

“**1**招灵”
系列

拔罐治病 一招灵

BA GUAN
ZHIBING
YI ZHAO LING

主编 张 娜

一看便懂
一学便会
一用便灵



 科学技术文献出版社

拔罐治病一招灵

主编 张 娜

编委 张大昕 胡英兰

龚文明 杨福恒

科学技术文献出版社

Scientific and Technical Documents Publishing House

北 京

图书在版编目(CIP)数据

拔罐治病一招灵/张娜主编. -北京:科学技术文献出版社,2009.4
(一招灵系列)

ISBN 978-7-5023-6311-6

I. 拔… II. 张… III. 拔罐疗法 IV. R244.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 026742 号

出 版 者 科学技术文献出版社
地 址 北京市复兴路 15 号(中央电视台西侧)/100038
图书编务部电话 (010)51501739
图书发行部电话 (010)51501720,(010)51501722(传真)
邮 购 部 电 话 (010)51501729
网 址 <http://www.stdph.com>
E-mail: stdph@istic.ac.cn
策 划 编 辑 王亚琪 周 玲
责 任 编 辑 周 玲
责 任 校 对 唐 炜
责 任 出 版 王杰馨
发 行 者 科学技术文献出版社发行 全国各地新华书店经销
印 刷 者 北京高迪印刷有限公司
版 (印) 次 2009 年 4 月第 1 版第 1 次印刷
开 本 850×1168 32 开
字 数 141 千
印 张 6
印 数 1~6000 册
定 价 12.00 元

© 版权所有 违法必究

购买本社图书,凡字迹不清、缺页、倒页、脱页者,本社发行部负责调换。

前 言

两人相见最常问的一句话是什么？20世纪流行了几十年的问话是：“吃了吗？”在这个世纪却变成了：“身体好吗？”每当逢年过节，电话、短信总是不离那句“身体健康”，可见身体健康已日益成为人们关注的重点。而我们身体的实际情况却不容乐观：目前全国每20个人中仅有1人处于完全健康状态。中华医学会曾对33个城市、33万各类人群做过一次随机调查，结论是：我国亚健康人数约占全国人口的70%。

如果你不幸已经走入了亚健康状态，或是不希望你加入亚健康人群的行列，但你又忙忙碌碌地工作着、学习着、生活着，你是否想过有一种省时、省力又省钱的方法能助你一臂之力呢？

这个方法就是拔罐。

拔罐既能增强人体自然的抗病能力，使体内维持正常的阴阳平衡，即不治已病治未病，从而达到未病先防、健康长寿的目的，还能让你在茶余饭后为自己当回医生！如果你的体重有些超标，你还可以拔罐减肥呢！

目 录

第 1 章 什么是拔罐	1
一、拔罐是什么	1
二、拔罐的分类	1
三、拔罐用什么样的罐	5
第 2 章 我可以拔罐吗	9
一、拔罐的好处	9
二、拔罐疗法的适应证	10
三、拔罐疗法的禁忌证	11
四、拔罐时要注意什么	12
五、晕罐的处理方法	13
第 3 章 传染病	15
一、拔罐治疗疟疾	15
二、拔罐治疗急、慢性肝炎	16
三、拔罐治疗腮腺炎	17
四、拔罐治疗痢疾	18
第 4 章 呼吸系统疾病	21
一、拔罐治疗感冒	21

二、拔罐治疗百日咳	22
三、拔罐治疗哮喘	22
四、拔罐治疗咽喉炎	23
五、拔罐治疗支气管炎	24
六、拔罐治疗肺炎	26
第5章 消化系统疾病	29
一、拔罐治疗胃炎、胃痛	29
二、拔罐治疗胃下垂	33
三、拔罐治疗慢性胃扭转	33
第6章 泌尿系统疾病	35
一、拔罐治疗泌尿系统感染	35
二、拔罐治急、慢性肾炎	35
第7章 代谢及内分泌疾病	37
拔罐治疗糖尿病	37
第8章 神经系统疾病	38
一、拔罐治疗面肌痉挛	38
二、拔罐治疗面神经炎	39
三、拔罐治疗麻痹性睑裂合不全	43
四、拔罐治疗三叉神经痛	43
五、拔罐治疗神经衰弱	45
六、拔罐治疗偏头痛	46
七、拔罐治疗类中风	47
八、拔罐治疗中风后遗症	48
九、拔罐治疗病毒性脑炎失语症	50

