

中国民间
医学丛书

中国民间 刮痧术



四川科学技术出版社

金春乐

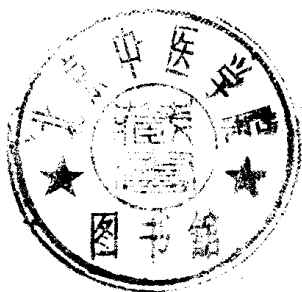
金春城

编著

金春容

中国民间刮痧术

金春乐 金春城 金春璐 著



四川科学技术出版社

1993年·成都

1221144

(川)新登字 004 号

书 名/ 中国民间刮痧术
编著者/ 金春乐 金春城 金春琰

特约编辑·李世勋

责任编辑·周科琪

封面设计·李 勤

版面设计·康永光

责任校对·李 红

出版、发行 四川科学技术出版社
成都盐道街3号 邮编 610012

经 销 四川省新华书店

印 刷 成都盐道街小学印刷厂

版 次 1993年8月成都第一版
1993年8月第一次印刷

规 格 787×1092毫米 1/32

印 张 2.5 50千字 插页 7

印 数 1—11000册

定 价 3.50元

ISBN 7-5364-2602-X/R·560

古代刮痧术工具



石器



古铜钱



古刮痧油瓶



陶器



银元



沉香木

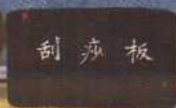


檀香木



水牛角

现代刮痧术工具

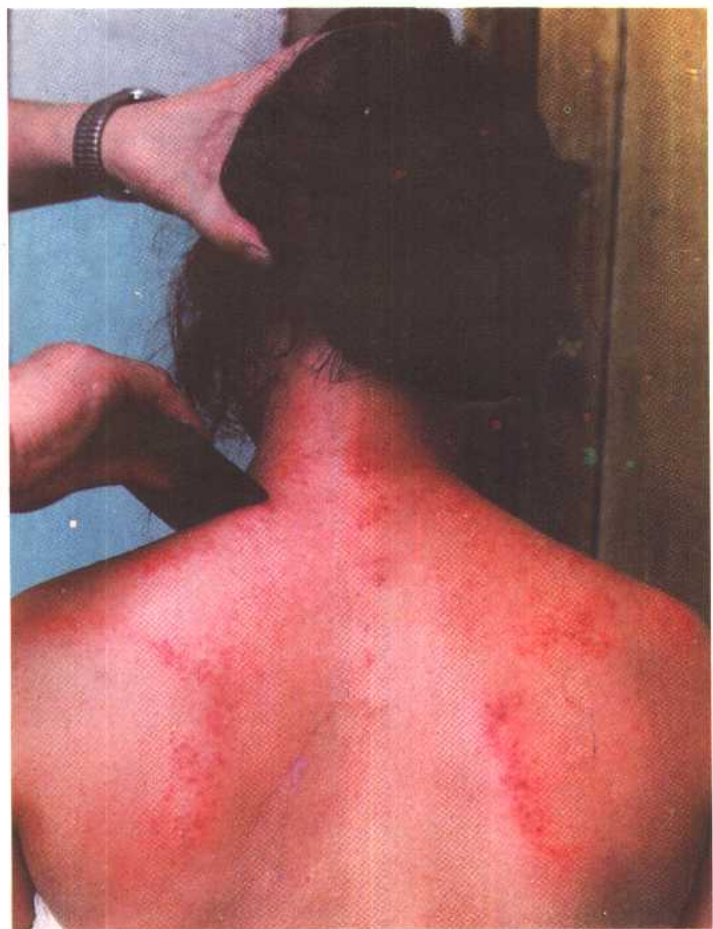












前 言

《中国民间刮痧术》是先父金瑞翔在1978年写的提纲，还没有来得及铺开写作时，就于同年十二月与世长辞，享年七十三岁。

祖国医学是一个伟大的宝库，它是我国劳动人民几千年来与疾病作斗争的经验汇集，刮痧术的应用，有着同样悠久的历史和发展历史和极其丰富的内容。它主要是采用刮拭刺激皮肤，使皮下充血、毛细孔扩张，使秽浊之气由里出表、体内邪气宣泄，把阻经滞络的病源呈现于体表，使气血周流通达五脏六腑、阴阳平衡，达到正本清源之目的。对治疗保健和家庭防病使用都很方便、易于掌握。因而，几千年来，一直为广大人民群众所采用，正因为这样，刮痧术的应用，对于我国广大农村和城市人民与疾病作斗争方面，不仅过去，而且现在和将来，仍将有着重大作用。我国民族医学在刮痧术方面积累了宝贵的经验，有着丰富的内容。这些资料散见于医药典籍或流传于民间，却缺乏系统的专著。作者从事中医临床工作已三十余年，今继承先志，择一得之愚贡献出来，俾有助于广大人民的保健安康。华夏医学，浩如渊海，一己之见，难免无蛙井之嫌，谬误之处，祈望读者教正。

