

图解

TUJIE ZHENJIU ANMO BAGUAN
GUASHA TEXIAO LIAOFA

刮痧拔罐按摩针灸

特效疗法

针灸

按人体

十四体表经

脉循行常用穴位针

灸，根据病情的不同和穴

位的不同而选取不同的进

针手法和深度及角度。十

四经脉为：任脉、督脉、

手太阴肺经、手少阴心

经、手厥阴心包经、手阳

明大肠经、手太阳小肠

经、手少阳三焦经、足阳

明胃经、足太阳膀胱经、

足少阳胆经、足太阴脾

经、足少阴肾经、足厥阴

肝经。



国医编委会 / 主编

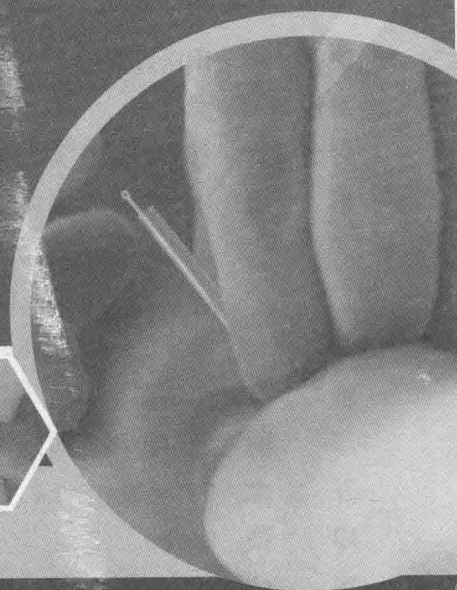
黑龙江科学技术出版社

图解

TUJIE ZHENJIU ANMO BAGLIAN
GUASHA TEXIAO LIAOFA

刮痧拔罐按摩针灸 特效疗法

国医编委会 / 主编



黑龙江科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

图解针灸·按摩·拔罐·刮痧特效疗法 / 国医编委会主编. -- 哈尔滨: 黑龙江科学技术出版社, 2015.10

ISBN 978-7-5388-8375-6

I. ①图… II. ①国… III. ①针灸疗法—图解②按摩疗法(中医)—图解③拔罐疗法—图解④刮搓疗法—图解
IV. ①R24-64

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第239779号

图解针灸·按摩·拔罐·刮痧特效疗法

TUJIE ZHENJIU · ANMO · BAGUAN · GUASHA TEXIAO LIAOFA

主 编 国医编委会

责任编辑 梁祥崇

封面设计 红十月工作室

出 版 黑龙江科学技术出版社

地址: 哈尔滨市南岗区建设街41号 邮编: 15001

电话: (0451) 53642106 传真: (0451) 53642143

网址: www.lkpbs.cn www.lkpub.cn

发 行 全国新华书店

印 刷 北京市飞达印刷有限责任公司

开 本 787mm×1092mm 1/16

印 张 24

字 数 360千字

版 次 2016年1月第1版 第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-5388-8375-6/R·2486