十、拔罐治疗坐骨神经痛	50
第9章 妇产科疾病	56
一、拔罐治疗子宫脱垂	56
二、拔罐治疗功能性子宫出血(崩漏)	56
三、拔罐治疗带下症	57
四、拔罐治疗妊娠呕吐	59
五、拔罐治疗慢性盆腔炎	60
六、拔罐治疗月经不调	61
七、拔罐治疗痛经	62
八、拔罐治疗急性乳腺炎	63
第10章 儿科疾病	64
一、拔罐治疗小儿麻痹症	64
二、拔罐治疗小儿脑性瘫痪	64
三、拔罐治疗麻疹	65
四、拔罐治疗小儿脱肛	66
五、拔罐治疗小儿肺炎、肺热喘咳	68
六、拔罐治疗小儿支气管哮喘	71
七、拔罐治疗百日咳	75
八、拔罐治疗小儿腹泻(急性肠炎)	76
九、拔罐治疗小儿消化不良	78
十、拔罐治疗小儿厌食症	79
十一、拔罐治疗小儿尿床	80
第11章 普外科疾病	83
一、拔罐治疗痔疮	83
二、拔罐治疗阑尾炎	84

三、拔罐治疗胆绞痛·····	86
第 12 章 皮肤科疾病·····	87
一、拔罐治疗痤疮·····	87
二、拔罐治疗黄褐斑·····	87
三、拔罐治疗面部色斑·····	88
四、拔罐治疗酒糟鼻·····	89
五、拔罐治疗疣·····	90
六、拔罐治疗白癜风·····	91
七、拔罐治疗牛皮癣·····	93
八、拔罐治疗玫瑰糠疹·····	94
九、拔罐治疗全身性药物性皮炎·····	96
十、拔罐治疗神经性皮炎·····	96
十一、拔罐治疗股外侧皮神经炎·····	97
十二、拔罐治疗毛囊炎·····	100
十三、拔罐治疗丹毒·····	101
十四、拔罐治疗疮疖·····	103
十五、拔罐治疗带状疱疹·····	105
十六、拔罐治疗荨麻疹·····	105
十七、拔罐治疗湿疹·····	109
第 13 章 骨科疾病·····	110
一、拔罐治疗骨质疏松症·····	110
二、拔罐治疗风湿性关节炎·····	110
三、拔罐治疗类风湿性关节炎·····	114
四、拔罐治疗骨折·····	116
五、拔罐治疗落枕·····	116
六、拔罐治疗梨状肌综合征·····	119

七、拔罐治疗菱形肌损伤	120
八、拔罐治疗腰背肌筋膜炎	121
九、拔罐治疗急性腰扭伤	122
十、拔罐治疗腰肌劳损	123
十一、拔罐治疗肱骨外上髁炎	126
十二、拔罐治疗髌骨软骨软化症	127
十三、拔罐治疗膝关节增生性关节炎	127
十四、拔罐治疗膝滑液囊炎积液	128
十五、拔罐治疗髂髂筋膜脂肪疝	129
十六、拔罐治疗腰椎后关节紊乱症	130
十七、拔罐治疗偏瘫肩	131
十八、拔罐治疗颈椎病	131
十九、拔罐治疗腱鞘囊肿	134
二十、拔罐治疗肩周炎	135
二十一、拔罐治疗肩手综合征	136
 第 14 章 五官科疾病	 138
一、拔罐治疗白内障	138
二、拔罐治疗泪溢症	139
三、拔罐治疗泪囊炎	140
四、拔罐治疗急性结膜炎	141
五、拔罐治疗慢性结膜炎	142
六、拔罐治疗巩膜炎	143
七、拔罐治疗麦粒肿	144
八、拔罐治疗耳鸣、耳聋	145
九、拔罐治疗过敏性鼻炎	146
十、拔罐治疗颞下颌关节功能紊乱症	147
十一、拔罐治疗牙痛	149

