

养生大讲坛

对症图解 白话拔罐

主编 王红伟 马永洁 霍国敏

拔罐祛百病 对症来养生

“是药三分毒”，食品安全又让人担忧不已，不妨试试最天然的拔罐疗法来解除病痛。

适合家庭操作的拔罐使用书，图解近百种疾病的对症操作，简单易学，让疾病悄悄走开。

中国医药科技出版社

对症图解白话

拔罐

主编 王红伟 马永洁 霍国敏



中国医药科技出版社

内 容 提 要

本书是一本介绍拔罐疗法的普及读物。在基础篇简要介绍了拔罐疗法的操作、作用原理、功能、注意事项等，在应用篇展示了拔罐疗法在多种疾病中的对症应用治疗。本书图文并茂，实用性强，可供临床医生、中医院校学生及广大中医爱好者参考。

图书在版编目 (CIP) 数据

对症图解白话拔罐 / 王红伟, 马永洁, 霍国敏主编. — 北京: 中国医药科技出版社, 2013.11

(养生大讲坛)

ISBN 978-7-5067-6373-8

I. ①对… II. ①王… ②马… ③霍… III. ①拔罐疗法—图解 IV. ①R244.3-64

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 211027 号

美术编辑 陈君杞

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 958 × 650mm $\frac{1}{16}$

印张 12 $\frac{3}{4}$

字数 121 千字

版次 2013 年 11 月第 1 版

印次 2013 年 11 月第 1 次印刷

印刷 三河市腾飞印务有限公司

经销 全国各地新华书店

书号 ISBN 978-7-5067-6373-8

定价 35.00 元

本社图书如存在印装质量问题请与本社联系调换

编委会

主 编	王红伟	马永洁	霍国敏
编 委	黄 斌	冯春祥	王宏才
	谢 路	郭雨芳	单宝禄
	张 磊	王运强	

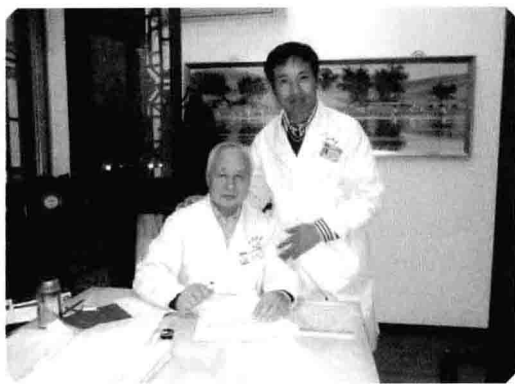




王红伟和原卫生部
副部长曹泽毅



王红伟和国医大师
陆广莘



北京中医药大学赵
忠印教授和学生王
红伟随诊合影

王红伟和北京中医药大学针灸推拿学院刘清国教授



王红伟和武警北京市总队医院针灸理疗科主任霍国敏

王红伟、马永洁和老中医王凤林



P R E F A C E

前言

中国传统医药有着数千年的历史，是中国古代人民在长期实践和研究中，千锤百炼总结出的方法，是经验智慧的结晶。其中包含了中草药、艾灸、针刺、膏药、拔火罐等疗法。为了发扬传统医药学的精华，切实为人民群众的身体健康着想，我们特地编写了本书。

书中系统地介绍拔罐的种类、操作方法、留罐的时间及中医的基本知识、基本理论和拔罐后的罐印颜色对应疾病的诊断等，并图文并茂地介绍了治疗具体疾病的拔罐方法。本书作者结合20多年的临床体会、家传经验以及跟随国医大师的学习经验，力图让读者“按图索骥，解除病痛”。本书可供大众家庭、中医爱好者学习拔罐，也可供广大医疗、教学科研人员参考。由于编者水平和条件有限，难免有不到之处，恳请广大读者给予指正。

王红伟

2013年6月

第一章 基础篇 / 1

一、概论	2
二、拔罐疗法的作用原理	3
三、拔罐疗法的功能	4
四、拔罐疗法的诊断作用	5
五、拔罐的不同方法	5
六、拔火罐的准备与注意事项	7
七、拔罐的操作流程	7
八、治疗时间和间隔时间	8
九、拔罐的体位与相应部位	8
十、拔罐中常用的穴位或局部	8
十一、穴位的定位方法	9

