



针罐

王强虎 王丽娜◎编 著

疗法治百病



针灸拔罐 病好一半 自然疗法 神奇疗效



金盾出版社

针罐疗法治百病

王强虎 王丽娜 编 著

金盾出版社



— 内 容 提 要 —

本书简要介绍了针罐疗法的基础知识,详细介绍了治疗内科、外科、五官科、妇科、泌尿科、皮肤科、儿科疾病的具体治疗方法。为便于读者操作,书中配有插图近百幅。全书融科学性、实用性、安全性为一体,既可供患者和家庭用于保健美容、防病祛病,也可供医务人员参考阅读。

图书在版编目(CIP)数据

针罐疗法治百病/王强虎,王丽娜编著. — 北京:金盾出版社,2013.9

ISBN 978-7-5082-8226-8

I. ①针… II. ①王…②王… III. ①针刺疗法②拔罐疗法
IV. ①R245.3②R244.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 053395 号

金盾出版社出版、总发行

北京太平路 5 号(地铁万寿路站往南)

邮政编码:100036 电话:68214039 83219215

传真:68276683 网址:www.jdcbs.cn

封面印刷:北京精美彩色印刷有限公司

正文印刷:北京万博诚印刷有限公司

装订:北京万博诚印刷有限公司

各地新华书店经销

开本:850×1168 1/32 印张:8.625 字数:178 千字

2013 年 9 月第 1 版第 1 次印刷

印数:1~7 000 册 定价:21.00 元

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)

前言

俗话说：“针灸拔火罐，病好一大半儿。”针灸和拔罐作为一种临床治疗手段，为人类的健康作出了巨大贡献。针灸、拔罐都是通过刺激经络穴位达到治疗疾病的目的，是传统中医的常用疗法。针灸、拔罐疗法皆为中医外治法中的重要手段，并以中医针灸学知识为基础，自古以来广泛应用于临床各科疾病的治疗。

针灸和拔罐配合可治疗常见病、多发病。拔罐具有脱敏、止咳、平喘、消炎、活血、散寒、增强免疫功能、恢复体力等功效。拔罐疗法有火罐法、水罐法、针罐法、药罐法、走罐法、抽气罐法、挤压罐法等多种。罐具可分竹罐、陶罐、瓷罐、玻璃罐、金属罐（铁、铜、铝罐由于传热快已被淘汰），此外，凡是口小腔大、口部光滑平整、不怕热，能产生一定吸拔力的器具（如杯、瓶等）均可选用。火罐法常与针罐、药罐、灸罐、红外线罐配合应用。而这些使用方法对于大多数人都较为陌生，为此我们编写了《针罐疗法治百病》一书献给广大读者，希望能成为大家

的良师益友。

本书以普通读者和基层医务工作者为阅读对象,作者将多年的临床经验进行了总结,系统介绍了针刺与拔罐相结合的治病方法。这种方法,由于操作简单,价格低廉,疗效可靠,痛苦较小,一直深受广大患者欢迎。相信通过本书深入浅出,通俗易懂的介绍,会给广大患者及家人带来福音。由于作者水平有限,不当之处,希望读者给予斧正。

作者

目 录

一、针刺疗法操作技术

(一)毫针的结构	(1)
(二)毫针的规格	(2)
(三)毫针的选择和检查	(2)
(四)针刺前的准备	(4)
(五)毫针进针法	(5)
(六)针刺常用的补泻手法	(10)
(七)针刺的留针与退针	(12)
(八)针刺常见异常情况的处理	(12)
(九)针刺的注意事项	(15)
(十)刺血疗法的基本原则	(16)
(十一)刺血疗法的优点	(17)
(十二)刺血疗法的主要作用	(18)
(十三)刺血疗法的配穴方法	(19)
(十四)刺血疗法的针具介绍	(20)
(十五)刺血疗法的术前准备	(20)
(十六)刺血疗法的适应证和禁忌证	(21)
(十七)刺血疗法的注意事项	(22)

