

主 编 程爵棠 程功文

刮痧疗法治百病

GUASHA LIAOFA ZHIBAIBING

人民军医出版社

刮痧疗法治百病

GUASHA LIAOFA ZHIBAIBING

主 编 程爵棠 程功文
编 者 程 文 文 力 程美红
李春霞 新 苗 程 明



0153359

人民军医出版社
北 京

0153359

37764
(京)新登字 128 号

图书在版编目(CIP)数据

刮痧疗法治百病/程爵棠,程功文主编.-北京:人民军医出版社,1999.3

ISBN 7-80020-922-9

I. 刮… II. ①程…②程… III. 刮痧疗法 IV. R244.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(98)第 33323 号

人民军医出版社出版

(北京市复兴路 22 号甲 3 号)

(邮政编码:100842 电话:68222916)

人民军医出版社激光照排中心排版

北京国马印刷厂印刷

新华书店总店北京发行所发行

*

开本:787×1092mm 1/32·印张:16.0625·字数:352 千字

1999 年 3 月第 1 版 1999 年 3 月(北京)第 1 次印刷

印数:0001~6000 定价:23.00 元

ISBN 7-80020-922-9/R·850

〔科技新书目:488-334①〕

(购买本社图书,凡有缺、倒、脱页者,本社负责调换)

内 容 提 要

本书分上下两篇,对刮痧疗法的基本知识和实际运用作了全面阐述。上篇介绍了刮痧疗法的历史、理论依据和作用机制,刮痧治病的三个关键、治疗范围、经络和穴位分布、刺激部位,以及刮具、刮法等,下篇介绍了内科、儿科、妇科、伤外科、皮肤科、眼科、耳鼻咽喉科等190多种常见病和部分疑难病的600多首刮痧配方治疗经验。本书是作者长期临床实践经验的总结,并参考了大量文献资料,内容丰富,实用性强,可供临床医师和基层医师参考,也可供有一定中医基础的广大读者自疗和保健之用。

责任编辑 张建平 王 宁

前 言

刮痧疗法为民间疗法中之精华,是祖国医学的重要组成部分。由于其具有操作简便、易学易懂、适应证广,不花钱或少花钱也能治好病,而且疗效显著,且符合“简便廉验”的原则。故而能够长期在民间广泛流传,并在防病治病,保健强身中发挥越来越大的作用。因此,总结和推广刮痧疗法尤其必要。

刮痧疗法始于石器时代而长期运用于民间,是我国两千多年来民间防病治病的经验总结。由于它具有的自身特点。因此,不仅广泛流传于和应用于民间,而且越来越受到当今医学界同仁的关注和重视。通过不断医疗实践,使其适应范围不断扩大,疗效不断提高。

作者自幼受家传影响,特别是 60 年代有幸在农村工作多年,在缺医少药的艰苦条件下,运用民间疗法,收效颇著而且积累了许多经验。在此后的临床工作中,不断总结和挖掘刮痧疗法的精髓,在此过程中不仅方便了患者就诊,减轻了患者的经济负担,而且临床疗效大大提高。目前,有关刮痧疗法的专著甚少,或者仅限于取穴配方。作者根据 40 年来的临床实践和师授经验及家传秘本——《外治汇要》,广泛收集古今医者和民间经验,采用家传刮痧常用刺激部位和取穴配方并重,进行总结、整理,以供广大读者和同道共同切磋,使刮痧疗法这一祖国传统医学,更加发扬光大,造福人民。

在应用时应注意患者的体位、介质与刮具的选用。若能上下篇互参,并根据具体情况,灵活选用、融会贯通,则可疗之疾

远远超出本书所述收治之范围。

由于笔者学识浅薄,经验不足,遗漏和错误之处在所难免。恳请同仁高贤和读者不吝教言,批评赐正为幸!