第二章 应用篇 / 14

第一节 呼吸系统疾病	14
感冒（轻松拔罐，快速治感冒）	14
肺结核（缓解肺结核症状，拔罐见疗效）	18
哮喘（灸肺俞、肾俞加拔罐，远离哮喘）	20



咽炎（拔罐祛火疗咽痛）	22
鼻炎（妙招补肺脾，拔罐疗鼻炎）	24
咳嗽（宣肺通窍来止咳）	26
肺炎（拔罐功可健脾肺，治疗肺炎用四穴）	28
急性支气管炎（走火罐健肺利气病气除）	30
第二节 消化系统疾病	32
呃逆（拔罐调气机，快速治呃逆）	32
泄泻（艾灸配合拔火罐，让泄泻尽快恢复）	34
胃脘痛（艾灸加拔罐，胃病好大半）	36
呕吐（疏肝理气止呕吐）	38
胃下垂（升阳举陷拔火罐，治疗胃下垂）	40
脱肛（脱肛真讨厌，拔罐不再犯）	42
痔疮（承山穴治痔疮，百用百灵）	44
腹胀（治疗腹胀莫烦恼，健脾和胃症状消）	46
胃炎（拔罐治胃炎疗效好，疏肝和胃炎症消）	48
胆囊炎（拔罐利胆状态好）	50
高血脂（拔罐健脾及祛湿，加速代谢降血脂）	52
口臭（走罐祛浊气，口气更清新）	54
酒精肝（酒精伤害变异常，活血养肝保健康）	56
功能性便秘（拔罐调肠胃，排便更轻松）	58
第三节 心脑血管系统疾病	60
头晕（拔罐调阳气，治疗头晕一学就会）	60
高血压（走罐祛肝火，轻松降血压）	62
中风后遗症（拔火罐梳理经气，康复止痛效果好）	64
中暑（中暑症状很难受，拔火罐解忧愁）	66
雷诺病（拔罐疏通经脉，活血止痛）	68

第四节 神经系统疾病	70
失眠（闪罐、走罐可清脑安神，治疗失眠）.....	70
面瘫（拔罐治面瘫，迅速能复原）.....	72
颈椎病（温经和通络，治疗颈椎病）.....	74
坐骨神经痛（拔罐疏通经气，远离坐骨神经痛）.....	76
神经衰弱（神经衰弱不要紧，疏通气血定心神）.....	78
偏头痛（偏头痛别发愁，疏肝理气来解忧）.....	80
慢性疲劳综合征（拔背俞穴，滋养五脏正气足）.....	82
肋间神经痛（拔罐止痛通瘀阻，肋间神经自会痊）.....	84
三叉神经痛（拔罐放血疼痛消）.....	86
第五节 生殖泌尿系统疾病	88
阳痿（拔罐命门穴，温肾治阳痿）.....	88
肾炎（火罐消炎能利水，调肾通经状态好）.....	90
前列腺炎（拔罐清热又利湿，滋养肾阴消炎症）.....	92
尿失禁（拔罐通经又益气，补足正气病自愈）.....	94
泌尿系感染（泌尿系感染拔罐治，活血化瘀除湿邪）.....	96
第六节 内分泌系统疾病	98
糖尿病（拔火罐好处多，轻轻松松降血糖）.....	98
肥胖（拔罐祛痰又除湿，还能减肥和降脂）.....	100
第七节 运动系统疾病	102
急性腰扭伤（拔火罐通经络，治疗腰痛很简单）.....	102
肩周炎（肩周炎真烦恼，拔火罐炎症消）.....	104
梨状肌综合征（点穴拔罐，消炎止痛的好方法）.....	106
臀中肌拉伤（臀部拉伤真难受，火罐消炎来止痛）.....	108
腓肠肌痉挛（肾俞、承山拔罐，小腿肚抽筋不犯了）.....	110
落枕（落枕不用愁，疏通气血好得快）.....	112