二、拔罐疗法操作技术

- (一)常用的拔罐工具 (23)
- (二)拔罐需要配用的材料 (28)
- (三)拔罐常用的排气方法 (29)
- (四)常用的拔罐方法 (31)
- (五)针罐相结合的拔罐方法 (41)
- (六)针刺拔罐常用的体位 (45)
- (七)拔罐吸拔时间长短的确定 (47)
- (八)正确科学的起罐方法 (48)
- (九)拔罐疗法的注意事项 (50)
- (十)拔罐过程的反应与处理 (53)
- (十一)临床中医罐法的正确选择 (55)
- (十二)拔罐疗法的补泻手法 (56)

三、针罐疗法经穴知识

- (一)经络的概念及组成 (58)
- (二)穴位的概念 (60)
- (三)穴位的分类 (61)
- (四)穴位的治疗作用 (62)
- (五)穴位的定位方法 (66)
- (六)手太阴肺经循行穴位 (72)
- (七)手阳明大肠经循行穴位 (75)

(八)足阳明胃经循行穴位	(79)
(九)足太阴脾经循行穴位	(87)
(十)手少阴心经循行穴位	(91)
(十一)手太阳小肠经循行穴位	(93)
(十二)足太阳膀胱经循行穴位	(97)
(十三)足少阴肾经循行穴位	(108)
(十四)手厥阴心包经循行穴位	(112)
(十五)手少阳三焦经循行穴位	(114)
(十六)足少阳胆经循行穴位	(118)
(十七)足厥阴肝经循行穴位	(126)
(十八)督脉循行穴位	(129)
(十九)任脉循行穴位	(134)
(二十)经外奇穴穴位	(138)

四、内科常见病症针罐疗法

(一)感冒	(144)
(二)慢性支气管炎	(147)
(三)支气管哮喘	(150)
(四)高血压病	(154)
(五)中风后遗症	(156)
(六)慢性胃炎	(158)
(七)呃逆	(161)
(八)呕吐	(163)
(九)腹胀、腹痛	(166)
(十)慢性腹泻	(168)

(十一)胃下垂	(170)
(十二)便秘	(172)
(十三)肥胖	(174)
(十四)贫血	(175)
(十五)失眠	(177)
(十六)胃及十二指肠溃疡	(179)
(十七)晕厥	(183)
(十八)抑郁症	(184)

五、外科常见病症针罐疗法

(一)尿潴留(癃闭)	(186)
(二)尿失禁	(188)
(三)慢性前列腺炎	(189)
(四)阳痿、遗精、早泄	(191)
(五)颈椎病	(192)
(六)落枕	(195)
(七)三叉神经痛	(197)
(八)肩关节周围炎	(199)
(九)急性腰扭伤	(201)
(十)慢性腰痛	(203)
(十一)坐骨神经痛	(205)
(十二)头痛	(206)
(十三)面瘫(周围性面神经麻痹)	(209)
(十四)类风湿关节炎	(212)
(十五)荨麻疹	(214)

(十六)神经性皮炎	(216)
-----------------	-------

六、妇产小儿科常见病症针罐疗法

(一)痛经	(218)
(二)月经不调	(220)
(三)闭经	(223)
(四)带下病	(225)
(五)不孕症	(228)
(六)妊娠呕吐	(229)
(七)产后缺乳	(231)
(八)乳腺增生	(234)
(九)更年期综合征	(236)
(十)小儿惊风	(237)
(十一)小儿遗尿	(239)
(十二)小儿多动症	(242)

七、五官科常见病症针罐疗法

(一)急性结膜炎	(244)
(二)溢泪症	(247)
(三)老年性白内障	(249)
(四)近视	(252)
(五)眩晕(梅尼埃病)	(253)
(六)耳鸣、耳聋	(255)

(七)慢性鼻炎	(259)
(八)慢性咽炎	(260)
(九)牙痛	(262)

一、针刺疗法操作技术

(一)毫针的结构

刺法和灸法都是通过对穴位的刺激,激发经络的功能来达到调整气血、平衡脏腑阴阳,达到扶正祛邪、治疗疾病、恢复健康的目的。针刺中的行针寻气是保证针法疗效的重要手段,也是实施补虚泻实手法的基础,而合理的针刺操作又需要熟练的技巧、完好的针具、适当的体位和病人积极的配合。因此,要掌握和运用好针刺方法,首先必须熟悉有关针刺法的基础知识。