定 价 39.80元

【版权所有, 请勿翻印、转载】

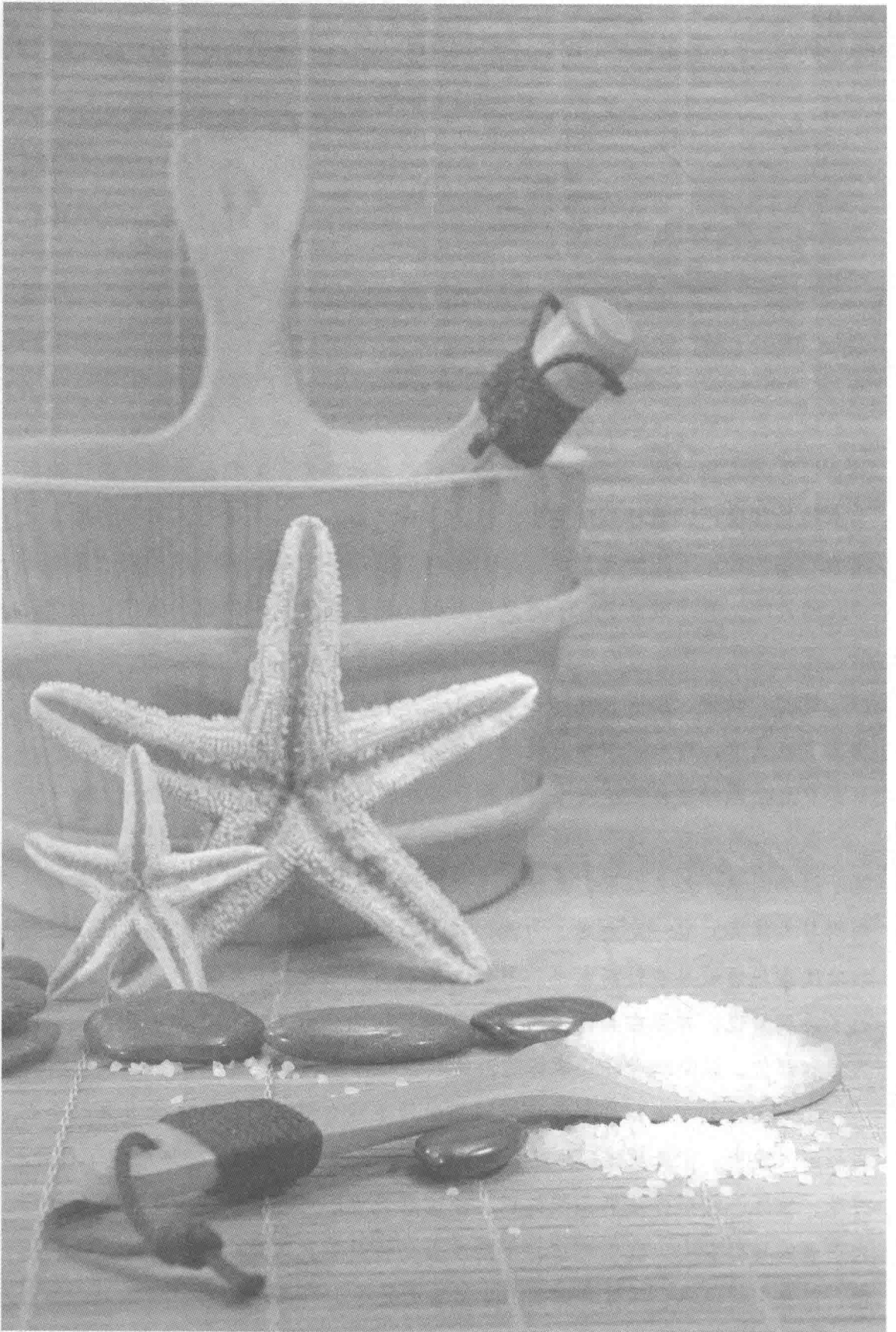
前言

作为我国传统医学中的重要诊治方法——针灸、按摩、拔罐、刮痧，有着享誉世界的确切疗效，深受中外医学界的推崇和喜爱。它们是根据我国传统医学中的经络理论，通过分清遍布人体的各种穴道，确认穴道与人体各种器官之间的联系，针对不同情况运用针灸、按摩、拔罐、刮痧等医疗方法来达到治病祛疾的目的。其疗效显著、不良反应少的优点已被古今中外临床医疗实践所证实，即使是在西医盛行的现代社会，仍能大放异彩。

然而，针灸、按摩、拔罐、刮痧不是人们想象中的那样简单，因为人体的穴位有数百个，针灸、按摩、拔罐、刮痧的具体方法也有近百种，两方面有一方面没有把握好就会使疗效大打折扣，甚至会给身体带来负面影响。

