

扶阳外治与

扶阳罐保健

FUYANG WAIZHI YU
FUYANGGUAN BAOJIAN

主编 王启才 胡木明



明代著名医家张介宾指出：『天之大宝，只此一丸红日；人之大宝，只此一息真阳。』

扶阳大致有三法：『灼艾第一、丹药第二、附子第三。』可见温灸乃扶阳第一大法也。

阳强则寿，阳衰则夭。



人民军医出版社
PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

扶
阳
外
治
与

扶阳罐保健

FUYANG WAIZHI YU FUYANGGUAN BAOJIAN



策划编辑 王久红
封面设计 bp 柏平工作室
编辑热线 010-51927300-8206
wangjiuhong0415@sina.com
腾讯QQ 1251725226

ISBN 978-7-5091-8316-8



9 787509 183168 >

销售分类：医学科普

定价：26.00元

编著者名单

主 编 王启才 胡木明

副主编 李太泉 周海丰 朱立信 刘松鹤

编 者 (以姓氏笔画为序)

叶必臻 李 敏 李迎红 李秘书

李悦扬 刘广博 杨秋梅 陈 青

陈旭青 陈阳春 周雅琳 董晓兵

韩树伟



扶阳外治

与

扶阳罐保健



王启才
胡木明
主 编



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北 京

图书在版编目 (CIP) 数据

扶阳外治与扶阳罐保健 / 王启才, 胡木明主编. —北京: 人民军医出版社,
2015. 4

ISBN 978-7-5091-8316-8

I. ①扶… II. ①王…②胡… III. ①拔罐疗法 IV. ①R244.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 060041 号

策划编辑: 王久红 文字编辑: 张明山 责任审读: 王三荣

出版发行: 人民军医出版社 经销: 新华书店

通信地址: 北京市 100036 信箱 188 分箱 邮编: 100036

质量反馈电话: (010) 51927290; (010) 51927283

邮购电话: (010) 51927252

策划编辑电话: (010) 51927300—8206

网址: www.pmmp.com.cn

印、装: 三河市春园印刷有限公司

开本: 710mm × 1010mm 1/16

印张: 11.75 字数: 170 千字

版、印次: 2015 年 4 月第 1 版第 1 次印刷

印数: 0001—6500

定价: 26.00 元

版权所有侵权必究

购买本社图书, 凡有缺、倒、脱页者, 本社负责调换

内 容 提 要

万物之生由乎阳，人之生长壮老，皆以阳气为之主。什么是阳气？阳虚有哪些表现？如何扶阳？本书从阳气的概念、功能入手带您认识人体的阳气；同时阐述了阳虚的病因病机、阳虚的判断、扶阳四法、扶阳常用穴位以及扶阳罐的温刮、温灸、温滚、温推、温振、温拍、点按、叩击、推揉等操作要领；重点介绍了使用扶阳罐调理 15 种亚健康状态，家庭自助调治呼吸系统、心血管及血液系统、消化系统、神经系统、内分泌及代谢系统、泌尿生殖系统、骨关节及运动系统、皮肤、眼耳鼻咽喉口腔等 108 种常见病症。本书实用性、指导性强，老幼皆宜，是您及全家健康幸福的好帮手。

足太阳经穴为扶阳罐养生保健的理论基础

（代前言）

足太阳经背腰部穴位是扶阳罐操作的主要部位所在，弄懂、弄清足太阳经（穴）同人体健康的密切联系及其对人体各脏腑的作用，至关重要。

在经络系统中，十二经脉为主体，故又称“十二正经”。十二正经隶属于六脏六腑，而在六脏六腑之中，心为君主之官，为其余五脏六腑之大主，可以说六脏六腑是以心为核心的。那么，就六脏六腑所分属的经脉而言，手少阴心经能否也作为十二经脉的核心呢？回答却是否定的。因为从手少阴经与其他十一条经脉的关系以及对其他十一条经脉的影响来看，手少阴经不具备核心的职能。

纵观各经脉的分布范围，与机体的联系和生理功能、病理反应、诊断价值、治疗以及预防作用，十二经脉的核心非足太阳经莫属。其气化作用，关系到十二经脉的气血运行和经气的转输，具有与“冲脉为十二经之海”同等重要的职能和意义。