现代所用毫针(图1)多为不锈钢制成,但也有金银或合金制成的,其结构共分5个部分。

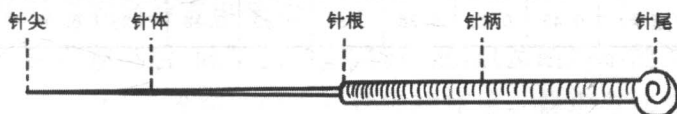


图1 针灸毫针

针尖:指针的前端锋锐部分,又称针芒。

针身:指针尖与针柄之间的部分,又称针体,毫针的长短、粗细规格主要指此而言。

针根:指针体与针柄连接的部分。

针柄：针的一端用金属丝缠绕呈螺旋状，是便于执针的部分。

针尾：针柄的末端，一般用金属丝（铜丝或铝丝）缠绕，呈圆筒状。

（二）毫针的规格

毫针的规格：主要以针身的长短和粗细来表示（表 1，表 2）。

表 1 毫针长度规格表

规格	长度								
寸	0.5	1.0	1.5	2.0	2.5	3.0	3.5	4.0	4.5
毫米	15	25	40	50	65	75	90	100	115

表 2 毫针粗细规格表

规格	粗细								
号数	26	27	28	29	30	31	32	33	34
直径(毫米)	0.45	0.42	0.38	0.34	0.32	0.30	0.28	0.26	0.23

（三）毫针的选择和检查

毫针要尖而不锐，圆而不钝，形如松针者为佳，针尖不可有卷毛或钩曲，也不可过于尖锐或过于圆钝。

针身要光滑挺直，上下匀称，坚韧而富于弹性，凡针身有剥蚀，锈痕及弯曲者，均不宜使用，以防断针。

针根要牢固,不能有剥蚀及松动现象,针根处如有剥蚀则容易折断,必须注意。针柄以金属丝缠绕紧密均匀为佳,不能松动,注意选择长短适中的为宜,即针柄要与针身对称,针柄过长,在浅部留针或置艾绒时可发生针柄倒垂现象。如过短则在运用手法时手指不易着力。

此外,选择时要注意针的弹性和韧性,使用前应注意选择长短粗细适中的针具。检查针尖主要是看针尖有无卷毛或钩曲现象。检查方法可用右手拇指中指执针柄,一面捻转,一面用无名指抵住针尖,如有钩曲可察觉出来;或用棉球裹住针身下端,右手将针反复旋转退出,如果发觉不光滑,或退出后针尖上带有棉絮者,即是针尖有毛钩。

检查针身:针身有弯曲或斑剥明显,肉眼容易察觉。若弯曲少而不明显者,可将毫针针体平放在桌面上慢慢滚动,如某处不能与桌面紧贴,有拱形隆起者,即表示该处有弯曲。针身的锈斑剥蚀较小者,须用放大镜细心检查。

检查针柄:主要看针柄是否松动,可用右手执针柄,左手指紧捏针身,两手稍用力离合拉送,或向相反的方向转动,如有松动很容易检查出来。

毫针损坏后,除了剥蚀,弯折过重,以及断裂不能修理者弃之不用外,一般均可设法修理继续使用。修理方法如下:

针尖:针尖卷毛或折断时,可用细砂纸或细磨石重行磨尖,要注意针尖的圆度和锐度是否适当,在细磨石上磨时可以食指压住针身下段,按所需角度缓慢斜磨,一面微微转动针身,使针尖边滚边擦,磨到合适标准为止。

针身:修理针体应注意锈蚀,斑剥和弯曲,如有斑剥,锈蚀可用除锈油,细砂纸或去污粉等磨擦,如针体不直,可以把

弯曲的针体用手捋直。捋针的方法是用一手的拇、食指捏住针柄，另一手的拇、食指用棉球或软布挟住针体。由针根向针尖方向捋勒，挟住针的两指，在滑过弯曲时用适度指力向拱形隆起部分压捋，连续数次，便可将针身捋直。若针体弯曲较多者，可先将针体勒成一个大弯，然后向相反的方向勒直。有不能捋直的硬折弯的针则弃之不用。