我们认真研究了这个问题，通过专家组仔细探讨，合理地处理了这个问题。长久以来，穴位找不准的原因主要是因为缺少图例，或者手绘图例与人体实际有一定差距。为此，我们着手制作了真人实体穴位标注图，其准确度在此领域具有较高水平。另外，针对四种治疗方法，我们单列出一篇进行了详细解说，并且在具体治病的章节中简明地分出了这四种疗法各自施治的穴位和部位，以使读者轻松掌握防治的部位和方法。

本书是我们中医传统医学研究组历时两年精心打造的精品医学专著。全书内容深入浅出、言简意赅，并配有大量真人实体图片，详细准确地介绍了针灸、按摩、拔罐、刮痧疗法的系统知识，使读者看过即可掌握，实为医务人员和广大患者的良师益友。我们相信，借助本书必将对各种常见疾病的家庭治疗和护理，以及家庭保养、保健等方面产生显著的效果。





录

Contents



中医传统疗法 19



针灸疗法

一、针灸的治病机理.....	19	行针基本手法.....	23
调和阴阳.....	20	针刺的感应.....	24
扶正祛邪.....	21	出针法.....	24
疏通经络.....	21	四、灸灼疗法.....	24
二、针灸的施治器具.....	21	艾炷灸法.....	25
三、针刺的运针方法.....	22	艾卷灸法.....	26
选择体位.....	22	温灸法.....	28
消毒.....	22	非艾灸法.....	31
常用进针法.....	23	五、针刺疗法.....	34
针刺的角度、方向和深度.....	23	毫针刺法.....	34

芒针刺法·····	34	近处取穴·····	40
粗针刺法·····	35	局部取穴·····	41
火针刺法·····	35	远近配穴·····	41
三棱针刺法·····	35	四、穴位按摩治病的次数与补泄···	41
蜂针刺法·····	35	五、穴位按摩的适应证与禁忌证···	42
六、针刺注意事项·····	36	适应证·····	42
七、灸灼注意事项·····	37	禁忌证·····	42
施灸禁忌·····	37	六、穴位按摩的注意事项·····	43
施灸程序·····	37	七、出现不良反应的处理方法·····	44
灸后处理·····	37	晕厥·····	44
注意事项·····	37	疼痛加重·····	45
		岔气与肌肉损伤·····	45

按摩疗法

一、穴位按摩治疗原则·····	38
二、选穴处方原则·····	39
三、穴位按摩选穴处方应遵守的原则···	40
取阿是穴·····	40
远部取穴·····	40

拔罐疗法

一、拔罐的治病机理与作用·····	45
预防保健作用·····	45
作用机理·····	46
治疗作用·····	46

二、拔罐疗法施治器具·····	48	痧的定义及范围·····	60
火罐·····	48	痧证的起因·····	61
负压罐·····	48	痧证的症状·····	61
真空拔罐器·····	49	二、刮痧的治病机理·····	62
其他·····	49	中医学理论·····	62
三、拔罐施治手法·····	50	现代医学理论·····	63
吸拔方法·····	50	三、刮痧的施治器具·····	63
拔罐时间·····	50	刮痧器具·····	63
起罐·····	50	刮痧介质·····	64
单纯罐手法·····	50	四、刮痧的操作手法·····	65
结合罐手法·····	54	刮痧方法的分类·····	65
四、拔罐施治的注意事项·····	57	刮痧的操作方法·····	68
注意事项·····	57	刮痧的补泄手法·····	69
正常反应·····	58	五、刮痧的施治范围及其注意事项·····	70
异常反应及预防处理·····	58	选穴原则·····	70
		刮痧时间·····	71
		刮痧次数·····	71
		刮痧后的处理·····	71