程爵棠

1998年5月于景德镇

目 录

总 论

一、刮痧疗法和“痧”的含义·····	(1)
二、刮痧疗法的源流与展望·····	(4)
三、刮痧疗法的理论依据、作用机制及功用·····	(7)
(一)理论依据·····	(7)
(二)作用机制·····	(9)
(三)功用·····	(18)
四、刮痧治病的三个关键·····	(20)
(一)刺激的手法和补泻·····	(20)
(二)刺激的部位和刺激点·····	(22)
(三)刺激的时机与取穴多少及治疗间隔·····	(28)
五、刮痧疗法的适应证与禁忌证·····	(30)
(一)适应证·····	(30)
(二)禁忌证·····	(32)
六、经络与常用刺激部位、穴位及主治·····	(33)
(一)经络概述·····	(33)
(二)腧穴部位与主治·····	(37)
(三)特定穴的作用与应用·····	(41)
(四)神经特定作用点与主治·····	(54)
(五)特定刺激部位·····	(58)

(六)常用穴位与主治	(81)
(七)患者体位	(156)
(八)取穴方法	(158)
(九)选穴配方原则	(162)
七、刮痧疗法应用的检查方法	(164)
(一)概述	(164)
(二)检查方法的理论依据	(164)
(三)检查时患者的体位	(166)
(四)检查方法	(167)
八、刮具与刮法	(170)
(一)刮具	(170)
(二)介质	(173)
(三)刮法	(174)
(四)刮具和刮法的选择原则	(183)
九、操作方法	(184)
(一)术前准备工作	(184)
(二)操作方法与要求	(184)
(三)刮痧顺序与方向	(186)
(四)刮痧时限与疗程	(186)
十、刮痧疗法的优点与注意事项	(187)
(一)优点	(187)
(二)注意事项	(189)

各 论

一、内科疾病	(192)
感冒	(192)
头痛	(195)

偏头痛	(200)	胃下垂	(269)
三叉神经痛	(202)	急性胃肠炎	(272)
支气管炎	(204)	翻胃	(273)
支气管喘息	(208)	食肉过敏	(274)
支气管哮喘	(211)	急、慢性肠炎	(275)
肺气肿	(214)	慢性结肠炎	(278)
肺结核	(215)	过敏性肠炎	(280)
肺炎	(218)	膈肌痉挛	(280)
中暑	(220)	胃扩张	(283)
温病	(222)	胃酸过多症	(284)
发热	(227)	胃肌衰弱	(285)
霍乱	(229)	痢疾	(286)
急痧胀	(230)	腹痛	(288)
羊毛痧	(233)	腹胀	(290)
失眠	(235)	慢性肝炎	(291)
神经衰弱	(237)	胆囊炎、胆石症	(292)
脑力减退(健忘)	(239)	眩晕	(294)
疟疾	(240)	高血压病	(297)
中风后遗症	(241)	低血压症	(299)
颜面神经麻痹	(244)	冠心病	(301)
颜面神经痉挛	(245)	风湿性心脏病	(303)
肩关节周围炎	(247)	肺源性心脏病	(305)
痹证	(249)	心律失常	(306)
坐骨神经痛	(252)	脂肪心	(308)
肋间神经痛	(255)	贫血	(308)
腰痛	(258)	白细胞减少症	(310)
胃炎(呕吐)	(260)	脑动脉硬化	(311)
胃脘痛	(263)	肾炎	(312)
胃及十二指肠溃疡	(266)	泌尿系感染	(314)
胃神经管能症	(268)	泌尿系结石	(316)

前列腺炎	(317)	急性胰腺炎	(339)
前列腺肥大	(319)	癰闭	(341)
阳萎	(320)	自汗、盗汗	(342)
遗精	(322)	便秘	(344)
早泄	(324)	肠梗阻	(346)
强中	(325)	膀胱麻痹	(347)
男性不育症	(327)	腓肠肌痉挛	(348)
甲状腺功能亢进	(328)	肢体麻木症	(349)
甲状腺功能减退	(330)	指趾尖知觉异常症	(350)
甲状腺肿大	(331)	饮证	(350)
糖尿病	(332)	厥证	(353)
肥胖症	(334)	震颤	(354)
胸膜炎	(335)	晕车、晕船、晕机	(355)
嗜睡	(337)	其它病症	(356)
阑尾炎	(338)		
二、儿科疾病	(358)		
小儿高热	(358)	小儿厌食症	(374)
小儿惊风	(360)	小儿疳积	(376)
小儿支气管炎	(362)	小儿积滞	(378)
小儿肺炎	(363)	小儿佝偻病	(379)
小儿麻疹	(364)	小儿夜啼	(380)
百日咳	(365)	流行性腮腺炎	(381)
小儿哮喘	(367)	小儿便秘	(382)
小儿腹泻	(368)	小儿脱肛	(382)
小儿遗尿	(372)	小儿麻痹后遗症	(384)
小儿呕吐	(373)		
三、妇科疾病	(386)		
月经不调	(386)	痛经	(390)
崩漏	(389)	闭经	(393)