金泰乐于西蜀剑门关

1992年12月

目 录

一、刮痧术简介	(1)
1. 什么叫刮痧术	(1)
2. 医理探索与分析	(2)
3. 刮具、活血润滑剂、止痛灵的制作	(3)
4. 刮痧术实施步骤	(3)
二、刮痧治疗范畴	(5)
1. 刮痧与免疫	(5)
2. 刮痧与杀菌	(5)
3. 刮痧与消炎	(6)
4. 刮痧与营养	(6)
5. 刮痧与镇静	(7)
6. 刮痧与强壮	(7)
7. 刮痧与收敛	(8)
8. 刮痧与强心	(9)
9. 刮痧与利尿、通便、发汗	(9)
10. 刮痧刺激点与疾病	(10)
三、刮拭点选择	(12)
1. 强壮作用之刮拭刺激点	(12)
2. 镇静作用之刮拭刺激点	(13)

3. 调整作用之刮拭刺激点	(14)
4. 结论	(14)
四、刮痧注意事项	(17)
1. 如何避免刮拭危险	(17)
2. 刮拭轻重及刮拭程序	(17)
3. 痧从刮痧来	(18)
五、经络穴位图	(21)
1. 手太阴肺经	(21)
2. 手少阴心经	(22)
3. 手厥阴心包经	(23)
4. 手阳明大肠经	(24)
5. 手太阳小肠经	(25)
6. 手少阳三焦经	(26)
7. 足阳明胃经	(27)
8. 足太阳膀胱经	(28)
9. 足少阳胆经	(29)
10. 足太阴脾经	(30)
11. 足少阴肾经	(31)
12. 足厥阴肝经	(32)
13. 督脉	(33)
14. 任脉	(34)
15. 上部输穴主治示意图	(35)
16. 下肢输穴主治示意图 (甲)	(36)
17. 下肢输穴主治示意图 (乙)	(37)
18. 头颈部输穴主治示意图	(38)
19. 胸腹部输穴主治示意图	(39)

20. 背腰部输穴主治示意图	(40)
----------------------	------

六、疗症示例

1. 感冒	(41)
2. 中暑	(41)
3. 头痛	(42)
4. 偏头痛	(43)
5. 眩晕	(43)
6. 扁桃体炎	(44)
7. 急惊风	(45)
8. 支气管炎	(45)
9. 失音	(46)
10. 胃痛	(46)
11. 胃下垂	(47)
12. 急性肠炎痢疾	(48)
13. 腹痛	(49)
14. 坐骨神经痛	(49)
15. 腰痛	(50)
16. 呃逆	(51)
17. 厥证	(51)
18. 麻木症	(52)
19. 耳聋	(53)
20. 便秘	(53)
21. 失眠	(54)
22. 高血压病	(55)
23. 支气管哮喘	(55)
24. 冠心病心绞痛	(56)

25. 手足震颤	(57)
26. 前列腺肥大症	(57)
27. 糖尿病	(58)
28. 阳痿	(59)
29. 遗尿	(59)
30. 盗汗	(60)
31. 肠梗阻	(61)
32. 梅核气	(61)
33. 奔豚	(62)
34. 背寒冷如掌大	(63)
35. 癰闭	(63)
36. 胁痛	(64)
37. 颈椎骨质增生	(65)
38. 肥胖症	(65)
39. 颜面神经麻痹	(66)
40. 强中	(67)
41. 食肉过敏	(67)
42. 痛经	(68)
43. 更年期综合征	(68)
44. 闭经	(69)
45. 不孕症	(70)
46. 乳腺炎	(70)
47. 症瘕	(71)
48. 阴吹	(72)
49. 输卵管积水症	(72)
50. 落枕	(73)

一、刮痧术简介

1. 什么叫刮痧术

刮痧术是祖国医学组成部分之一。它是我国历代劳动人民在生产过程中，长期与疾病作斗争的实践中发展成长起来的。它的特点是，利用石器、陶器、铜器、木器、动物角做成的器械刮拭刺激皮肤，达到防治疾病的目的。大致春秋战国时期采用石器，汉代用陶器，唐宋元明清到民国年间用铜器、银器、沉香木、檀香木、水牛角作工具。后来便于取用，民间则常用银元、铜元、木梳背、陶瓷调羹作工具刮痧，至今还流行于边远山区。