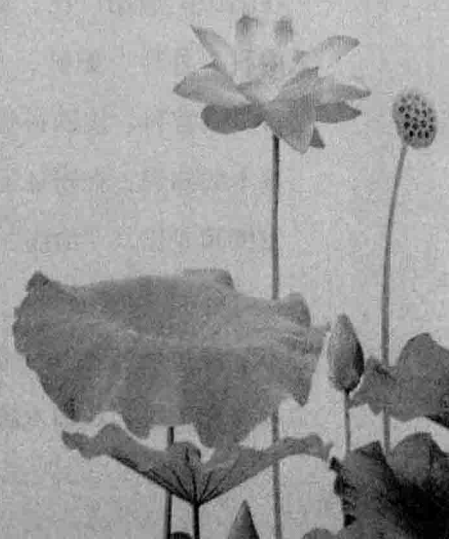


腰肌劳损(腰部疼痛拔罐治, 通络止痛利筋骨)	114
腰背肌筋膜炎(腰背僵硬似铁板, 拔罐温肾止痛佳)	116
腰三横突综合征(拔罐行气除风寒, 通络止痛利筋骨)	118
肥大性脊椎炎(拔罐益肾又活血, 祛瘀止痛炎症消)	120
股外侧皮神经炎(拔罐治腿麻, 滋养肝肾消瘀滞)	122
肱骨外上髁炎(火罐能化瘀, 消炎止痛见效快)	124
颞下颌关节功能紊乱(拔罐疏通经脉利关节)	126
髌骨软化症(膝部疼痛用拔罐, 活血止痛强筋骨)	128
风湿性关节炎(药罐加艾灸, 经脉通畅解顽疾)	130
软组织损伤(伤筋只需三个穴, 活血通络好得快)	132
腰椎间盘突出(舒筋活络促循环, 活血消炎止腰痛)	134
第八节 五官科疾病	136
腮腺炎(腮腺炎肿痛真难受, 刺血拔罐来治疗)	136
酒渣鼻(放血配拔罐, 清热又散结)	138
黄褐斑(疏肝理气, 消除黄褐斑)	140
痤疮(背部拔火罐, 痘痘不见了, 皮肤更靓丽)	142
麦粒肿(泻火拔罐, 治疗麦粒肿的好方法)	144
老年性白内障(益气养血调脏腑, 白内障症状可改善)	146
近视(补肝健脾、滋阴明目治近视)	148
青光眼(拔罐补肝肾, 滋阴养血治眼疾)	150
第九节 妇科生殖系统疾病	152
痛经(拔罐和氣祛瘀血, 治疗痛经很轻松)	152
闭经(拔罐疏肝解郁调氣血, 滋养冲任经自通)	154
更年期综合征(拔罐调身心, 改善更年期)	156
带下证(难言之隐不用愁, 拔罐祛湿排你忧)	158
盆腔炎(拔罐艾灸去瘀血, 胜似吃药能消炎)	160

子宫脱垂（拔罐能益气，促进子宫脱垂快恢复）	162
产后缺乳（缺乳不用急，拔火罐帮助您）	164
月经不调（闪罐补肝肾，气血通畅月经调）	166
急性乳腺炎（乳房胀痛不得了，行气通乳炎症消）	168
产后腹痛（产后腹痛用拔罐，调血止痛通瘀滞）	170
第十节 皮肤科疾病	172
荨麻疹（对付荨麻疹，刺血拔罐见奇效）	172
银屑病（刺血拔罐祛瘀毒，巧治银屑病）	174
玫瑰糠疹（拔火罐见奇效，活血祛风疹自消）	176
丹毒（拔罐加刺血，泻毒祛火好方法）	178
硬皮病（外科硬皮病，火罐显奇效）	180
湿疹（健脾化湿除瘙痒）	182
皮肤瘙痒症（拔罐祛瘀通络来止痒）	184
索引	185

第一章

基 础 篇





一、概论

◎ 拔罐疗法的文献记载

在湖南马王堆汉墓出土的我国最早的医书——《五十二病方》中，有以兽角进行治疗的记录。其后在公元281~361年间，晋代的《葛洪肘后方》记载了用竹筒拔吸病痛处的方法，叫“角法”。唐代《外台秘要》也记载了这种疗法。《苏沈良方》更是记载了用火筒法治疗久嗽。清代的赵学敏《本草拾遗》也有相关记载。

◎ 拔罐疗法的简介

拔罐疗法是中医外治疗法之一，是中华传统医学中一个重要的组成部分。拔罐疗法具有易学、方便、简单、疗效好等优点，因此在临床上应用广泛，如内科、外科、妇科、儿



玻璃罐

科、五官科、皮肤科等，可以治疗上百种疾病。而只有学会中医基本的知识，在辨证的原则下论治，进行应用操作，才能真正地发挥其专长，“治病”而非“致病”。

◎ 罐具的演变

经过漫长的历史演变，拔罐的罐具从兽角（牛角、羊角）发展为竹罐、花椒木罐、铜罐、铁罐、铝罐、陶罐、瓷罐、塑料

罐、玻璃罐、合金罐、胶皮罐等，还有电热罐、有机玻璃罐、磁疗罐、红外线罐、紫外线罐、激光罐、离子透入罐等。另外还有配以药的药罐、针罐、药灸罐等。



竹罐

二、拔罐疗法的作用原理

1. 负压作用 拔罐的负压作

用使身体局部迅速充血、淤血，小的毛细血管破裂，细胞中红细胞破裂发生溶血现象，其中血红蛋白的释放对机体是一种良性刺激，通过神经系统对组织器官的功能进行双向调节。负压增大可使毛孔充分张开，汗腺和皮脂腺的功能受到刺激而增强，从而使体内的毒素、废物、二氧化碳或进入体内的风寒湿邪加速排出。

