

国家一级出版社
全国百佳图书出版单位

中医绝学系列



上工养生话

刮痧

丛书主编 崔承斌

本册主编 崔承斌 范永红 周 勇

第2版

赠送

穴位挂图及
示范光盘

老祖宗传下来的长寿秘诀
一看就懂，一学就会



西安交通大学出版社
XI'AN JIAOTONG UNIVERSITY PRESS

国家一级出版社
全国百佳图书出版单位

|中|医|绝|学|系|列|



上工养生话

刮痧

丛书主编 崔承斌
本册主编 崔承斌 范永红 周 勇

第2版

赠送

穴位挂图及
示范光盘

老祖宗传下来的长寿秘诀
一看就懂，一学就会



西安交通大学出版社
XI'AN JIAOTONG UNIVERSITY PRESS

内容简介

本书是介绍刮痧疗法的科普书籍,全书首先介绍刮痧相关的基础知识、基本手法,以及相关穴位;然后,对内、外、妇、儿等各科疾病的具体刮痧治疗方法及美容、保健刮痧疗法进行详细讲解。为了便于广大读者更加形象地学习理解,配合图片,并配以操作指导 VCD。全书内容通俗易懂,适合专业医务人员及广大热爱中医保健养生的读者阅读使用。

图书在版编目(CIP)数据

上工养生话刮痧/崔承斌主编. —2 版. —西安:西安
交通大学出版社,2013.8
ISBN 978-7-5605-5446-4

I. ①上… II. ①崔… III. ①刮痧疗法-基本知识
IV. ①R244.4
中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 161996 号

书 名 上工养生话刮痧(第 2 版)
丛书主编 崔承斌
本册主编 崔承斌 范永红 周 勇
责任编辑 张沛烨 李 晶

出版发行 西安交通大学出版社
(西安市兴庆南路 10 号 邮政编码 710049)
网 址 <http://www.xjtpress.com>
电 话 (029)82668357 82667874(发行中心)
(029)82668315 82669096(总编办)
传 真 (029)82668280
印 刷 陕西奇彩印务有限责任公司

开 本 787mm×1092mm 1/16 印张 15.375 彩页 2 页 字数 235 千字
版次印次 2013 年 8 月第 2 版 2013 年 8 月第 1 次印刷
书 号 ISBN 978-7-5605-5446-4/R·322
定 价 32.80 元

读者购书、书店添货、如发现印装质量问题,请与本社发行中心联系、调换。

订购热线:(029)82665248 (029)82665249

投稿热线:(029)82665546

读者信箱:xjtpress@163.com

版权所有 侵权必究

中医绝学系列

《上工养生活刮痧》编委会

丛书主编:崔承斌

本册主编:崔承斌 范永红 周 勇

副 主 编:孟凡光 陆青娜 臧金凤

编 委:(按姓氏笔画排序)

毛新红 王连洁 王金梅 王维青

石玉红 邵 飞 郑召善 解 梅

本书是一本介绍刮痧疗法的科普书籍,全面地介绍了刮痧的种类和方法,以及刮痧在防病、治病、保健、美容等方面的应用。该书内容丰富、通俗易懂,并配以操作指导 VCD,适合广大热爱中医保健养生的读者阅读使用。它不仅是保障广大读者健康的良师益友

前言

preface



随着人民生活水平的不断提高、医药卫生事业的发展,人们对防治疾病、保健延寿的要求不断提高,越来越多的人迫切需要掌握更多的保健知识,尤其要了解各种非药物疗法的使用。

刮痧疗法属于物理疗法,历史悠久,源远流长,是中医外治法之一,是中医学的重要组成部分。刮痧是应用刮痧板等作用于人体体表部位,反复刮摩,以治疗疾病的一种方法。近年来,刮痧疗法又有了新的发展,在防治疾病、延年益寿、美容瘦身等方面有了可喜的进展,适应范围正逐渐扩大,刮痧养生保健的市场前景广阔,正在进入一个新的历史发展阶段。

本书是一本介绍刮痧疗法的科普书籍,全面地介绍了刮痧的种类和方法,以及刮痧在防病、治病、保健、美容等方面的应用。该书内容丰富、通俗易懂,并配以操作指导 VCD,适合广大热爱中医保健养生的读者阅读使用。它不仅是保障广大读者健康的良师益

