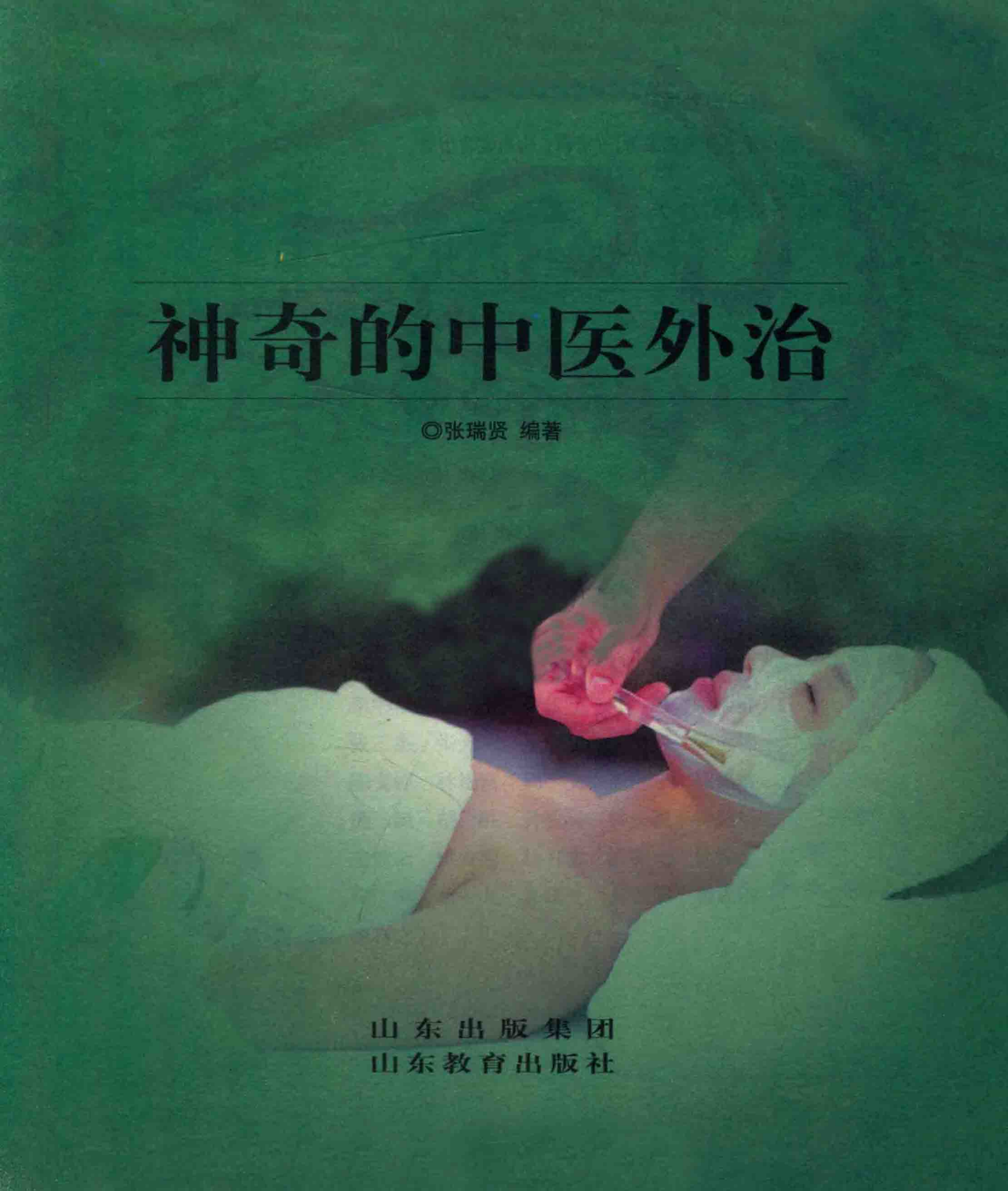
# 神奇的中 医外治



山东出版集团  
山东教育出版社

# 神奇的中医外治

◎张瑞贤 编著

A person is lying down, their face covered with a white cloth. A hand is holding a traditional Chinese medicine tool, possibly a needle or a small instrument, near the person's mouth. The background is a dark, textured green.