一、分布范围

十二经脉中，足太阳经从头至足，分布范围最为博大深长。虽然《灵枢·脉度》篇记有“足之六阳从足上之头，八尺、六八四丈八尺。”这仅仅是针对足三阳经在常人身上分布的总体长度而言的（《灵枢·经水》篇有“若夫八尺之士”之谓）。在这个“八尺”的长度范围内，足太阳经在腰背部和大腿部都是呈双线并列而行的。占机体表面积最多、最广。因其经脉最长，故腧穴数目也居十二经之首，多达 67 穴，占十二经腧穴总数的 2（1）7%（十四经腧穴总数的 1（8）6%）。经穴数目的绝对优势，为足太阳经在十二经脉中的核心地位奠定了基础。

二、与机体的联系

足太阳经上受手太阳经之交，下传足少阴经，属膀胱而络肾；与足阳明经在鼻根、内眼角处交会；在头部入络脑；在耳上方和髀枢部与足少阳经交会；

其经别入肛中、贯膈、络心；其经筋在面部结于鼻，在口结于舌本；心乃君主之官，为脏腑之核心；脑为元神之府，主精神、意识、思维；肾属先天之本，主藏精、生骨髓；胃经多气多血，为后天生化之源。足太阳经与机体的这些重要脏腑、经脉、组织器官发生如此广泛的联系，具有极其重要的生理意义。

足太阳经与机体密切的联系，还突出地表现在背俞穴方面。背俞穴是六脏六腑经气输注于背部的一组经穴，全部分布在足太阳经夹脊 1.5 寸的循行线上，并按六脏六腑在体内所居位置的高低排列。《类经》云：“五脏居于腹中，其脉气俱出于背之足太阳经，是为五脏之俞。”在生理上，背俞穴是脏腑、经脉气血的转输点；在病理上，又是脏腑、组织、器官病变的反应点，有着一定的诊断价值和较好的治疗作用。

从现代医学的角度来认识，背俞穴基本上位于脊神经根部，发出脊神经的各个脊节，一方面向胸腔、腹腔分出支配内脏的交感、副交感神经，另一方面又向体表的一定部位分出感觉神经，两者在脊神经根部存在有交通支，构成内脏神经与躯体神经相互联系的桥梁。背俞穴就是体现这种桥梁作用的具体转输点，由此把足太阳膀胱经与六脏六腑、五官九窍、四肢百骸进一步广泛联系起来。

背俞穴的这些客观作用，可借以佐证足太阳经乃十二经脉之核心。

三、生理功能

足太阳经在周代《十一脉灸经》中称为“巨阳脉”。《素问·热论》篇说：“巨阳者，诸阳之属也。”张介宾在《类经图翼》中注云：“太阳为六经之长。”所谓“六经”，即张机在《素问·热论》篇六经分证的基础上，进一步总结、归纳、发挥而成的《伤寒论》中的太阳、阳明、少阳、太阴、厥阴、少阴六者。六经之中，太阳居首，足太阳经之脉气与督脉相连，主一身之大表，统一身之营卫，司一身之气化。营卫调和，气化正常，则卫外功能固密，阴阳气血调和。从而起到抗御外邪、保卫机体、调节平衡、适应自然的作用。

足太阳经又统帅一身之气街。《灵枢·卫气》篇说：“胸气有街，腹气有街，头气有街，胫气有街。气在头者，止之于脑；气在胸者，止之膺与背俞；气在腹者，止之背俞与冲脉于脐左右之动脉；气在胫者，止之于气街（气冲）与承山、

踝上以下”。气街为脏腑、经络之气聚集、通行的共同道路。头部之气聚集于脑，足太阳经与脑相通；胸部之气聚集于胸中和诸脏之背俞穴，属足太阳经脉；腹部之气聚集于脐周和诸脏之背俞穴，也属足太阳经脉；胫部之气，聚集于气冲（足阳明经）和承山穴（足太阳经）等处。头、胸、腹、胫四大气街均为足太阳经所统，也体现出足太阳经在十二经脉中的核心地位。

四、病理反应

太阳经在生理上为六经之长，在病理上也为百病之始。《医宗金鉴》载：“太阳之为病，为足太阳膀胱经之所病也。”在《伤寒论》六经病症中，以太阳病的记载最为全面、完备，论述也最为详尽。六经病条文共 380 条，仅太阳病就有 183 条，占 48%。其他五经均按“脉证并治”一篇论述，而太阳病却分上、中、下三篇叙及。