友,更可作为各级医务人员、特别是广大基层医务人员的参考工具。

由于我们水平有限,书中难免存在不足之处,恳请广大读者提出宝贵意见,以期再版时修改,使其益臻完善,更好地为读者服务。

编者

2010年2月



目录 contents

上篇 刮痧的基础知识

第一章 刮痧基础知识

- 一、刮痧的历史 / 2
- 二、刮痧疗法的特点 / 3
- 三、刮痧疗法的作用及机理 / 4
 - (一) 预防保健作用 / 5
 - (二) 治疗作用 / 7
 - (三) 美容作用 / 10
- 四、影响刮痧的基本因素 / 10
 - (一) 选穴 / 11
 - (二) 刺激量 / 11
 - (三) 时间因素 / 12
 - (四) 个体差异 / 12
 - (五) 环境因素 / 13
- 五、“痧”的含义及不同痧象的临床诊断意义 / 13
 - (一) “痧”的含义 / 13
 - (二) 不同痧象、痧痕的临床诊断意义 / 15

第二章 掌握刮痧

- 一、刮痧疗法的种类和刮拭手法 / 17
 - (一) 直接刮痧疗法 / 17
 - (二) 间接刮痧疗法 / 25
- 二、刮痧的操作要点 / 25
 - (一) 持板方法 / 26
 - (二) 角度与力度 / 26

(三)身体各部位刮拭方向 / 27

(四)补泻 / 32

三、刮法的选用原则 / 34

四、刮痧手法的练习 / 34

五、刮痧的步骤和操作要领 / 35

(一)刮痧前的准备工作 / 35

(二)患者的体位 / 37

(三)刮痧的具体方法 / 41

(四)刮摩后的工作 / 41

(五)刮痧后的反应 / 41

(六)刮痧时间与疗程 / 42

五、刮痧治疗常用穴(部)位的选取和顺序 / 42

(一)病灶及症状反应局部 / 43

(二)病理反应点 / 43

(三)根据经络循行远端取穴 / 44

(四)随证选取 / 44

(五)神经特定作用点 / 45

第三章 刮痧疗法的适应证和禁忌证

一、刮痧疗法的适应证 / 47

二、刮痧疗法的禁忌证及注意事项 / 48

三、注意事项 / 49

第四章 刮痧疗法的运用原则

(一)统治与分治相结合 / 51

(二)辨病与辨证相结合 / 51

(三)局部与整体相结合 / 52

(四)刮拭与药物相结合 / 53

附一:刮痧疗法的中医学基础 / 54

一、经络学基础知识 / 54

(一)经络系统的组成 / 54

(二)经络的生理功能 / 58

(三)经络学说的临床应用 / 58

二、腧穴学基础 / 59

(一)基本概念 / 59

- (二) 腧穴的定位方法 / 60
- (三) 腧穴的主治作用 / 63
- (四) 十二经腧穴简介 / 64
- 三、刮痧疗法各部常用穴位 / 73

- (一) 头面部 / 73
- (二) 颈项部 / 77
- (三) 肩背部 / 79
- (四) 上肢 / 81
- (五) 胁肋部 / 86
- (六) 胸腹部 / 86
- (七) 背部 / 92
- (八) 骶髂部 / 95
- (九) 下肢部 / 97

下篇 治疗保健美容篇

第一章 各科病症治疗

内科病症

- | | | |
|-----------------|-----------------|----------------|
| 感冒 / 104 | 慢性肠炎 / 123 | 类风湿性关节炎 / 142 |
| 急性支气管炎 / 105 | 胃下垂 / 124 | 尿路感染 / 143 |
| 慢性支气管炎 / 106 | 功能性便秘 / 125 | 前列腺炎 / 144 |
| 肺炎 / 107 | 慢性非特异位结肠炎 / 126 | 尿失禁 / 145 |
| 支气管哮喘 / 109 | 消化性溃疡 / 127 | 尿潴留 / 146 |
| 支气管扩张 / 110 | 胆绞痛 / 128 | 慢性肾炎 / 147 |
| 胸膜炎 / 111 | 肾绞痛 / 129 | 遗精 / 148 |
| 心脏神经官能症 / 112 | 失眠 / 130 | 阳痿 / 149 |
| 心律失常 / 113 | 神经衰弱 / 131 | 早泄 / 150 |
| 心绞痛 / 114 | 头痛 / 132 | 痔疮 / 151 |
| 高血压 / 115 | 周围性面神经麻痹 / 133 | 中暑 / 152 |
| 低血压 / 116 | 面肌痉挛 / 134 | 甲状腺功能亢进 / 153 |
| 冠心病 / 117 | 三叉神经痛 / 135 | 糖尿病 / 154 |
| 发作性膈肌痉挛 / 118 | 脑梗死 / 136 | 慢性疲劳综合征 / 155 |
| 慢性胆囊炎、胆石症 / 119 | 脑出血 / 137 | 血栓闭塞性脉管炎 / 156 |
| 急性胃炎 / 120 | 偏头痛 / 138 | 耳鸣、耳聋 / 158 |
| 慢性胃炎 / 121 | 癫痫 / 140 | 健忘 / 158 |
| 急性胃肠炎 / 122 | 多发性神经炎 / 141 | 肥胖症 / 160 |