带下	(394)	卵巢炎	(407)
妊娠恶阻	(397)	人工流产综合征	(408)
产后缺乳	(398)	子宫脱垂	(410)
产后腹痛	(399)	女性不孕症	(411)
产后腰腿痛	(400)	乳腺炎	(413)
产后发热	(401)	乳腺增生病	(414)
产后大便难	(402)	阴吹	(416)
更年期综合征	(403)	脏躁	(416)
慢性盆腔炎	(405)	阴痒及其它	(418)
四、外科疾病	(419)		
落枕	(419)	肋软骨炎	(431)
颈椎病	(421)	足跟痛	(432)
腰椎间盘突出症	(423)	骨质增生病	(433)
腰椎管狭窄症	(424)	痔疮	(435)
腰肌劳损	(425)	血栓闭塞性脉管炎	(437)
急性腰扭伤	(427)	淋巴管炎	(438)
踝关节扭伤	(428)	颈淋巴结核	(439)
网球肘	(429)	颈肩纤维织炎	(440)
五、皮肤科疾病	(441)		
湿疹	(441)	鱼鳞病	(452)
带状疱疹	(443)	股外侧皮神经炎	(453)
荨麻疹	(444)	多发性周围神经炎	(454)
神经性皮炎	(445)	丹毒	(455)
过敏性皮炎	(447)	硬皮病	(457)
面生粉刺	(448)	皮肤瘙痒症	(458)
色斑	(451)		
六、眼科疾病	(459)		
麦粒肿	(459)	结膜炎	(463)
睑缘炎	(462)	视网膜色素变性	(465)

流泪症	(466)	视神经萎缩	(474)
沙眼	(467)	角膜云翳	(476)
近视	(468)	目痒	(477)
远视	(470)	上睑下垂	(478)
白内障	(471)	眶上神经痛	(479)
青光眼	(473)		
七、耳鼻咽喉科疾病	(480)		
耳鸣	(480)	乳蛾	(491)
耳聋	(481)	喉痹	(492)
化脓性中耳炎	(482)	梅核气	(494)
鼻衄	(484)	喉暗	(495)
鼻鼾	(485)	牙痛	(497)
鼻炎	(486)	口腔溃疡	(499)
过敏性鼻炎	(487)	颞下颌关节功能紊乱	(501)
鼻渊	(489)		

总 论

一、刮痧疗法和“痧”的含义

刮痧疗法民间始用治痧症，故称“刮痧”。其实，刮痧非只治痧证，而可治疗内外诸多疾病。然而“痧”的含义实有其二：一是指病理性（阳性反应）反应的“痧”，即谓之“痧象”；二是指刮痧刺激后反应的“痧”，即谓之“痧痕”。但二者“痧”的形、色又有区别。因此，有必要先加以说明，而不致引起认识上的模糊。

先讲病理性反应的痧象。“痧”是民间的习惯叫法。一方面是指“痧”疹征象，即皮肤出现红点如粟，以指循扪皮肤，稍有阻碍的疹点，或病理性阳性反应物（具体可详见刮痧疗法应用的检查方法一节）。清代邵新甫在《临证指南医案》中说：“痧者，疹之俗称，有头粒如粟。”是疾病在发展变化过程中，反映在体表皮肤上的一种表现。另一方面，是指痧证，又称“痧胀”和“痧气”。《重订广温热病》云：“夏秋空气最浊，水土郁蒸之气触人，人感受了而发病，发于夏季的，叫霉雨蒸；发于秋季的叫桂花蒸。这些病都是水土秽气杂合而成”。这类病就是发痧。临床上就会出现“痧证”的症状，它不是一个独立的病，而是一种毒性反应的临床综合征。临床上许多疾病都可以出现痧象，痧是许多疾病的共同症候，故有“百病皆可发痧”之说。民间所