2. 温热作用 拔罐的温热作用能让血管扩张、血流增加，增强血管壁的通透性和细胞的吞噬能力，使淋巴循环加速。

3. 机械刺激作用 拔罐的负压牵拉人体的表皮、真皮、皮下组织，给神经、肌肉、血管和皮下腺体一系列刺激。调节血管舒张、收缩的压力，促进局部血液循环。

4. 缓解疼痛的作用 通过拔罐对皮肤挤压牵拉改善局部的新陈代谢，增加供氧，使痉挛得到缓解，进一步使疼痛症状缓解或消失。

5. 改善皮肤功能，促进组织修复的作用 因外力损伤、牵拉、跌扑闪挫等原因使皮下组织受损，会引起软组织粘连、纤维化、瘢痕化或硬化，拔罐可加强局部血液循环，松解肌肉紧



张，从而伸展肌肉，松解粘连，消除压迫、调整组织结构和功能，修复受损组织。

6. 提高免疫力的作用 拔罐后人体释放出组胺，5-羟色胺及多种神经介质。通过神经体液机制，激起多种免疫反应，使白细胞吞噬指数上升，增强机体抗病能力。

三、拔罐疗法的功能

1. 调整阴阳 人体发病不外乎阴阳的偏盛偏衰，通过拔火罐来调节阴阳消长和转化，如拔关元穴可温阳散寒，拔大椎穴可以清泻阳热。

2. 祛邪扶正 拔罐可以拔除人体内各种风寒湿邪等，调节体内脏腑经络功能，提高整个机体抗病能力，使机体邪出、正扶，气血正常运行而疾病自愈。

3. 疏通经络 经络如同网络通路，把人体五脏六腑、四肢百骸、五官九窍、皮毛筋骨等有机连成一个整体。经络通畅，气血运行正常；经络阻滞，气血运行受阻，就会产生各种病变。拔罐疏通经络，调整气机，濡养脏腑组织器官，温煦皮毛，疾病得以祛除。

4. 活血化瘀 气血运行是靠气血推动的，气血是人体生命活动的物质基础。拔罐可以行气活血，调和营卫、散瘀通络，消炎止痛。

5. 调和脏腑 五脏肝、心、脾、肺、肾和六腑之间的关系密切，互相平衡。当脏腑功能低下时，拔罐可增强功能。当脏腑功能亢奋时，可平衡阴阳，扶正祛邪。

6. 托毒排脓 由于拔罐产生负压，对于体内的毒气、郁结、脓物、恶血等可以吸出。使毒、脓、恶血消尽，气血调和，疾病痊愈。

四、拔罐疗法的诊断作用

1. 起罐后从瘀斑上区别 色淡为虚，色深但局部发热为热毒或阴虚火旺。局部不发热多为瘀血寒凝、阴虚气虚。3天内瘀斑消失，则疾病较轻。1周后瘀斑仍未消失，则疾病较重，得病时间较长，病症较重。

2. 从拔出物上看 拔出血液深红为热，紫红为瘀，青紫为里寒，淡红黄为风湿。血液清稀难以凝固为血虚，沉凝易结为气虚血瘀；流动缓慢为气血两虚，流动急促为热盛。血中含脓为有热毒或湿毒，透明水液为水湿内停体内。

3. 从水疱上区别 水疱潮湿、水肿为湿气盛；水疱色清为寒湿盛；色黄为热湿盛。

4. 从罐中有水珠上区别 罐中有水珠为寒湿重；罐中气暖为湿热重；正常情况下无水珠。

五、拔罐的不同方法

1. 闪火法 用酒精棉球绑在铁丝上，或用镊子、止血钳夹住酒精棉球，将点燃的一头放在罐内微微停留并迅速取出，将罐扣在选定的穴位上或皮肤上。

2. 投火法 用软纸或黄表纸燃着投入罐内，将罐扣在选定的穴位上或皮肤上。