针柄：针柄所绕之金属丝如果松动，须将金属丝放开，拉直后重绕，如有损坏者，应另换金属丝缠绕。

(四) 针刺前的准备

做好针刺前的准备工作，是保证治疗顺利进行、防止发生意外的重要保证。

1. 术前解释 对于初次接受针刺治疗的患者，应让他们了解针刺治病的常识，已达到消除顾虑，积极配合的目的。主要告知事项应包括精神勿紧张、不要空腹、不要过于疲劳、不要酗酒，进针后不要随意变动体位，如有不适应及时告知等。

2. 穴位消毒 选用 1% 的碘伏或 75% 的酒精棉球从穴位中心向外周旋涂消毒。同时，对操作者的手也应严格消毒。

3. 针具消毒

(1) 高压消毒：将针具用纱布包好放在针盒内，放在高压消毒锅内，维持在 15 磅气压、120℃ 的高温，持续 15 分钟即可。

(2) 煮沸消毒：将针具用纱布包好放置在清水锅内，待水沸腾后再煮 10~15 分钟即可。也可将清水调制成 2% 碳酸氢钠溶液，以提高水的沸点。

(3)药物消毒:将针具放入 75% 的酒精溶液中,浸泡 30 分钟;或放入 0.1% 的新苯扎氯铵(洁尔灭)溶液中浸泡 30 分钟。

(五)毫针进针法

临床上一般用右手持针操作,主要是拇、食、中指夹持针柄,其状如持笔,故称右手为“刺手”。其作用是掌握针具,实施手法操作。用左手切按压所刺部位或辅助针身,故称左手为“押手”,其作用是固定腧穴的位置,夹持针身,以利于进针,减少刺痛和协助调节、控制针感。临床常用的进针方法有:

1. 单手进针法 单手进针法(图 2)多用于较短的毫针。用右手拇、食指持针,中指端紧靠穴位,指腹抵住针体中部,当拇、食指向下用力时,中指也随之屈曲,将针刺入,直至所需的深度。

2. 指切进针法 指切进针法(图 3)是用左手拇指或食指端切按在腧穴位置上,右手持针,仅靠左手指甲面将针刺入腧穴。此法适宜于短针的进针。

3. 夹持进针法 夹持进针法(图 4)是用左手拇、食二指夹持针身下端,将针尖固定在所刺腧穴的皮肤表面,右手捻动针柄,将针刺入腧穴。这种方法适宜于长针的进针。

4. 舒张进针法 舒张进针法(图 5)是将左手五指平伸,食、中两指稍稍分开置于穴位两旁并向两边撑开,使皮肤绷紧,右手持针从左手中食两指间将针刺入穴位。此法适用于皮肤松弛部位的腧穴。



图2 单手进针法

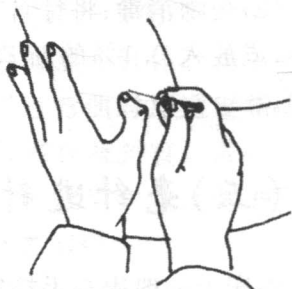


图3 指切进针法

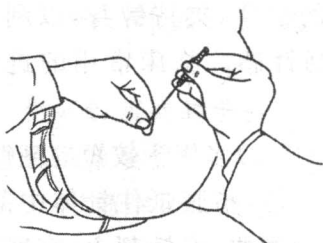


图4 夹持进针法

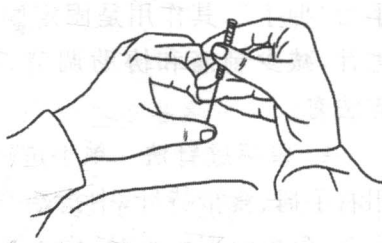


图5 舒张进针法

5. 提捏进针法 提捏进针法(图6)是用左手拇、食两指将所刺腧穴部位的皮肤提起,右手持针,从捏起的皮肤上端将针刺入。此法适用于皮肤浅薄部位的腧穴。

6. 针刺的角度 针刺的角度(图7)是指进针时针身与皮肤表面所构成的夹角。其角度的大小,应根据腧穴部位、病性病位、手法要求等特点而定。针刺角度一般分为直刺、斜刺、平刺三类。

(1)斜刺即针身与皮肤表面呈 45° 角左右,倾斜刺入腧穴。斜刺法适用于针刺皮肉较为浅薄处,或内有重要脏器,