

图解刮痧疗法

·主编 郑圭范 翻译 俞群·



4-64

上海科学技术出版社

图解刮痧疗法

主编 郑圭范

翻译 俞 群

上海科学技术出版社

图解刮痧疗法

上海科学技术出版社出版发行

(上海瑞金二路491号 邮政编码 200025)

新华书店上海发行所经销 苏州望电印刷厂印刷

开本 850 × 1168 1/32 印张 1.75 插页 2 字数 200 000

2002 年 2 月第 1 版 2002 年 2 月第 1 次印刷

印数 1—5 000

ISBN 7-5323-6225-6 R·1590

定价: 24.00 元

本书如有缺页、错页或文字不清等质量问题

请向本社出版科联系调换



责任编辑 王虹九

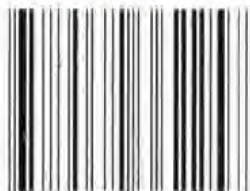
封面设计 俞群

彬彬



www.sstp.com.cn

ISBN 7-5323-6225-6



9 787532 362257 >

溯源拓流集
刮痧療法之
大成

嚴世芸



二〇〇一、五



在雅加达“韩国人中心”讲课



在雅加达“中医学会”讲课后留影



与“国际自然疗法协会”两位会长合影

刮痧療法

運板技巧獨步天下

療效神奇

特殊刮法名揚四海

李湘授 著 六 稿

李湘授 现为“中国刮痧健康法”服务中心主任

内 容 提 要

本书介绍了韩国的刮痧疗法的特点,且配有精致、美观的线条图,集欣赏性、可操作性于一体。全书分上、下两篇。上篇主要介绍了绪论,经络和刮痧,刮痧的工具,刮痧操作规程,人体七个部位刮痧方法及相关注意事项,特殊刮痧法等。下篇针对各种疾病,分别介绍其刮痧治法。可供广大读者学习和应用。



异国之友郑丰范先生,不惑有余,曾经毕业于韩国大丘保健专门大学校临床病理学科及釜山东业大学校经营大学院研究生课程;又在韩国釜山高神医科大学附属高神医疗院健康管理中心及产业保健管理中心任室长(主任)十几年。一朝接触传统的中医药,深感其奥妙无穷,偶得一技,穷其运用,莫得心应手,因而大有不到中国学习不能知其味之感。始逢中韩两国的友好交流,有幸来上海中医药大学学习传统的中医药知识。五载寒窗,求教于名师和好友,奔波于中韩、东南亚诸国,将多年的兴趣之技细细揣摩,理论结合实践,广布于民众和医者之间,不亦乐乎。这就是中国历史最悠久的民间疗法——刮痧疗法。

刮痧疗法是集针灸、按摩、拔罐、点穴之优势,通过运用特殊工具刮痧板等刺激人体相关穴位,达到活血化瘀、舒经通络、行气止痛、清热解毒、健脾和胃、强身健体之目的的一种传统疗法。现代研究证实刮痧能改善人体的血液循环,促进新陈代谢,增强免疫功能,是一种治病防病的非药物、外用无损伤的自然健康疗法。其易学方便、经济实用、效果显著的特点使之能流传久远和广泛,即使在现代医学发达的今天也不失为一种可行的民间疗法。

1

本书从中国传统的刮痧技法中,突出了以人体的穴位、区域、带束为对象,单运用刮痧板,采用刮、揉、点、按、摩、挑、敲、拍八种操作手法,进行治病防病。在临床中又结合现代医学知识创立了十二种疗效突出的刮法,如项丛刮、太阳刮、骶丛刮、美容刮等,莫不是郑氏的反复实践和探索的结果,取得成效之时,心

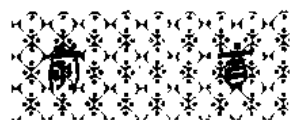
得也留迹于书稿,数载之后,得韩文和英文之书《新世纪自然疗法刮痧》(即《图解刮痧疗法》),流行于东南亚及欧洲诸国。

我友郑圭范先生得众朋友和同道的推选,担当国际刮痧自然疗法学会会长,同时受聘于中国唐山康复医疗研究所名誉教授,兼任日本、印度尼西亚、比利时等国家的刮痧疗法专职教授。

上海中医药大学
医学技术学院院长
经穴形态实验室主任

余安胜博士

2001年7月于上海



在当今科学发达的 21 世纪,现代医学基本能担任人类重大急性疾病的治疗,也能治愈绝大多数慢性病,但对一些代谢性疾病、劳损性疾病还不能满足人们的健康需要,尤其是在化学药物盛行的今天,它们的副作用也路人皆知,因此人们更渴望得到一种安全有效而无毒副作用的疗法。回顾人类与疾病抗争的历史,发现前人使用的治疗方法中有许多是天然的自然疗法,不仅无副作用,而且与当代科技相结合后,尤其是结合现代中西医理论,成为当今社会上较为实用的简便自然疗法,如针灸、埋疗、火罐和刮痧等疗法。而刮痧疗法从古至今,从未衰退和被人们放弃,其优越性就是易学、安全、无毒副作用、效果明显,因而在疾病的康复治疗中,是相当理想的非药物治疗法之一。