刮痧术发明在什么年代，已无法考证，但确知在春秋战国时期就已经盛行。《扁鹊传》载，扁鹊在虢时为太子治尸蹶。使弟子子阳历针砥石，以取外三阳五会。有间、太子苏、乃使子豹为五分三灸，熨两胁下，太子起坐。扁鹊用历针就是针刺，砥石就是用石块作工具刮穴位和经络。这种疗法后来慢慢演变充实为刮痧术流传至今。

在古今医籍中虽记载甚少，但笔者受父辈传授，经三十余年的临床实践探索，证实了刮痧术离不开中医经络学的理论。故大体言之，针灸、按摩可以解决的疾病，刮痧术都可以办到。而且刮痧术的效果不仅仅止于“点”和“线”的部位，更能达到人体外层皮肤的“面”。它具有简、便、廉、易和无毒、无副作用的优点。治病范围广、疗效快，对某些疾

病能术到病除，治疑难病，效也颇佳，值得推广应用。

2. 医理探索与分析

从临床实践中，根据中医的基本理论、阴阳五行、脏腑、十二经络、奇经八脉俞穴的内在联系和相互协调、相互制约的机制，以八纲辨证为准则，施以补泻（轻刮为补，重刮为泻）达到通经活血，扶正祛邪的目的。

刮痧术主要刺激皮肤，使皮下充血，毛细孔扩张，使秽浊之气由里出表，体内邪气宣泄，把阻经滞络的病源呈现于体表，使病变器官、细胞得到营养和氧气的补充，使全身血脉畅通促进人体的新陈代谢，使汗腺充血而得到开泄腠理病邪从汗而解。使周身气血迅速得以畅通，使人体损伤细胞活化，气血周流，通达五脏六腑，阴阳平衡，达到正本清源之目的。从而恢复人体自身的愈病能力。

现在医学认为，刮痧疗法的实质是一种特殊的物理疗法，即通过刮拭手段，对局部或某些穴位进行一定程度的刺激，使人体神经末梢或感受器产生效应，一方面通过神经反射或神经体液的传递，对中枢神经系统，发出刺激信号，通过中枢神经的分析综合，对机体各部功能产生协调作用并达到新的平衡；另一方面由于刮拭面积宽，使局部产生热效应，根据热则行冷则凝、和不通则痛、不痛则通的原理，局部的微血管和毛细血管扩张，致局部的血容量和血流量增加，有利于受损的细胞活化和死亡，促使代谢产物的交换、排出；也有利于受损组织的再修复、更新与功能的恢复，重新建立起人体顺应自然生理循环的医疗保健效应。变民间的传统刮痧，为循环走穴的科学刮痧术。按针灸取穴配方之理。通过对上万余例患者进行治疗、论证、探索，取得与针灸，按摩治疗相

似的疗效,进一步证实了该疗法的医理与中医理论完全一致,是防治疾病的有效疗法。

3. 刮具、活血润滑剂、止痛灵的制作

①刮具

最好用水牛角制成平、弯,有棱角而光滑、小巧、精致、运用自如的刮板,因水牛角有凉血解毒的作用。

②活血润滑剂

用菜油加天然中药血竭、白芷、红花、麝香、山甲、文术,经最新科技方法提炼浓缩配制而成,具有消毒杀菌,止痛行血,无毒,无副作用,疗效安全可靠。

③止痛灵

用天然中药丹参、桃仁、血竭、蜈蚣、三七、麝香、酒精,经最新科技方法提炼配制而成,具有消毒杀菌,止痛行血,无毒无副作用,疗效安全可靠。

4. 刮痧术实施步骤

①操作方法

先在穴位范围的经脉线上或患痛部位及有关经络,涂上活血止痛润滑油,取水牛角刮板以45°斜度,平面朝下,刮拭面尽量拉长,由内而外,由上而下,顺次刮拭。脸部、胸部由内而外,头部、背部、肩部、胸腹部由上而下,用力要适中、均匀、直接在人体皮肤经络上反复刮拭,只要数分钟,凡有病源之处,其表则出现红紫色瘀点,或密集的红紫色疙瘩,重则青黑肿块,则会有痛感,如无反应,则无病灶。约3~7天患处清平无累块无痛患时才能实施第二次刮拭。其它部位可以刮拭,如骨骼、关节部位,用刮板棱角刮拭。一般刮拭后二三天内患处会有疼痛现象,这是正常反应。若刮拭部位