太阳主表，当表邪不解、太阳经证不愈，病邪随太阳经而入太阳腑，则影响膀胱的气化功能，以致气滞水停，产生以小便不利为主要特征的蓄水证。如热结下焦，瘀血不行，又会产生以小便不利为主要特征的蓄血证。如果太阳表证不解，病邪入里，又可因人体正气的强弱而有不同的转归：强者转实而出现阳明证，弱者转虚而出现少阴证。由此可见，太阳经的病理转归直接关系到诸经的病理变化。

另外，内脏有病反映到体表，除了在本经的腧穴上有所反应外，还会以不同的形式反应于足太阳经背俞穴上。如肺结核患者可在其肺俞穴上出现压痛；指压胃痛患者的胃俞穴会有“按之快然”的感觉；目赤肿痛时肝俞穴下可扪及结节；耳鸣、耳聋者肾俞穴下则显示出凹陷、空软等。

五、诊断价值

《灵枢·背俞》篇载：“则与得而验之，按其处，应在中而痛懈，乃其俞也。”足太阳经上的背俞穴既然能反应脏腑、组织器官的病症，那么，借助上述反应点，就可以诊断有关病症。反应点可以有压痛、敏感、麻木、迟钝、皮下组织变异（凸起、凹陷、结节、肿胀、条索状）、皮肤知热感度以及导电量的异常变化等多种表现形式，这些反应点的出现对于辅助诊断内脏病具有一定

的指导意义。例如有人观察到在肺俞穴触到异物感时，多显示为肺部疾患，而这些病理反应物的不同形态又常常预示为不同疾病的反应：棱形结节为急性肺炎，条索状物多为慢性支气管炎，扁平或椭圆形结节多见于肺结核。确属利用背俞穴诊断相应脏腑疾病的经验之谈。

六、治疗作用

足太阳经所属腧穴的主治除了膀胱本腑的病症（如遗尿、小便不利）、经脉病（如头痛、肩背痛、腰腿痛、一身尽痛）、神志病（如癫狂）等以外，还有一个很大的特点，就是主治其他脏腑病、五脏所主和开窍的组织器官病症以及各脏腑分属的“经脉病”。这是有别于其他十一条经脉主治的特殊之点，主要体现在背俞穴的治疗作用上。笔者从针灸临床实践中体会到，背俞穴对机体的治疗作用，主要是通过扶正补虚来调节脏腑功能，偏于治疗脏腑的慢性虚弱性病症。如肝俞滋养肝血；肾俞补肾培元；心俞、肺俞调理心肺；脾俞、胃俞健脾和胃。治疗组织器官病，如肺主皮毛、开窍于鼻，肺俞即用于治疗鼻病和皮肤病；肾主骨生髓，开窍于耳和前后二阴，肾俞即用于治疗骨髓病症以及耳和前后二阴的病变。

综上所述，为了丰富经络学说的理论和实践，理应确立足太阳经在十二经脉中的核心地位。

扶阳罐的操作常规，重点部位是背部的督脉、脊柱两边的夹脊穴和足太阳膀胱经穴，其中应在大椎、颈椎夹脊、华佗夹脊、肺俞、脾俞和肾俞重点重复施术（尤其是双罐左右同时施术，背部两侧的夹脊穴和4条膀胱经一起治疗，同时疏通调理）。

从扶阳的角度来讲，还要选用胸部的膻中（气之会穴）、腹部的气海和关元（肾气和元阴、元阳聚会之处）等穴。

对于常见的外感疾病，无论风寒证还是风热证，“扶阳罐”完全可以取代常规中药，尤其是可以纠正目前社会上滥用抗生素治疗外感病的错误做法。

王启才

2013年12月19日

目 录

第一讲 认识人体的阳气	1
一、阳气的概念	1
二、阳气的功能	1
三、阳气涉及的脏腑	2
四、阳气是生命的原动力	4
五、阳虚的病因病机和辨证	5
(一) 阳气耗损的常见原因	5
(二) 阳虚导致的证候	7
六、阳虚的诊断	8
七、阳虚常见的证型	8
八、阳虚体质判断	10
九、扶阳四法	11
(一) 养阳法	11
(二) 通阳法	13
(三) 温阳法	14
(四) 升阳法	16
第二讲 扶阳学派渊源	17
一、扶阳派的理论渊源	17
二、扶阳派的理论特点	19
第三讲 扶阳常用穴位	20
一、头面部常用扶阳穴位	20
二、肩背腰骶部常用扶阳穴位	23
三、胸腹部常用扶阳穴位	29