说的发痧是广义的，包括的病证很多。民间常常用刮痧法来治疗发痧一类疾病，就是因为人体受外来风寒或不正之气（时疫）侵袭后，就会使腠理（皮肤汗腺）固而致密，使外邪郁积在体内，阳气不得宣通透泄而致病。古人认为，痧证主要是由风、湿、火之气相搏而为病。天有八风之邪，地有湿热之气，人有饥饱劳逸。外邪侵袭肌肤，阳气不得宣通透泄，而常发痧证。一年四季都有发生痧证的可能，但以夏秋季为多见。痧证的主要特征有二：一是痧点；二是酸胀感。根据病情轻重，其临床表现可分为一般表现和急重表现。

1. 一般表现

恶寒、发热、无汗、头昏脑胀、胸闷、身痛或全身酸胀，倦怠无力，或头蒙昏胀，胸腹皆热，四肢麻木，甚则厥冷如冰，脉沉细或迟紧。入气分则作肿作胀；入血分则为蓄为瘀；遇食积痰火；结聚而不散，则脘腹痞胀，甚则恶心、呕吐。

2. 急重表现

起即心胸憋闷烦躁，胸腹大痛，或吐或泻，或欲吐不吐，欲泻不泻，甚则卒然昏倒，手足厥冷，面唇青白，口噤不语，昏厥如尸，或头额冷汗如珠，或全身无汗，青筋暴露，针放无血，痧点时现时隐，唇舌青黑，或精神恍惚，头目昏眩，均为病情危重的表现。

痧症相当于现代医学的什么病？目前尚无定论。痧证所包括的范围很广，现存中医古籍中有关痧证的记载，涉及到内、外、妇、儿等科各种疾病。如《痧惊合璧》一书就介绍了40多种疾病，连附属的共计100多种，根据其所描述的症状分析：“角弓反张痧”类似现代医学的破伤风；“坠肠痧”类似腹腔沟斜疝；“产后痧”似指产后发热；“膨胀痧”类似腹水；“盘肠痧”类似肠梗阻；“头风痧”类似偏头风；“缩脚痛痧”类似急性

阑尾炎等等。此外,民间还有所谓寒痧、热痧、暑痧、风痧、暗痧、闷痧及毛痧、冲脑痧、吊脚痧、青筋痧等等。名目繁多、难一一列举。

其实以“痧”命名不仅是指痧证,而且百病皆然;凡由病源(即内外致病因素)所致而为病,多种疾病均可出现病理性反应的痧象。与“诸于内,必形于外”“视其外应,而知其内脏”之原理相一致,故不可局限于痧证一说,而“痧象”的实质是致病因素的代名词罢了。由此则可拓宽治疗思路,扩大刮痧疗法的适用范围。

再讲刮痧刺激后反应的“痧痕”。通过刮治,皮肤便会对此种刺激产生各种各样的反应,主要是颜色(肤色)和形态变化。这种现象即称之为“痧痕”。常见的“痧痕”包括体表局部组织潮红、紫红或紫黑色瘀斑,小点状紫红色疹子,与此同时常伴有不同程度的热痛感。皮肤的这些变化可持续1至数天。只要刮治数分钟,凡有病源之处,其表现轻可见微红,红花杂点,重则成斑,甚至青黑斑块,触之略有阻或隆突感。较严重之青黑斑块,于刮拭时则会有痛感。如无病痛,则无反应,亦不觉疼痛。

不同的“痧痕”,主要是痧疹出现的部位和痧疹本身的形态不同,对疾病的诊断、治疗和病程及预后判断上有一定的临床指导意义。痧色鲜红,呈点状,多为表证,病程短,病情轻,预后多良好;痧色暗红呈片状或瘀块,多为里证,病程长,病情重,预后差。随着刮痧的治疗,痧痕颜色由暗变红,由斑块变成散点,说明病情正在好转,治疗是有效的。一般说来对无病者或属减肥、美容及保健刮拭者,多无明显痧痕。