妇科疾病

- | | | |
|-------------|-------------|--------------|
| 痛经 / 161 | 慢性盆腔炎 / 164 | 产后缺乳 / 168 |
| 月经不调 / 162 | 带下病 / 166 | 产后尿潴留 / 168 |
| 急性乳腺炎 / 163 | 子宫脱垂 / 166 | 更年期综合征 / 169 |

儿科病症

- | | | |
|----------------|---------------|-------------|
| 小儿上呼吸道感染 / 170 | 小儿营养不良 / 173 | 小儿厌食症 / 176 |
| 百日咳 / 171 | 小儿周期性呕吐 / 174 | 高热 / 177 |
| 小儿腹泻 / 172 | 惊厥 / 175 | 遗尿症 / 178 |

外科病症

- | | | |
|--------------|--------------|--------------|
| 颈椎病 / 179 | 腰肌劳损 / 183 | 髌骨软化症 / 187 |
| 背肌筋膜炎 / 180 | 坐骨神经痛 / 184 | 足跟痛 / 188 |
| 肩关节周围炎 / 181 | 肋间神经痛 / 185 | 肱骨外上髁炎 / 189 |
| 急性腰扭伤 / 182 | 肥大性脊柱炎 / 186 | 落枕 / 189 |

皮肤科病症

- | | | |
|---------------|-------------|------------|
| 痤疮 / 191 | 荨麻疹 / 194 | 玫瑰糠疹 / 198 |
| 湿疹 / 192 | 神经性皮炎 / 196 | 白癜风 / 199 |
| 皮肤瘙痒症 / 193 | 带状疱疹 / 197 | 黄褐斑 / 200 |
| 股外侧皮神经炎 / 194 | 银屑病 / 198 | |

五官科病症

- | | | |
|-------------|---------------|---------------|
| 急性结膜炎 / 201 | 白内障 / 204 | 复发性口腔溃疡 / 208 |
| 慢性结膜炎 / 202 | 慢性单纯性鼻炎 / 205 | 慢性咽喉炎症 / 209 |
| 溢泪症 / 203 | 过敏性鼻炎 / 206 | 牙痛 / 210 |
| 麦粒肿 / 204 | 急性扁桃体炎 / 207 | |

第二章 美容刮痧疗法

第三章 保健刮痧疗法

- 一、头部保健刮痧 / 215
- 二、面部保健刮痧 / 217
- 三、肩背部保健刮痧 / 219
- 四、胸腹部保健刮痧 / 220
 - 胸部 / 220
 - 腹部 / 221
- 五、四肢部保健刮痧 / 222
- 六、睡前足底保健刮痧 / 225



刮痧基础知识 第一章

上篇

刮痧的基础知识



第一章 刮痧的基本知识

一、刮痧的历史

刮痧疗法最早可追溯到旧石器时代,当时人们患病时往往会本能地用手或石片抚摩、捶击体表某一部位,有时竟使疾病获得缓解。通过长期的发展与积累,逐步形成了砭石治病的方法。砭石是针刺术、刮痧法的萌芽阶段,刮痧疗法可以说是砭石疗法的延续、发展或另一种存在形式。但随后的时间里,刮痧未能像针灸等疗法一样得以系统发展,一直被历代医家视为医道小技而未被重视。

自殷商以来,刮痧疗法已流传于民间。唐朝时期,有了用苎麻刮痧治病的明确记载,元明时代的中医书籍中则有更多的刮痧以及痧症的记载。《医学正传》中记载:“治痧症,或先用热水蘸搭臂膊而以苎麻刮之,甚者针刺十指出血。或以香油灯照视胸背,有红点处皆烙之。”发展至清代,相关的描述更为详细。如郭志邃《痧胀玉衡》指出:“刮痧法,背脊颈骨上下,又胸前肋肋两肩、臂痧,用铜钱蘸香油刮之。”