十二、拔罐治疗急性扁桃体炎	151
第 15 章 综合疾病	153
一、拔罐治疗腰腿痛	153
二、拔罐治疗软组织损伤	156
三、拔罐治疗扭挫伤	158
四、拔罐治疗颈性眩晕	160
五、拔罐治疗岔气	160
第 16 章 其他疾病	162
一、拔罐减轻癌性疼痛	162
二、拔罐治疗呕吐	162
三、拔罐治疗中暑	165
四、拔罐治疗晕车、晕船、晕机	166
五、拔罐减肥	167
六、拔罐戒烟	168
附录	169
一、拔罐体位图	169
二、拔罐疗法适应证及主穴	171
三、穴位图	173

第1章 什么是拔罐

拔罐疗法在我国已有两千余年的历史,并形成一种独特的治病方法。早在春秋战国时期就有用动物的角吸拔罐法,至隋唐更是有了突破——竹筒拔罐,明代甚至把拔罐列为中医中重要的外治法之一,拔罐在清代渐渐走入民间,并渐渐成为老百姓手到擒来的治病方法。

一、拔罐是什么

拔罐指的是拔罐疗法,即用火罐、水罐、药罐等治疗疾病的一种方法,用燃火、抽气等方法使罐的气压低于大气压,并使其吸着于病痛部、经穴处的体表以治疗疾病。临床上和我们在家里最常用的是拔火罐法,即运用特殊的玻璃罐或陶罐、竹罐,借助热力,排除罐内空气,以使罐内形成负压,吸附在皮肤或穴位上,引起皮肤充血或瘀血的治疗方法,具有温经散寒、行气活血、止痛消肿、拔毒排脓等功效。

二、拔罐的分类

1. 按使火罐真空的方法分

(1) 火罐法

利用燃烧时消耗罐中部分氧气,并借火焰的热力使罐内的气体膨胀而排除罐内部分空气,使罐内气压低于外面大气压(统称负

压),借以将罐吸着于施术部位的皮肤上。用火罐法时,罐的吸拔力的大小与所用的罐具的大小和深度、罐内燃火的温度和方式、扣罐的时机与速度及空气在扣罐时再进入罐内的多少等因素有关。如罐具深而且大,在火力旺时扣罐,罐内热度高、扣罐动作快,下扣时空气再进入罐内少,则罐的吸拔力大;反之则小,可根据临床治疗需要灵活掌握,常用的有以下几种方法。

在具体的手法上,火罐法又分为三种

① 闪火法

用镊子或止血钳等挟住酒精棉球,或用7~8号粗铁丝,一头缠绕石棉绳或线带,做好酒精棒,将酒精棒蘸95%酒精适量,用酒精灯或蜡烛燃着,将带有火焰的酒精棒一头往罐底一闪,迅速撤出,马上将火罐扣在应拔的部位上,此时罐内已成负压即可吸住。这种方法比较安全,当闪动酒精棒时火焰已离开火罐,罐内无火,可避免烫伤,且不受体位限制,是较常用的拔罐方法。*

* **小贴士:** 操作时不要烧到罐口,以免灼伤皮肤。

② 投火法

将纸折成宽筒条状或裁成薄纸条,燃着到1/3时投入罐内,然后迅速将罐扣在施术部位。这种方法适用于侧面拔,需注意将纸投入罐内时未燃的一端应向下,若燃烧后罐内剩余纸条的长度大于罐口直径稍多时,此法即便是用于仰卧位拔罐,也不致灼伤皮肤。

* **小贴士 1:** 投火时,不论使用纸卷和纸条,都必须高出罐口一寸多,等到燃烧一寸左右后,纸卷和纸条都能斜立罐里一边,火焰不会烧着皮肤。

* 拔火罐时揅子(也称为“火把”)也是一个重要的工具。可用一截较粗的铅丝,一头弯成圆圈状,易于用手握住,另一头缠上棉花及纱布,用来蘸酒精,点火。

* **小贴士 2:** 刚开始学投火法时,可在被拔地方放一层湿纸,或涂点水,让其吸收热力,可以保护皮肤不被灼伤。

③ 贴棉法

用直径约2厘米左右厚薄适中的棉花片浸少量75%~95%的酒精,然后贴在罐内壁的中段,用火柴点燃后扣在施术部位上即可吸住。这种方法多用于侧面拔罐,但一定要注意酒精的多少以不滴下为度,若酒精滴下会烫伤皮肤。