刮痧疗法是民间疗法精华之一,也是祖国医学的重要组成部分。刮痧又称“刮治”,古称“萎法”,发展至清代始命名为

“刮痧法”。刮痧疗法是在古代“砭石”的基础上,通过历代劳动人民长期在与疾病的抗争中发明的,并经医家不断研究、总结,并结合针灸、按摩疗法的原理演变、改进而发展起来的,较为完善而有效的一种物理刺激疗法。

痧象”是一切疾病在体表的病理性反应,而刮痧疗法就是利用边缘润滑物体(即刮具),或手指、或针具在人体体表一定的特定刺激部位或穴位上施以反复的刮拭、捏提、揪挤、挑刺等手法,使皮肤出现片状或点片状瘀血(或出血)的刺激反应(即痧痕),以达到疏通经络、调节脏腑、恢复生理状态、扶正祛邪、排泄病毒、退热解惊、开窍醒神、祛除疾病为目的的一种物理性的外治疗法。这种疗法由于其历史悠久、方法独特、简便易学、器具简单、操作方便、适应广泛、安全可靠、疗效显著、不花钱或少花钱就能治好病等特点,并符合“简便廉验”的原则。因此一直流传和应用于民间,深受广大群众的欢迎。

由此可见,刮痧疗法是一种从临床实践中总结出来的,很有前途的一种非药物治疗法,尤其是在当前医疗费用普遍不足,医疗开支逐年增加的情况下,刮痧疗法确不失为既经济又有效的医疗手段,更适合家庭自疗之用。因此,进一步研究、总结提高和不断完善其理论及治疗体系,并加以推广应用,使之发扬光大,显得尤其必要。

二、刮痧疗法的源流与展望

刮痧疗法属于民间疗法。与其它民间疗法一样,它来源于民间,应用于民间。在人类医学史上,刮痧疗法是一种最古老而有效的治疗方法之一。它的历史悠久,而且广泛流传于民间。

在原始社会,人类受到各种疾病的侵袭,又不时被毒蛇猛兽所伤,或受时气侵袭而致病,受伤或患病之后,为了自身的生存与健康,不得不在搏斗中自求救护,消除病痛。远在石器时代,我们的祖先在生活和生产劳动实践中,发现身体某一位位偶然被石器摩擦或荆棘刺伤出血,但身体另外某个部位的疼痛却意外得到减轻或消失。久而久之,这种现象经过许多次重复,人们便发现,刮治可以治疗某种疾病,于是便出现了为医疗专用的石刺工具——“砭石”,“砭,以石刺病也”。砭石的应用早在 20 万年前的石器时代就出现了。如在内蒙古锡多伦旗头道洼遗址挖掘出来的新石器时代的砭针,在河北藁城台西村商代遗址第 14 号墓葬中发现的一种石镰,就是当时的医疗工具砭石的一种。在长沙马王堆 3 号墓出土的文物就有砭石的记载,其作用是在人体表面进行刺、划、压、刮等操作的一种简单工具。以砭石治疗疾病,在春秋战国时代就有了文字记载。这是刮痧的原始物体,而且在《五十二病方》中就有砭石的具体运用。当时的砭石有两种:一是以砭石直接在皮肤上造成创伤(即刮、刺等),治癰;二是以砭石作为热熨,治痔。这是考古学家发现的有关砭石治疗的最早的文字记载。凡此种发现,都说明我们的祖先通过长期实践、失败、成功,再实践、再失败、再成功的医疗实践的经验不断总结而得之。

随着社会生产力的发展,祖国医学也随之发展起来。早在两千多年前的中医经典著作《内经》中大量的医理、针刺论述,为刮痧疗法奠定了理论基础。有关刮痧疗法治病在医籍中也偶有记载,早在唐朝时代,人们就运用麻来刮治痧病,春秋战国时期就已盛行,据《扁鹊传》记载:“扁鹊在虢时为太子治尸厥。弟子子阳历针砭石,以取外三阳五会。扁鹊用历针就是针刺,砭石就是用石块作工具刮拭穴位和经络。