山东出版集团  
山东教育出版社

**图书在版编目(CIP)数据**

神奇的中医外治 / 张瑞贤编著. — 济南: 山东教育出版社, 2009

(中华文化丛书)

ISBN 978-7-5328-6225-2

I. 神… II. 张… III. 外治法 IV. R244

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第062259号

中华文化  丛书  
ZHONGHUA WENHUA CONGSHU

编辑工作委员会

主任：陈宗兴 许力以 周 谊 张新建  
副主任：卢祥之 常振国 李汉秋 余瀛鳌 林 菁  
编 委：（按姓氏笔画排序）  
丁双平 王兆成 王丽娜 王宏芬 王坤宁  
石 湾 朱法元 刘 锋 刘昭东 关永礼  
汤东宁 孙永大 杨 宗 杨虚杰 杨德华  
李书祯 吴 越 余传隆 邹 健 宋培贤  
张三杰 张天明 张丽生 张登科 陈 锦  
陈文祥 林祝富 周 文 周凯宁 周锡培  
庞 毅 胡 胜 钟少异 钟永诚 钟健华  
姜钦云 洪安南 姚有志 姚秀元 姚振生  
高 赛 黄一九 龚曙光 董芳明 曾成钢  
总 策 划：卢祥之

## 致读者

中华文化是世界上最古老的文化之一，也是中华民族智慧的结晶。它丰富的内涵，不仅充分表现出以华夏文化为中心的统一性，而且有着非常明显的多民族特点。中华文化的统一性，在中国历史上的任何时刻，即使是在多次的政治纷乱、社会动荡中，都未曾被分裂和瓦解过；它的民族性则表现在中国广袤疆域上所形成的多元化的区域文化和民族文化。而在悠久历史长河中，随着中外文化交流的频繁，中华文化又吸收了许多外来的优秀文化。它的辉煌体现在哲学、宗教、文学、艺术里，它的魅力涵盖在中医、饮食、民俗、建筑中。数千年来，它不仅滋养着炎黄子孙，而且对世界其他地区的历史与文化产生了重要的影响。

在进入 21 世纪的今天，越来越多的人对中华文化产生了浓厚的兴趣。许多国家兴起了学汉语热，来中国的外国留学生也以每年近万人的速度递增。近年来，一些国家还相继举办了“中国文化节”，更多的外国朋友愿意了解、认识古老又现代的中国。

为了展示中华民族的优秀文化，促进中华文化与世界各国文化之间的交流，我们策划、编撰了这套“中华文化丛书”（外文版名称“龙文化：走近中国”）。整套丛书用中文、英文、法文、日文、德文、西班牙文，向中外读者展现了中华文化的丰富内涵。在来自不同领域的百余位专家、学者的笔下，这些绚丽的中华文化元素得到了更细腻、更生动、更详尽、更有趣的诠释。

整套丛书共分 36 册，从《华夏文明五千年》述说中国悠久的历史开始，通过《孔子》、《孙子的战争智慧》、《中国古代哲学》、《科举与书院》、《中国佛教与道教》，阐述中华民族精神文化的不同基因与思

想、哲学发展的脉络；通过《中国神话与传说》、《汉字与书法艺术》、《古典小说》、《古代诗歌》、《京剧的魅力》，品味中国文学从远古走来一路闪烁的艺术与光芒；通过《中国绘画》、《中国陶瓷》、《玉石珍宝》、《多彩服饰》、《中国古钱币》，展示中国古代艺术的绚烂与多姿；通过《长城》、《古民居》、《古典园林》、《寺·塔·亭》、《中国古桥》，回眸中国古代建筑史上的璀璨与辉煌；通过《民俗风韵》、《中国姓氏文化》、《中国家族文化》、《玩具与民间工艺》、《中华节日》，追溯中国传统礼仪、民俗文化的起源与发展；通过《中医中药》、《神奇的中医外治》、《中华养生》、《中医针灸》，领略中国传统医学的博大与精深；通过《中国酒文化》、《中华茶道》、《中国功夫》、《饮食与文化》，解读中国人“治未病”的思想与延年益寿的养生方法；通过《发明与发现》、《中外文化交流》，介绍中国科技发展的渊源与国际交流合作之路。