④ 滴酒法

向罐子内壁中部滴1~2滴酒精,将罐子转动一周,使酒精均匀地附着于罐子的内壁上,然后用火柴将酒精燃着,将罐口朝下,迅速将罐子叩在选定的部位上。

* **小贴士:** 酒精不能滴多,且不要沾到罐口。

⑤ 架火法

准备一个直径2~3厘米的不易燃烧及传热的块状物,放在应拔的部位上,上面放上小块酒精棉球,将棉球燃着,马上将罐子扣上,立刻吸住,可产生较强的吸力。

(2) 水罐法

一般是先将5~10个完好无损的竹罐放在锅内用水煮沸,用镊子将罐口朝下夹出,迅速用凉毛巾紧扣罐口,立即将罐扣在应拔部位,即能吸附在皮肤上。

(3) 抽气法

先将备好的抽气罐紧扣在需拔罐的部位上,用抽气筒将罐内的空气抽出,使之产生所需负压,即能吸住,这种方法适用于任何部位拔罐,但拔罐的力度要小些。

2. 按拔罐手法分

(1) 闪罐法

适应于肌肉比较松弛、吸拔不紧或留罐有困难处,以及局部皮

肤麻木或功能减退的虚证患者。其操作方法是:将罐子拔上后立即取下,如此反复吸拔多次,以皮肤潮红为度。

* 小贴士:闪罐大多采用火罐法,且所用的罐不宜过大。

(2) 留罐法

又称为“坐罐法”,拔罐后将罐留置 5~15 分钟。罐大吸拔力强时应适当减少留罐时间,夏季或肌肤薄嫩也要适当减少留罐时间,以免起泡损伤皮肤。

(3) 走罐法

又称为“推罐法”、“飞罐法”,一般用于面积较大,肌肉丰厚的部位,如腰背部、大腿等处。采用走罐法时要选口径较大的罐,罐口要求平滑较厚实,最好选用玻璃罐,先在罐口涂一些润滑油脂或在走罐所经皮肤上涂些能起润滑作用的油脂。将罐吸拔好后,用手握住罐底,稍倾斜,即推动方向的后边着力,前边略提起,慢慢向前推动,这样在皮肤表面上下或左右或循经,来回推拉移动数次,以皮肤潮红为度。

(4) 药罐法

常用的药罐法有两种。

① 煮药罐

实际上是水罐法的一种:将配制好的药物装入布袋内,扎紧袋口,放入清水煮至适当浓度,再把竹罐放入药液内煮 15 分钟。使用时,按水罐法吸拔在治疗部位上。煮药罐的方法多用于风湿痛等病症,是在罐内放入适量的祛风活血药物,如羌活、独活、当归、红花、麻黄、艾叶、川椒、木瓜、川乌、草乌等。

② 贮药罐

实际上是抽气法的一种:在抽气罐内事先盛贮适量的药液,常用的有辣椒水、两面针酊、生姜汁,或根据病情配制的药液等,然后按抽气罐的操作法拔罐,如使用无底青霉素药瓶一类的抽气罐,可用注射器将药液在拔好罐后注入罐内。也可在玻璃火罐内盛贮适

量药液,然后按火罐法吸拔在皮肤上。这种方法常用于风湿痛、哮喘、咳嗽、感冒、慢性胃炎、消化不良、牛皮癣等。

(5) 针罐法

先选定穴位上施行针刺,待达到一定的刺激量后或按病情需要施以补泻手法后,将针留在原处,再以针刺处为中心,拔上火罐。如再与药罐结合,则为“针药罐”。这种方法多用于风湿病等。

(6) 刺血(刺络)拔罐法

先用三棱针或陶瓷片、粗毫针、小眉刀、皮肤针、滚刺筒等,按病变部位的大小和出血量的要求或按刺血法要求,刺破小血管,然后拔罐,以此可加强刺血法的疗效。这种方法应用得比较广泛,多用于各种急慢性软组织损伤、神经性皮炎、痤疮、皮肤瘙痒症、丹毒、哮喘、坐骨神经痛。