17世纪至20世纪初,刮痧疗法不仅在民间广为流传,而且开始为医学界名家所重视在方法上不断改进和丰富,并得到了更大的普及。总的概括起来,其刮法有:手指刮法、棉线刮法、木针刮法、刮舌刷子刮法、羚羊角刮法、瓷器刮法、盐刮法、铜币刮法等数十种之多。刮痧所用的润滑剂,最常使用的是油类,如普通食用油、香油等,其次是水、酒类等。到了20世纪60年代上半期,在我国初步建立了一支专业队伍,并且做了大量的继承、整理工作。同时,临床实用性很强的《刮痧》小册子问世,这是一本极具临床指导意义的图书,为当时的很多人所喜爱。由于刮痧疗法具有强大的生命力,所以一直流传在民间。

随着科学技术的发展,刮痧器具有了进一步的改善,不同形状、不同质地

的刮痧板、刮痧梳子、刮痧棒相继问世,使得刮痧工具更加适合人体各部位的需要,在手法上也更加丰富,有面刮法、角刮法、点按法、拍打法、按揉法等多种手法。刮痧疗法广泛应用于临床各科疾病,除了能够治疗头昏脑胀、胸闷欲吐的“痧症”以外,还能治疗内科、妇科、男科、儿科、外科、皮肤科、伤科、眼科等 11 大类共 400 余种病症。除此以外,对于养颜美容、日常保健、消除疲劳、恢复体力、增强性功能、减肥等亦有非常不错的效果。随着刮痧疗法的普及推广,在刮痧润滑剂方面,也研制出了不同配方,具有多种效能不同的新产品,从而使古老的刮痧疗法焕发了青春,进入了一个崭新的发展阶段。

台湾的吕季儒教授在二十世纪七八十年代,创造性推出“经络刮痧法”,该方法的突出特点表现在:①刮痧手法改进——对不同病证选取相应补法或泻法;②工具改进——改用具有活血化瘀、清热解毒、软坚散结等特点的水牛角;③润滑剂改进——使用具有消炎镇痛、活血化瘀作用的专用刮痧剂。此外,还有专家借鉴了全息穴区的内容,将生物全息理论应用到刮痧的临床实践之中,从而总结刮拭局部器官的不同区域,达到治疗全身疾病的“全息刮痧疗法”。

二、刮痧疗法的特点

刮痧疗法是祖国医学的重要组成部分,既源于针灸、按摩疗法,又同时属于民间疗法,是不直接用手按摩、点穴疗法,不用针的针灸疗法,不用拔罐器的拔罐疗法。在民间长期流传,深受广大群众欢迎,具有以下特点:

1. 简便易学,器械简易

刮痧疗法在穴位的选取上并不如针灸治疗那样严格,它刮拭的穴位是一个比较宽泛的部位,这就使得刮痧在临床实际中的应用变得简化起来。所以说,本疗法简便易学,操作方便,入门容易,一学就会,很适合城市及乡村家庭使用。

刮痧疗法不需要使用高精尖的仪器设备,只需要简单的一个刮痧板和适量的润滑剂就可以了。在临床实践中可以用精心制作的专业刮痧板,如檀香木、沉香木、水牛角以及玉制品刮痧板,如果没有刮痧板,也可以用其他物品如硬币、瓷调羹、梳子、苎麻等代替。如果是使用撮痧手法,只用双手就可以



了。润滑剂既可以用具有消炎镇痛作用的专用刮痧活血剂,又可以用凉开水、香油等介质。

2. 经济实惠,见效快,疗效高

刮痧用具价格不高,有的甚至可以自己制备,少花钱甚至不花钱就能治愈疾病,特别适合在药物缺乏的地区、农村边远山区进行推广,可以极大地减轻患者的经济负担,节省药品。刮痧疗法不仅适用于慢性病,对于临床常见的急性病如中暑、昏迷等也具有很好的作用。经过正确的刮拭能获得较好的疗效。

3. 治疗范围广

刮痧疗法经过数千年的发展,其适应证的范围也越来越广泛,除了能够治疗头昏脑胀、胸闷欲吐的“痧症”以外,还能治疗内科、妇科、男科、儿科、外科、皮肤科、伤科、眼科等 11 大类共 400 余种病症。除此以外,对于养颜美容、日常保健、消除疲劳、恢复体力、增强性功能、减肥等也有非常不错的效果。