刮痧疗法

一、痧证的起因与表现·····	60
-----------------	----

刮痧正常反应及不良情况

的处理 71

实施刮痧时应注意的事项 72

关于刮痧后调养方面 74



家庭百病自诊自疗 75

针 灸

咳 嗽 75

艾炷灸 75

瘢痕灸 75

隔物灸 76

艾卷温盒灸 76

敷灸 76

灯火灸 76

太乙神针法 76

肺结核 78

艾炷灸 78

瘢痕灸 78

艾卷灸 78

隔物灸 78

敷灸 79

灯火灸 80

胃 痛 80

艾炷灸 80

艾卷灸 80

温灸 80

隔物灸 82

灯火灸 82

敷灸 82

胃下垂·····	82	艾卷灸·····	89
艾炷灸·····	82	灯火灸·····	90
艾卷灸·····	82	敷灸·····	90
温灸·····	84	腹 泻·····	90
敷灸·····	84	艾卷灸·····	90
呕 吐·····	84	隔物灸·····	90
艾炷灸·····	84	温灸·····	92
艾卷灸·····	84	灯火灸·····	92
温灸·····	86	腹 胀·····	92
灯火灸·····	86	隔物灸·····	92
敷灸·····	86	艾卷灸·····	92
呃 逆·····	86	敷灸·····	94
艾炷灸·····	88	原发性高血压·····	94
隔物灸·····	88	艾炷灸·····	94
灯火灸·····	88	艾卷灸·····	94
腹 痛·····	88	温灸·····	94
艾炷灸·····	88	灯火灸·····	95
隔物灸·····	88	敷灸·····	95

冠心病·····	96	隔物灸·····	103
艾炷灸·····	96	艾卷灸·····	103
温灸·····	96	灯火灸·····	103
灯火灸·····	96	遗精·····	105
心悸·····	98	艾炷灸·····	106
艾卷灸·····	99	艾卷灸·····	106
敷灸·····	99	灯火灸·····	106
淋证·····	99	精子缺乏症·····	106
艾灸法·····	99	艾炷灸·····	106
灯火灸·····	99	艾卷灸·····	107
敷灸·····	100	癫痫·····	108
瘰闭·····	101	艾卷灸·····	108
温灸·····	101	艾炷灸·····	108
隔物灸·····	101	灯火灸·····	108
灯火灸·····	101	敷灸·····	108
蒸气灸·····	101	坐骨神经痛·····	110
阳痿·····	103	艾灸法·····	110
艾炷灸·····	103	灯火灸·····	111

敷灸·····111	针灸·····117
三叉神经痛·····111	月经失调·····119
艾灸法·····111	针灸·····119
灯火灸·····111	功能失调性子宫出血·····120
敷灸·····112	针灸·····120
面神经炎·····112	闭 经 ·····122
艾炷灸·····113	针灸·····122
艾卷灸·····113	白带增多症·····123
温灸·····114	针灸·····123
灯火灸·····114	妊娠呕吐·····125
敷灸·····114	针灸·····125
急性肠梗阻·····114	乳汁过少·····126
艾灸法·····115	针灸·····126
敷灸·····115	更年期综合征·····127
血栓闭塞性脉管炎·····116	针灸·····127
艾灸法·····116	颈淋巴结核·····127
敷灸·····117	艾灸法·····129
痛 经 ·····117	敷灸·····129

腱鞘炎·····	129	腰椎间盘突出症·····	136
艾灸法·····	129	艾灸法·····	136
灯火灸·····	130	药熏蒸气灸·····	137
敷灸·····	131	敷灸·····	138
直肠脱垂·····	131	肩周炎·····	138
艾灸法·····	131	艾炷灸·····	138
药物蒸气灸·····	131	艾卷灸·····	138
灯火灸·····	132	温灸·····	138
敷灸·····	133	灯火灸·····	139
急性乳腺炎·····	133	敷灸·····	140
艾灸法·····	133	腰肌劳损·····	140
灯火灸·····	133	艾灸法·····	140
药物蒸气灸·····	133	敷灸·····	140
敷灸·····	134	药熏蒸气灸·····	141
颈椎病·····	135	急性腰扭伤·····	142
艾灸法·····	135	艾灸法·····	142
药熏蒸气灸·····	135	非艾灸法·····	142
敷灸·····	135	敷灸·····	142