四、四肢常用扶阳穴位	33
第四讲 火罐与扶阳罐	41
一、传统的火罐疗法	41
二、现代的气罐疗法	41
三、什么是扶阳罐	42
四、扶阳罐的结构	43
五、扶阳罐的类型有哪些	44
六、温灸磁疗罐（扶阳罐Ⅰ型）有哪些款型	44
七、温灸磁疗红光罐（扶阳罐Ⅱ型）有哪些款型	45
八、温灸负离子理疗罐（扶阳罐Ⅲ型）有哪些款型	46
九、扶阳罐的工作原理是什么	49
十、扶阳罐的工作特点和适应证是什么	51
十一、扶阳罐疗法与拔罐疗法有什么不同	53
十二、如何看待扶阳罐的理疗作用	53
十三、扶阳罐刮痧时出现的痧象有何临床意义	54
第五讲 扶阳罐的操作要领	55
一、操作流程	55
（一）扶阳罐如何开机使用	55
（二）“扶阳罐”操作中温度如何调节	56
（三）如何把握用“扶阳罐”调理的时间	56
（四）使用扶阳罐要注意什么	56
（五）扶阳罐使用完毕要消毒吗	57
二、操作方法	57
（一）扶阳罐有哪些具体操作方法	57
（二）扶阳罐温刮操作如何做	58
（三）扶阳罐温灸操作如何做	60

(四) 扶阳罐温滚操作如何做	62
(五) 扶阳罐温推操作如何做	62
(六) 扶阳罐点按操作如何做	66
(七) 扶阳罐温振操作如何做	67
(八) 扶阳罐温拍操作如何做	67
(九) 扶阳罐叩击操作如何做	68
(十) 扶阳罐推揉操作如何做	68
三、扶阳罐调理介质的选择	69
(一) 扶阳罐调理要使用介质吗	69
(二) 扶阳罐调理的介质有哪些	69
(三) 使用调理介质时要注意什么	70
(四) 使用介质会引起皮肤过敏吗, 发生过敏怎么办	70
(五) 扶阳油品种及主要成分是什么	71
(六) 扶阳油的作用及适应证	72
(七) 使用扶阳油要注意些什么	72

第六讲 扶阳罐调理亚健康

一、食欲不振	74
二、胃肠不适	74
三、失眠、多梦	76
四、疲劳	77
五、肝郁	78
六、气血虚弱、面色暗沉	80
七、少儿肺虚	81
八、少儿脾弱	83
九、肾虚	84
十、宫寒	85

十一、脊柱保养	86
十二、颈肩酸痛	87
十三、腰酸背痛	89
十四、膝关节疼痛	90
十五、扶阳罐足疗	91
第七讲 扶阳罐家庭自助调理常见病症	94
一、呼吸系统	94
(一) 发热	94
(二) 感冒	94
(三) 气管炎、支气 管炎	95
二、心血管及血液系统	96
(一) 心脏神经官能症	96
(二) 惊悸	96
(三) 心律失常	97
(四) 低血压	97
(五) 高血压	98
(六) 高脂血症	98
(七) 冠心病、心绞 痛	99
(八) 贫血	100
(九) 白细胞减少 症	100
三、胃肠及消化系统	101
(一) 急性胃炎	101
(二) 胃、十二指肠 溃疡	102
(三) 胃下垂	103
(四) 腹泻	103
(五) 肠易激综合 征	104
(六) 痢疾	104
(七) 胃肠神经官能 症	105
(八) 便秘	105
(九) 病毒性肝炎	106
(十) 肝硬化	107
(十一) 胆囊炎	107
(十二) 胆结石	108
四、神经系统及精神心理疾病	108
(一) 头痛	108
(二) 面神经瘫痪	109