这套丛书真实地展现了中华文化的方方面面，作者以通俗生动的语言，在不长的篇幅内，图文并茂地讲述了丰富的历史、故事、传说、趣闻，突出知识性、可读性和趣味性，兼顾多国读者的阅读习惯，很适合对中华文化有兴趣的中外大众读者阅读。

参加本套丛书外文版翻译工作的人士，大都是多年生活在海外的华人学者，校译者多为各国的相关学者。在本套丛书出版之际，谨向这些热心参与本项工作的中外人士致以崇高的敬意和感谢。

本套丛书由中国山东教育出版社、中国百花洲文艺出版社和中国湖南科学技术出版社联合出版。2009年9月，中国将作为主宾国，参加在德国法兰克福举办的国际书展。我们真诚地希望，这份凝聚着中国出版人心血的厚重礼物能够得到全世界读者的喜爱。

卢祥之

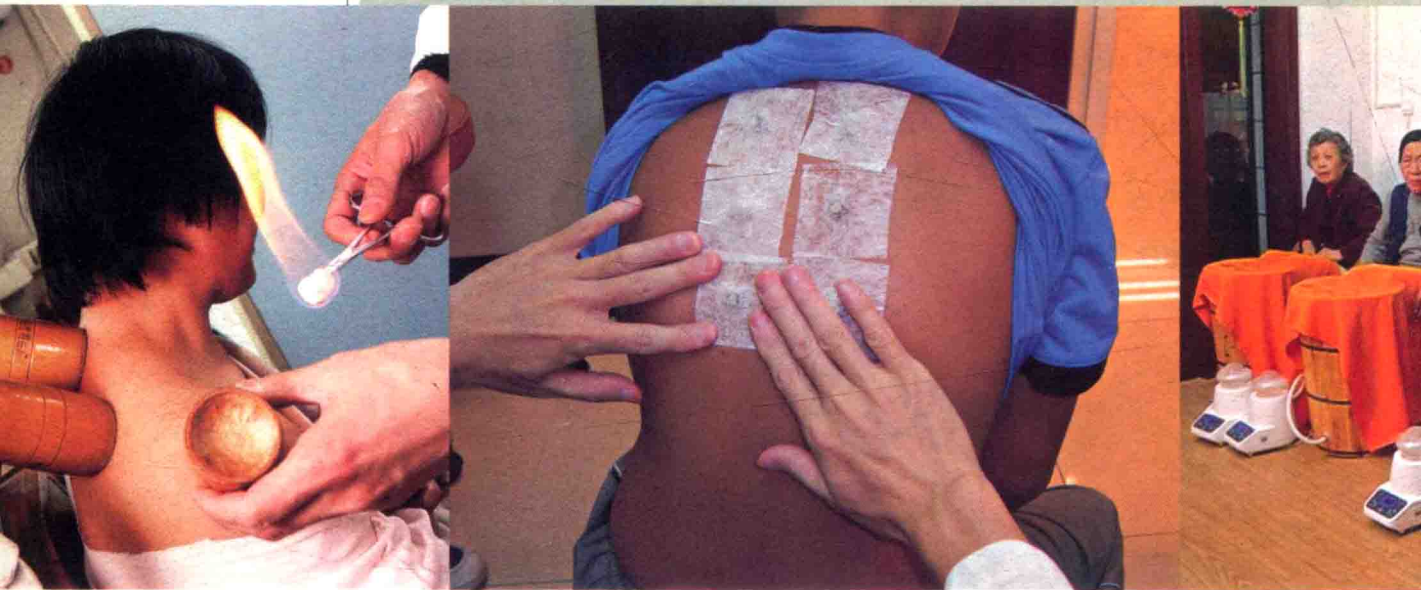
2009年1月15日



■ 艾灸图 (宋)

## 引言

有一个非常经典的笑话，说是三国时期一名将领中了敌箭，找来医生治疗，医生让徒弟取来剪刀、锯、药膏、绳索等专业工具，在徒弟的协助下，二话不说，有条不紊地动起手来。他首先用锯子将箭杆沿皮肤边缘锯断，然后剪齐，用清水冲洗伤口，敷上膏药，再用麻布包裹，用绳索固定，最后拍拍手就走。将领急了，不解地问：“治好了？”医生回答：“好了。”“完了？”“完了！”“那箭头还在肉里呢？”“哦！”