*** 小贴士:** 不可在大血管上行刺血拔罐法,以免造成出血过多。

三、拔罐用什么样的罐

不同的拔罐方法使用的器具各有所异,不同的消费群体选择的拔罐器具也各有所异。一般的家庭拔罐对器具的要求并不高。

1. 牛角罐

把牛角罐列为第一是因为它是最古老的拔罐器具。具体做法:截下牛角,取出其中角质,形成空桶,以牛角近端截断处为罐口,打磨平滑。牛角罐的优点是在农牧地区取材容易,制作方便,经济实用,且负压性能好,易于把握、操作。缺点是不适于高温消毒,且不能作为血罐和其他手法的拔罐器具。

2. 竹罐

将直径 3~5cm 坚固无损的细毛竹截成长 6~10 厘米长的竹筒,一端留节作底,另一端做罐口。经锯段、去皮、取圆、锉底、作细、见光、磨口、煮管、取膜等工艺,制成管壁厚度为 2~3 毫米、中间呈腰鼓型的竹罐。竹罐的优点是取材容易、制作简便、轻巧价廉、不易摔碎。不过,竹罐的缺点也很明显:容易燥裂、漏气、吸着力不强。

3. 木火罐

木火罐是用圆木切削制成。一般用质地较硬的木材为原料,按玻璃罐、陶罐、竹罐的形状制作,做好后用植物油浸泡十天左右,擦净晾干即可使用。木火罐的优点是轻巧、宜于消毒,亦能行走罐、闪罐、提罐、转罐等手法,接触皮肤感到柔和。缺点是不透明,不合作血罐,且罐内维持压力时间较短,长期不用或保管不当时易燥裂。

4. 陶罐

用陶土烧制而成,罐的两端较小,中间略向外展,形同腰鼓,故又称为“小缸”、“瓷鼓”。陶罐的口径大小不一,口径小的略短,口径大的则较长。陶罐的优点是吸力大,但比较重,且落地易碎。另外,陶罐因不透明,无法观察出血量,也不宜用作血罐。

5. 玻璃罐

采用耐热质硬的透明玻璃制成,形状如笆斗,肚大口小,口边微厚而略向外翻,分大、中、小三种型号。玻璃罐的优点是质地透明,使用时可以看见罐内皮肤的瘀血、出血等情况,便于掌握拔罐治疗的程度,缺点是容易破碎。

* **小贴士**：有些人用吃完罐头的玻璃罐头瓶拔罐，要注意其厚度是否均匀，使用前要注意消毒，并最好用盐水煮一下。

6. 橡胶罐

橡胶罐是仿玻璃罐式样规格用橡胶制成，属于工业制品。橡胶罐的优点是结实、不易损坏、不必使用火种及燃料自身便可形成负压产生吸拔力，便于携带。其缺点是负压力不强，无温热感，故只能用于吸拔，难以施作其他手法，也不能高温消毒。

7. 抽气罐

也称为“负压罐”，是将罐与抽气器连结为一体，上半部为圆柱形的抽气筒，下半部呈腰鼓型的罐体。抽气罐的优点是可以随意调节吸附力，又无烫伤之虑。其缺点是无温热感，不能施作其他手法。

* **小贴士**：抽气罐可用青霉素小瓶去底磨平做罐口，用旧注射器将罐体抽成负压，按在所选择的穴位上。

8. 电罐

电罐是一种改进型的火罐，罐内装有电阻丝，通电后（生活用电）能达到一定温度，再用抽气装置，排空罐内空气，产生负压。可以调节罐内负压力。电罐的优点是比较安全，不会被烫伤，温度及负压可控，患者感觉更舒适。其缺点是因带有控制装置，体积较大，搬运不便，且比较贵。另外，电罐只能用于坐罐，不能作其他手法。

9. 金属罐

用铜、铁、铝等金属加工制成，尤以铜质为常见。多仿玻璃、陶罐等式样，有些人专门收集工艺精美的金属罐。金属罐的优点是