4. 诊断和治疗同时进行

刮痧疗法是以中医基础理论为指导的,传统的刮痧是数千年临床实践经验的总结,疾病的位置刮拭出痧的过程就是诊断和治疗的过程,刮拭者不需借助任何精密仪器设备,就可以对病位、病性、病势、病程进行概略的分析和判断,根据经络和穴区的不同反应状态,不同的出“痧”的颜色、形态、部位来判断疾病的程度和疾病的位置。

5. 安全、可靠、无毒副作用

由于刮痧疗法是在皮肤上进行刮拭,通过经络传导、神经反射作用调节人体阴阳平衡、使内环境达到平衡,进一步产生治疗作用的,并不是通过药物来调节人体的内环境稳态。因此,刮痧并不会产生毒副作用,即使是初学者,只要不违反相关的禁忌证,也不会有毒副作用产生。

三、刮痧疗法的作用及机理

刮痧疗法是一种借用一定的工具作用于机体体表的外治法。刮痧理论是从中医理论的整体观出发的,中医学认为,人体是一个有机的整体,五脏六

腑,五官九窍,四肢百骸,任何一部分都不是孤立存在的,而是内外相通、表里相应、彼此协调、互相为用、互为制约的整体。经络系统将人体的组织器官、四肢百骸联络成一个有机的整体,并通过经气的活动,调节全身各部的机能、运行气血、协调阴阳,从而使整个机体保持协调和相对平衡。其中,皮部是经脉功能反映于体表的部位,也是经脉之气散在的部位。它位于人体的最外层,具有卫外安内的功能,能够起到对内传达命令,对外接受信息的作用。人体内在的系统发生的病理变化,会通过经络系统反映到体表,可能会在脊柱两侧,也就是十二皮部分布的地方,出现病理反应点(又称阳性反应点,即痧象)。刮痧作用于人体的特定部位,有选择的寻找对于某些疾病、某些症状有特殊功效的特殊反应点或腧穴,进行有程序的刺激,这种刺激产生的痧痕,通过经络的传导或是神经的反射传至体内,激发并调整体内紊乱的生理功能,使阴阳达到相对的平衡状态,人体各部分之间的功能协调一致,从而进一步增强人体的抗病能力,促使疾病痊愈。

现代医学认为:刮痧疗法的实质是一种特殊的物理疗法,即刮治某些特定的部位或穴位,通过对局部或某些穴位进行一定时间、一定强度的刺激,使人体的神经末梢或感受器受到一定的刺激,通过神经传导、反射作用,进而传达到大脑皮层这一高级中枢,在大脑的整合作用下,促进大脑皮质正常功能的恢复,从而调整人体各个组织、器官的生理功能,而产生治疗效应。刮痧作用机理的研究涉及到的组织、器官以及系统是非常多、非常复杂的,刮痧疗法的作用由于刮治部位和手法的不同而不一样。根据古今医家的经验,可以大体概括为以下三个方面。

(一) 预防保健作用

刮痧疗法的预防保健作用包括“未病先防”和“已病防传”两个方面。刮痧疗法作用部位是体表皮肤,而皮肤是机体暴露于外的最表浅部分,直接与外界接触,并且能对外界气候等环境因素的变化起适应与防卫作用。健康人如果经常做刮痧(如取背俞穴、足三里穴等刮拭),就可以增强卫气,卫气强则护表能力强,外邪不易侵袭肌表,机体自可安康。若外邪侵袭肌表,出现恶寒、发热、鼻塞、流涕等表证,及时地进行刮痧(如取肺俞、中府等),可将表邪及时祛除,以免表邪蔓延进入五脏六腑而生大病。

1. 未病先防

“未病先防”是中医防病、治病的重要原则之一,任何疾病的预防总比治



疗容易得多。在中医理论指导下的刮痧疗法也具有“未病先防”的功用。保健刮痧注重对机体的整体调节,主要是通过刮拭经络和腧穴来调节脏腑、疏通经络、畅达气血、平衡阴阳,从而增强机体的生理功能和愈病能力的。经过长期的临床实践表明,刮痧可以增强卫气的卫外功能,即机体抵御外邪的能力,中医学中强调“正气存内,邪不可干”,就是说,人体在正气充足时,邪气就不易或不能侵犯机体,而经常刮痧机体的某些特定部位可以起到疏通经络的作用,使经络之气得到激发,人身的生理功能得到加强,从而增强了机体抵御外邪的能力,达到“未病先防”的目的。