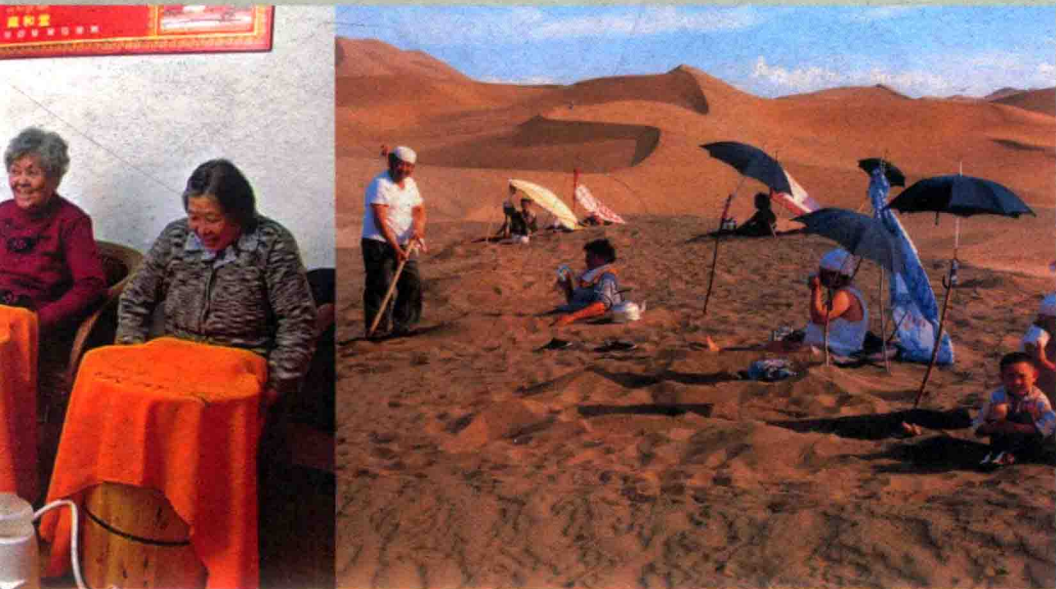
那不归我管，我是外科医生！”

大家知道，不论中医还是西医，内外科都不是这样区分的。不过中医的确有专门的外治法，这类方法不经口服药物，不通过消化道吸收，而是通过皮肤黏膜或者五官九窍给药，甚至根本不用药物进行防治疾病。比如，人痘接种法就属于中医外治法之一。此外，还有刮痧、蜂疗、敷贴等方法。欲知其详，请翻阅本书吧。

中华文化丛书  
ZHONGHUA WENHUA CONGSHU

神奇的中医外治

成都  
成都



◀ 多种多样的中医外治法



花一百萬元保全家人的健康保險

愛生活也愛健康  
身強體健  
百病不侵

003

拔火罐

# 目录

## 引言

1/ 异彩纷呈的中医外治法

9/ 中医外治法来自民间

15/ 外治法发展趋势

17/ 常用的外治法及适应症

17/ 刮痧

22/ 蜂疗

27/ 水蛭吸血疗法

32/ 贴敷疗法

35/ 冰敷（冷水）疗法

41/ 含漱法

45/ 泥疗

50/ 沙疗

54/ 围法

58/ 熏蒸疗法

62/ 鼻疗

66/ 药枕疗法

70/ 涂药疗法

74/ 洗浴疗法

80/ 热熨疗法

85/ 外治法的优缺点

中华医药出版社  
CHINA MEDICAL & PHARMACEUTICAL PUBLISHERS  
南京路100号

## 异彩纷呈的中医外治法

什么是中医外治法呢？至今没有公认的权威的标准定义，只有约定俗成的认识。简而言之，它是一种医疗技术名。它不是采取人们常见的口服药物的方法，而是通过两类方法防治疾病，一类是通过皮肤黏膜、五官或肛门、阴道给药的方式使药物直接渗透到血流之中，从而防病治病；一类是用物理方法刺激体表的肌肉、筋骨以影响体内器官，达到防治目的。