在刮痧疗法中有刮痧、抓痧、放痧和拍痧等不同治疗方法,而本书中主要介绍的是刮痧疗法。本书中刮痧疗法的主要特点包括三个内容:一是刮痧部分以中医经穴、反射区、敏感带为基本对象;二是介绍几种刮痧手法,如刮、挑、点、按、揉、摩、敲和拍;三是提供了十三种特殊刮痧疗法。通过以上三种形式的灵活运用,临床疗效会明显提高。经笔者在中国、韩国、印尼等国家的临床证实,此疗法运用得当会有助于患者早日康复。

1

目前,笔者在中国上海中医药大学攻读中医专业。从 1996 年起,笔者就开始研究刮痧疗法,收集整理古代到现代刮痧疗法的各种资料,并得到华延龄老师和李湘授老师的悉心指导和帮助,在此表示衷心的感谢。

笔者希望此书在中国出版后,能增加中韩两国刮痧自然疗

法的相互交流,有助于中国人民身体的保健和康复。拙著诸多不当之处,诚望中国的临床各科专家和同行给予指导和帮助。

郑圭范

2001 年元月



上篇 刮痧疗法的概论

1. 绪论	3
2. 经络和刮痧	5
(1) 经络系统的功能	5
(2) 经络与刮痧的关系	19
3. 刮痧的工具	20
(1) 郑氏刮痧板	20
(2) 郑氏活血剂	20
4. 刮痧操作规程	21
(1) 治疗环境	21
(2) 体位的选择	21
(3) 刮痧的手法	21
(4) 实施步骤	22
5. 人体七个部位刮痧的方法及相关注意事项	23
(1) 头部	23
(2) 项部	23
(3) 腰背部	23

(4) 骶部	23
(5) 胸、腹部	24
(6) 关节部	24
(7) 四肢部	24
6. 特殊刮痧法	25
(1) 四神聪	25
(2) 头六片	26
(3) 项丛刮	26
(4) 双翼飞	27
(5) 项三线	28
(6) 太阳刮	29
(7) 骶丛刮	30
(8) 挟脊行	31
(9) 膻中刮	32
(10) 委中三线	33
(11) 肋间隙	34
(12) 腹部五线刮	34
(13) 美容特殊刮痧法	35
7. 刮痧注意事项	38
2 8. 禁忌证	39
9. 整体疗法概念	40

下篇 刮痧疗法

1. 常见七种临床症状的刮痧穴位	15
(1) 发热	15
(2) 咳嗽	46
(3) 多痰	17
(4) 失眠	47
(5) 便秘	18
(6) 高血压	49
(7) 腹泻	50
2. 呼吸系统疾病	51
(1) 感冒	52
(2) 支气管扩张	53
(3) 肺炎	54
(4) 肺气肿	55
(5) 肺结核	56
(6) 支气管炎	57
(7) 慢性支气管炎	58
(8) 哮喘	59
(9) 痰饮	60
3. 循环系统疾病	61
(1) 冠心病	62
(2) 心肌梗死	63
(3) 病毒性心肌炎	64

(4) 心律失常	65
(5) 惊悸	66
(6) 健忘	67
(7) 眩晕	68
4. 消化系统疾病	69
(1) 急性胃炎	70
(2) 慢性胃炎	71
(3) 胃下垂	72
(4) 肠梗阻	73
(5) 慢性胰腺炎	74
(6) 神经性胃炎	75
(7) 胃、十二指肠溃疡	76
(8) 慢性结肠炎	77
(9) 慢性阑尾炎	78
(10) 胆结石	79
(11) 胆囊炎	80
(12) 肝硬化	81
(13) 呕吐	82
(14) 胃痛	83
(15) 腹痛	84
(16) 呃逆	85
(17) 黄疸	86
(18) 鼓胀	87
(19) 梅核气	88
(20) 疟疾	89

5. 泌尿系统疾病	90
(1) 急性肾炎	91
(2) 慢性肾炎	92
(3) 膀胱结石	93
(4) 尿失禁	94
(5) 肾下垂	95
(6) 尿道炎	96
(7) 膀胱炎	97
(8) 遗尿	98
6. 造血系统疾病	99
白细胞减少症	99
7. 代谢性内分泌系统疾病	101
(1) 糖尿病	101
(2) 肥胖症	102
(3) 高脂血症	103
(4) 痛风	104
(5) 甲状腺功能减退	105
(6) 甲状腺功能亢进	106
(7) 尿崩症	107
(8) 消渴	108
8. 神经系统疾病	109
(1) 脑贫血	109
(2) 脑梗死	110
(3) 脑动脉硬化症	111

(4) 中风后遗症	112
(5) 癫痫	113
(6) 帕金森病	114
(7) 面神经麻痹	115
(8) 臂神经炎	116
(9) 周围神经炎	117
(10) 感觉异常性臂痛症	118
(11) 三叉神经痛	119
(12) 肋间神经痛	120
(13) 坐骨神经痛	121
(14) 桡神经麻痹	122
(15) 周期性麻痹	123
(16) 进行性肌营养不良	124
(17) 重症肌无力症	125
(18) 嗜睡病	126
(19) 自发性多汗症	127
(20) 头痛	128
(21) 痹证	129
(22) 胁痛	130

9. 精神系统疾病

6

(1) 老年痴呆症	131
(2) 精神分裂症	132
(3) 更年期精神病	133
(4) 神经衰弱	134
(5) 郁证	135