(三) 三叉神经痛 ……110	(十二) 上肢神经麻痹及 肌肉萎缩 ……115
(四) 肋间神经痛 ……110	(十三) 下肢神经麻痹及 肌肉萎缩 ……116
(五) 神经衰弱 ……111	(十四) 中风(脑出血) 后遗症 ……116
(六) 发作性睡病 ……112	(十五) 癔症(歇斯 底里) ……117
(七) 癫痫 ……112	(十六) 强迫症(恐怖 症) ……117
(八) 老年性和早老 性痴呆症 ……113	(十七) 精神 分裂症 ……118
(九) 帕金森病(震颤 麻痹) ……113	
(十) 急性感染性多发 性神经炎 ……114	
(十一) 痿证(肌肉 萎缩) ……114	
五、内分泌及代谢系统 …… 119	
(一) 佝偻病 ……119	(四) 糖尿病 ……121
(二) 单纯性甲状腺肿(大 脖子病) ……119	(五) 肥胖症 ……122
(三) 甲状腺功能亢进症 (甲亢)或减退症 (甲减) ……120	(六) 痛风 ……122
	(七) 自发性多 汗症 ……123
六、泌尿生殖系统 …… 123	
(一) 肾炎 ……123	(六) 前列腺肥大 (增生) ……126
(二) 遗尿 ……124	(七) 遗精 ……127
(三) 癃闭 (尿潴留) ……125	(八) 阳痿 ……127
(四) 白浊 ……125	(九) 早泄 ……128
(五) 前列腺炎 ……126	(十) 不射精症 ……128

(十一) 精子异常	···129	(十八) 闭经	·····132
(十二) 疝气	·····129	(十九) 盆腔炎	·····133
(十三) 月经不调	···129	(二十) 带下病	·····133
(十四) 痛经	·····130	(二十一) 乳腺	
(十五) 功能性子宫		疾病	·····134
出血	·····131	(二十二) 更年期综	
(十六) 倒经	·····131	合征	·····135
(十七) 经行水肿	···132		
七、骨关节及运动系统	·····135		
(一) 风湿热	·····135	出症	·····138
(二) 落枕	·····136	(七) 慢性腰痛(包括	
(三) 颈椎病(颈椎		腰肌劳损)	···139
综合征)	·····136	(八) 坐骨神经痛	···140
(四) 肩周炎		(九) 髋关节痛	·····141
(五十肩)	···137	(十) 膝关节痛	·····141
(五) 急性腰扭伤	···138	(十一) 类风湿关	
(六) 腰椎间盘突出		节炎	·····142
八、皮肤病症	·····143		
(一) 皮肤瘙痒	·····143	皮癣)	·····146
(二) 荨麻疹(风团		(七) 雀斑	·····147
疙瘩)	·····144	(八) 黄褐斑(蝴	
(三) 湿疹	·····144	蝶斑)	·····148
(四) 带状疱疹(蛇丹、		(九) 痤疮(粉刺、	
缠腰龙)	·····145	青春痘)	·····148
(五) 神经性皮炎	···146	(十) 疣	·····149
(六) 银屑病(牛		(十一) 斑秃	·····149
九、眼耳鼻口咽喉疾病	·····150		

(一) 急性结膜炎 (暴发火眼、 红眼病) ……150	(七) 鼻炎 (鼻窦炎) ……154
(二) 麦粒肿、 霰粒肿 ……151	(八) 复发性口腔 溃疡 ……154
(三) 老年性白 内障 ……151	(九) 急性咽喉炎 ……155
(四) 中耳炎 ……152	(十) 慢性咽炎 ……155
(五) 耳鸣 ……153	(十一) 扁桃体炎 ……155
(六) 耳源性眩晕(梅 尼埃病) ……153	(十二) 梅核气(咽喉 异物感) ……156
十、其他 ……157	(十三) 牙痛 ……157
(一) 中暑 ……157	(二) 晕厥 ……158

第八讲 扶阳罐临床应用体会…………… 159

一、失眠、多梦临床体会 ……159	159
(一) 扶阳罐配合耳穴贴压治疗原发性失眠 29 例 ……159	159
(二) 扶阳罐走罐加温灸治疗女性更年期失眠 48 例 ……159	159
二、原发性痛经临床体会 ……160	160
三、肩凝症(肩周炎)临床体会 ……161	161
四、腰腿疼痛综合征临床体会 ……162	162
五、膝关节骨性关节炎临床体会 ……163	163
六、颈椎病临床体会 ……164	164
七、小儿肺脾病症临床体会 ……164	164
八、肥胖症临床体会 ……165	165

第九讲 扶阳罐使用禁忌…………… 166

一、过饥过饱及饮酒后 ……166	166
------------------	-----

二、水肿患者	166
三、骨折	167
四、传染性皮肤病	167
五、皮肤有破损处	168
六、严重心脑血管疾病	168
七、安装心脏起搏器者	169
八、女性经期	169
九、少儿慎用	169