按这样的观点，西医同样有很多外治法，如常见的外科手术，皮肤、肌肉、静脉注射和输液，外用药物、理疗等等，以及透皮给药治疗系统（TTS）的应用。中医外治法有许多与此相似的疗法，并且借用了西医使用的现代技术，但还有更多别具特色甚至被现代科学所不能接受的疗法，如刮痧、足浴、药枕、拔罐、脐疗等，可谓五花八门。尽管其中一些疗法并不是源自我国，但它们已经与中医完全融合在一起，成为中

中华文化  丛书  
ZHONGHUA WENHUA CONGSHU

神奇的中医外治

▼ 耀瓷拔火罐（唐）



太医院按摩器(清) ▶



医外治法的一部分。

那么，中医有多少种外治法呢？这是一个很难回答准确的问题。第一，经过历代劳动者和医家在临床实践中不断创新与发展，外治法的内容异常丰富；第二是如何分类的问题，外治法大多直接来源于医疗实践，是不同地区、不同时期、不同民族不约而同地发明的，方法互相包容，又各有不同；第三，多数外治法在民间流传，远不像中医内治法和针灸、按摩等疗法那么成熟，因此很不规范，难以界定。所以，我们的介绍只能尽可能全面，但难免挂一漏万。

中医外治法中有一类是不采用药物的物理疗法，如针灸、推拿、按摩、挑割、刮痧、捏脊、指压、拔罐、竹筒、牵引、结扎、埋藏、放血、啞吸、冰敷、水疗等；还有一类是药物外治法，据不完全统计大约有90余种。如今根据习惯，人们已将针灸、按摩推拿（包括拔罐）、骨伤手法及手术等比较成熟的方法分离出来，独立成为专科，因此本书也不在这里讨论了。