踝关节扭伤·····143	老年性足跟痛·····151
艾灸法·····143	针灸·····152
非艾灸法·····144	疝·····152
敷灸·····144	针灸·····152
药熏蒸气灸·····144	老年性白内障·····154
落 枕·····145	针灸·····154
艾灸法·····145	单纯性青光眼·····155
灯火灸·····145	针灸·····155
药熏蒸气灸·····146	急性结膜炎·····156
敷灸·····146	针灸·····156
肛 裂·····146	咽喉异感症·····157
针灸·····146	针灸·····158
脱 肛·····147	鼻出血·····158
针灸·····148	针灸·····158
丹 毒·····149	过敏性鼻炎·····159
针灸·····150	针灸·····160
急性淋巴管炎·····150	慢性鼻窦炎·····161
针刺放血·····150	针灸·····161

急性扁桃体炎.....162 消化性溃疡.....175

 针灸.....162 手部按摩.....175

慢性化脓性中耳炎.....163 慢性结肠炎.....177

 针灸.....165 手部按摩.....177

牙本质过敏.....165 原发性高血压.....178

 针灸.....165 手部按摩.....179

按 摩

慢性支气管炎.....166 冠心病.....180

 手部按摩.....166 手部按摩.....180

支气管哮喘.....168 阳 痿182

 手部按摩.....168 手部按摩.....182

食欲不振.....170 前列腺炎.....183

 手部按摩.....170 手部按摩.....184

慢性胃炎.....172 面 瘫185

 手部按摩.....172 手部按摩.....185

胆囊炎、胆结石.....173 三叉神经痛.....186

 手部按摩.....174 手部按摩.....187

糖尿病.....188

 手部按摩.....188

骨质疏松症·····	189	肺气肿·····	205
手部按摩·····	190	慢性支气管炎·····	207
颈椎病·····	191	支气管哮喘·····	208
手部按摩·····	191	原发性高血压·····	210
腰椎间盘突出症·····	193	冠状动脉粥样硬化性心脏病·····	212
手部按摩·····	193	低血压·····	213
慢性咽炎·····	194	心肌梗死·····	214
手部按摩·····	195	风湿性心瓣膜病·····	216
老年性白内障·····	196	病毒性心肌炎·····	218
手部按摩·····	196	心肌病·····	219
痤疮·····	197	心律失常·····	220
手部按摩·····	198	反流性食管炎·····	222
		急性胃炎·····	223
		慢性胃炎·····	225
		胃肠神经官能症·····	227
		胃与十二指肠溃疡病·····	228
		溃疡性结肠炎·····	230
		慢性胰腺炎·····	231

拔 罐

慢性阑尾炎·····	233	脑血管意外后遗症·····	262
慢性腹泻·····	234	帕金森病·····	264
便秘·····	236	脊髓空洞症·····	266
胆道系统感染和胆结石·····	237	面神经炎·····	268
慢性胆囊炎·····	237	三叉神经痛·····	269
慢性肾小球肾炎·····	240	肋间神经痛·····	271
肾盂肾炎·····	241	坐骨神经痛·····	272
泌尿系结石·····	243	重症肌无力·····	274
尿潴留·····	244	老年性痴呆症·····	276
再生障碍性贫血·····	246	神经症·····	278
硬皮病·····	248	神经衰弱·····	280
干燥综合征·····	249	呕 吐·····	282
糖尿病·····	251	反 胃·····	283
肥胖症·····	253	吐 酸·····	284
高脂血症·····	255	胃 痛·····	285
痛 风·····	257	腹 痛·····	286
甲状腺功能减退症·····	259	泄 泻·····	288
甲状腺功能亢进症·····	260	腰 痛·····	289