从现代医学角度,刮痧具有免疫调节作用,刮痧出痧的过程是一种血管扩张渐至毛细血管破裂,血流外溢皮肤局部形成瘀血斑的现象。这种类型的出血凝块(出痧)不久就会扩散,这样可以使局部组织血液循环加快,而产生自体溶血作用。自身溶血是一个延缓的良性弱刺激过程,该方法不仅可以刺激免疫功能,使其得到调整,还可以通过向心性神经作用于大脑皮层,继续起到调节大脑的兴奋与抑制过程和内分泌系统的平衡作用。因此,刮痧可以使机体的防御能力增强,从而起到预防和治疗疾病的作用。

2. 已病防传

中医学的防病、治病原则另一方面体现在“已病防传”上,刮痧作为中医外治法的一种,也在具体的临床实践中体现了这一原则。刮痧对于潜伏在体内的病变能够进行有效的提前治疗,从而收到防微杜渐、预防疾病传变的效果。刮痧疗法“已病防传”的观念主要是通过选穴、配穴体现出来的,如肝郁气滞的患者,在治疗的时候除了要选用对肝郁气滞有效的穴位以外,还可以酌情加用具有健脾益气功用的穴位。在保健刮痧当中,还可以根据机体经络穴位的反应以及全身出痧的情况,发现自身的弱点和将要发生疾病的脏腑器官及潜伏的病变,从而对疾病进行超前的诊断和治疗。

现代医学认为刮痧具有信息调整作用,人体的各个脏器都有其特定的生物信息(各脏器的固有频率及生物电等)。当脏器发生病变时,有关的生物信息就会随之发生变化,而脏器的生物信息的改变可影响整个系统甚至全身的机能平衡。刮痧可以通过作用于体表的特定部位,产生一定的生物信息,通过信息传递系统输入到有关脏器,对失常的生物信息加以调整,从而起到病变脏器的调整作用。

(二) 治疗作用

刮痧的理论依据是中医基础理论,符合中医整体与局部相结合的思想,符合辨证论治的观点,在临床上具有十分重要的应用价值。根据刮拭部位、刮治手法的不同,刮痧的治疗功效也不一样。根据古今医家的经验、现代科学理论的研究和临床的实际应用可以大体归为以下几类。

1. 镇痛作用

刮痧可以起到镇痛作用,对头痛、神经痛、风湿痛、腹痛、胃痛等痛证皆能有效治疗,一次即可治愈者也不在少数,它的镇痛作用是经过临床实践所证明了的。人体的肌肉、韧带、骨骼一旦受到损伤,就会在受损伤的局部产生瘀血,瘀血阻滞使经络气血流通不畅。“不通则痛”,若瘀血不祛,则疼痛不止。刮痧能起到理筋整复、纠正人体骨骼与软组织解剖部位的异常结构,把阻滞经络的病原从体表排出的作用。临床上比较常用的刮痧部位大多为气血汇聚之地,在这些部位进行一定方向的刮拭,就可以通过良性刺激的神经反射作用,促进该处的血液循环,使瘀血消散,新血得生,经络通畅,气血运行自如,达到“通则不痛”的目的。

现代医学认为刮痧可以调节肌肉的收缩和舒张,使组织间压力得到调节。通过调节肌肉的收缩和舒张,提高局部组织的痛阈,使紧张或痉挛的肌肉得以舒展,消除疼痛。有研究表明,在疼痛性疾病发生时,人体内会产生一些致痛物质,如儿茶酚胺、多巴胺等,而刮痧具有消除这些致痛物质,促进内源性镇痛物质产生,缓解疼痛的作用。刮痧所达到的镇痛作用,是一般镇痛剂所不能比拟的,它具有起效快、作用持久、无成瘾性以及无肝肾损害等优点。

2. 发汗作用

刮痧是通过皮肤络脉引导病邪排出体外的一种方法,通过对患者体表皮肤的刮拭,可以使皮肤出现充血现象,同时伴有毛细血管的扩张,这就意味着机体的腠理开泄,达到发汗的作用,促使邪气从开泄的腠理中排出。可以将充斥体表病灶、经络、穴位乃至深层组织器官的风寒、痰湿、瘀血、火热、脓毒等各种病邪从皮毛透达于体外,自汗而解,从而达到邪去正安,其病自愈的目的。

医学研究表明,皮肤汗腺紧密,则汗出不畅,刮痧可以使部分细胞间隔破坏,产生组织胺或类组织胺物质,促使汗腺充血,皮肤汗孔开泄,毛细血管扩