## 中医外治法的种类和范围

刮痧：又叫揪痧、扯痧等，是指应用光滑的硬物器具或用手手指、金属针具等在人体表面特定部位反复进行刮、挤、揪、捏、刺等的治疗方法。

吮吸：以口、水蛭或医疗器械等吮吸和吸引患处治疗有关疾病的一种方法。

冰敷：用冰块局部降温的方法。

水疗：有冷水、热水疗法的不同，局部冲洗与全身洗浴的区别。

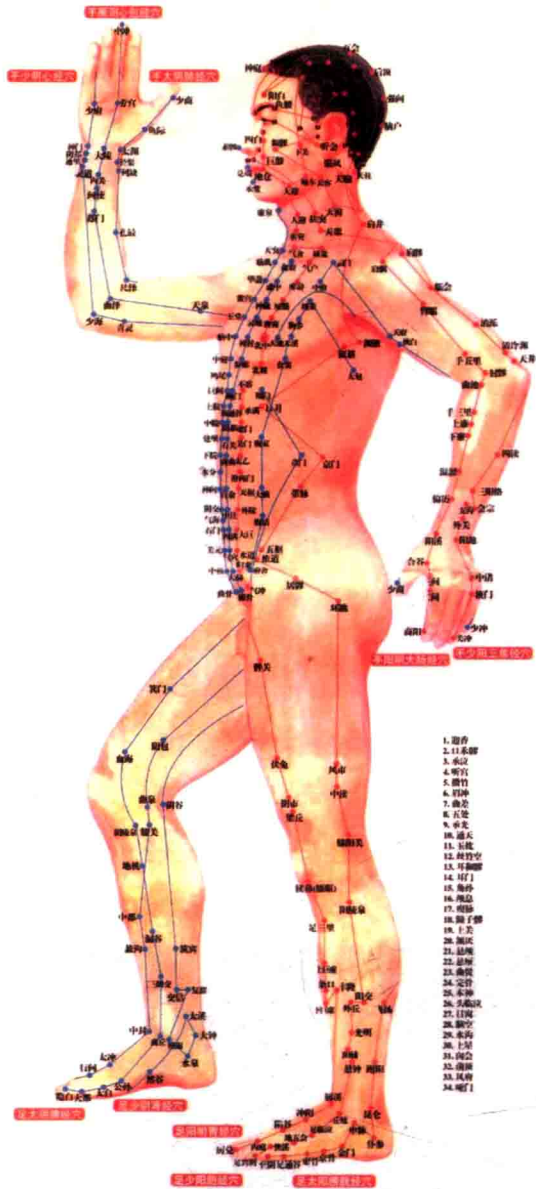
沙疗：又称埋沙疗法，有全身沙疗和局部沙疗两种。

泥疗：用湿泥敷在人体一定的部位或将整个身体卧在泥中来治疗疾病的方法。

蜂疗：用家养蜜蜂的螫针刺到病人体表有关“作用点”来治疗疾病的方法。



◀ 泥敷



人体穴位图 ▲

贴法：以胶粘的剂型（如膏药）或药末调成的薄膏贴于患处或腧穴。

涂法：以较稀药物或药汁薄薄地涂于患处。

敷法：以药末和酒或醋等调敷患处或腧穴。

围法：又称箍法，与敷法相同，但要求将药物敷在患处四周，中间留孔。

发泡法：用对皮肤具有刺激性的药物敷贴于皮肤有关穴位，使之发生水泡而达到治疗疾病的目的，其作用类似灸法，故又称“冷灸”。

擦法：用药物直接擦患处，如用生姜擦斑秃。

揉法：用指腹蘸药末在患处轻轻摩动，如用薄荷末揉合谷、迎香穴治感冒。

熨法：如将葱、盐炒热，布包熨脐治小便不通，或将热水袋置于药饼上热熨。

罨法：以新毛巾或纱布蘸药水覆盖于患处作冷、热罨。

熏法：有煎汤熏或烧烟熏两种，是借助药物的热气治疗局

部或全身疾病的方法。

蒸法：将药物蒸腾以后，放入容器内，或散发于病室中，由鼻孔或肌肤吸入而治病的方法。

浴法：药煎水洗浴，如用西河柳煎水洗浴治疗麻疹。

洗法：用药煎水洗涤患处。

浸法：将患肢较长时间浸在药液内，如用明矾煎水浸足治高血压病。

掺法：将药末撒于患处或疮疡表面，如治孔窍出血，用穿山甲末掺患处。

扑法：用纱布或稀绢包裹药末轻轻顿扑患处，如用煨龙牡粉扑身止汗。

吹法：借试管状物将药末送入口腔、咽喉、耳、鼻等孔窍。

嗅法：用鼻孔将药末吸入。

药烟法：如吸洋金花香烟平喘。

点法：用药末点眼角，或用有腐蚀性的药物直接点患处，如点痣。

滴法：使药水一滴一滴地落于局部病灶上，如用药水滴眼、滴鼻等。

塞法：将药物制成锭剂，或将药末绢包，塞于鼻、阴道、肛门等处。

刷法：如用药末刷牙固齿。

导法：如将蜜或胆汁注入肛门，治大便不通。（包括灌肠法）

嚏法：用纸捻或药末刺激鼻黏膜而使之喷嚏以预防和治疗疾病的方法。



枕法：将药物研成粗末，装入布袋中，当枕头用。

坐法：将药末炒热，布包（可做成椅垫），令患者坐于其上，以治疗前后二阴疾病。（用药丸或锭剂塞入阴道，称坐药法。）

兜肚法：将药末装入布缝制成的兜肚形状的用品内，置于脐腹部。

挟、握法：将药物挟于腋窝、胯间或握于手掌心以治疗局部或全身疾病的方法。

佩（挂）法：药末装入囊中挂于胸前，用于预防和治疗疾病，如佩挂香囊预防小儿感冒、治疗厌食等。

含漱法：将药末绵裹含口内或用药液漱口，治疗口疮、齿衄等病。

喷法：采用喉枪或其他喷雾器将药末或药液喷入咽喉或其他患处的治疗方法。

药枕 ▼



淋法：用药水或药液自上而下浇淋的方法。

灑法：以冷水或稀释药水喷洒面部的一种治法。

裹法：使用药物包束患处及肌肤穴位的方法。

封法：使用药膏、药糊、药脂等较厚地封涂疮口、患