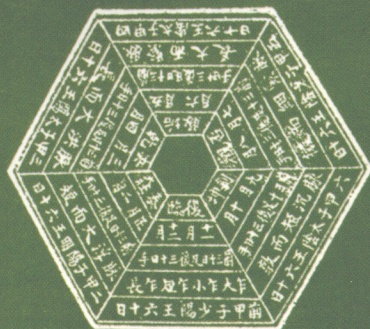


昔

中国民间疗法丛书

刮痧疗法

李琳 编著



中国中医药出版社

中国民间疗法丛书

刮痧疗法

李琳 编著

李今庸 审阅

中国中医药出版社

·北京·

图书在版编目 (CIP) 数据

刮痧疗法/李琳编著. —北京: 中国中医药出版社,
2002.3

(中国民间疗法丛书)

ISBN 7-80156-262-3

I. 刮… II. 李… III. 刮搓疗法 IV. R244.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2001) 第 070781 号

中国中医药出版社出版

发行者: 中国中医药出版社

(北京朝阳区东兴路7号 电话: 64151553 邮码: 100027)

印刷者: 北京市平谷县大华山印刷厂

经销者: 新华书店总店北京发行所

开本: 850×1168毫米 32开

字数: 127千字

印张: 5.125

版次: 2002年3月第1版

印次: 2002年3月第1次印刷

册数: 5000

书号: ISBN 7-80156-262-3/R.262

定价: 7.00元

序

刮痧疗法，是我国古代人民在与疾病作斗争的长期医疗实践中创造出来的一种治病方法，是我国民族传统医药学的一个组成部分。长期以来，它在我国民间广泛流传着。它方法简便，取材容易，随时随地即可施用，且对某些疾病具有独特疗效，为我国广大人民尤其是广大农村人民所喜爱、所欢迎、所接受，因而它有广泛的群众基础，是我国独具特色而有很好的疗效的一种医疗保健方法。

刮痧方法，创始于我国古代何时，余目前未能确知，尚有待于今后的进一步考证。然就现已见到的文献资料来说，痧症——“搅（今通作“绞”）肠痧”在元代已有了记载，明代时，有人记述了我国东南地区民间已在用刮痧法治疗痧症，迨至清代以降，痧症及刮痧疗法引起了医药学家的普遍重视，纷纷总结经验，写出了一些痧症专书，不少医药学著作也都论述了各种痧症的名称、证候和治疗方法，如药物、针刺放血及刮痧法等，并详细记述了刮痧方法及其使用工具。据此可知，我国古代人民在长期医疗实践中，首先发现和认识了一些肠腹绞痛而欲吐不能、欲泻不得的危急病，身上都伴发有出血小点、色红而小如沙粒的特征，遂以其名病，称之为“绞肠沙”，后又以其发病的手足逆冷或手足温暖，而分之称为“阴沙”、“阳沙”，还有据不同证候，而名之曰“吊脚沙”、“瘪螺沙”、“缠腰沙”、“暗沙”、“烂喉沙”等等之名。其名目虽多种，然总之曰“沙症”。以其沙症为人之“病”，故又于其“沙”字之旁加“疒”而作“痧”。古人临床上于痧症，采用一定工具，或苎麻，或光滑碗口，或光滑汤匙，或木梳背，蘸香油或温水使其润滑，根据中医药学理论知识，以轻重适度手

法刮摩痧症病人的身体某些部位，使其肌肤出现紫红色斑块，叫做“刮痧”，以其为用以治疗痧症的一种方法，故今特称之为“刮痧疗法”。这一疗法的发明，确实救治了不少的危急病人，为保障我国人民的身体健康作出了贡献！现在刮痧工具改进为牛角精制刮痧器，用于润滑刮痧的香油或温水改为具有治疗作用的药物配制的润滑油剂，治疗范围扩大到许多慢性疾病，如头脑昏痛、颈椎疾患、肩背疼痛失灵、腰背强急动转困难、腿脚痿痹等等，用刮痧疗法都可以立见奇效，颇有益于我国医疗保健事业。它丰富了我国民族传统医药学的内容。在继承发扬中医药学、提倡自然疗法的今天，这一刮痧疗法，值得挖掘，值得整理，值得提倡，值得推广。今喜中国民间疗法系列丛书之下的《刮痧疗法》书稿编撰已成，它的出版发行，必将促进刮痧疗法在我国人民群众中的推广和普及，故尔乐为之序。

时维甲戌年仲春之月枣阳李今庸写于湖北中医学院

目 录

总论	(1)
一、刮痧疗法的含义	(1)
二、刮痧疗法的产生和运用	(2)
三、刮痧疗法的治病原理和治疗作用	(10)
四、人体气血管营卫的运行规律	(13)
五、人体经络组成和十四经脉与十二皮部的分布路线	(14)
六、刮痧疗法的治疗原则和治疗方法	(26)
七、刮痧疗法具有的优点	(28)
八、刮痧疗法的种类和操作手法	(29)
九、刮痧疗法的工具及其使用	(30)
十、刮痧疗法的实施步骤	(33)
十一、刮痧疗法治病时的注意事项	(42)
十二、刮痧疗法治病之候气(“得气”)	(43)
十三、刮痧疗法治病的适应症和禁忌与慎用	(44)
治疗	(45)
一、内科病症	(45)
感冒	(45)
咳嗽	(46)
哮喘	(48)
中暑	(49)
呕吐	(49)
呃逆	(51)
泄泻	(52)

痢疾	(54)
便秘	(54)
眩晕	(56)
失眠	(58)
惊悸	(59)
汗证	(59)
肺痛	(60)
吐衄	(61)
黄疸	(64)
水肿	(65)
积聚	(67)
淋证	(68)
痿闭	(69)
消渴	(70)
遗精	(71)
阳痿	(73)
疝气	(75)
中风	(75)
面瘫	(76)
头痛	(78)
胸痹	(79)
胁痛	(80)
胃痛	(82)
腹痛	(83)
腰痛	(84)
痹证	(86)
痿证	(87)
疟证	(88)

坐骨神经痛	(90)
三叉神经痛	(91)
漏肩风	(92)
二、妇、儿科病症	(93)
月经不调	(93)
痛经	(94)
经闭	(96)
崩漏	(97)
白带	(98)
妊娠恶阻	(99)
胎位不正	(100)
滞产	(101)
胎衣不下	(102)
乳缺	(103)
乳痈	(104)
产后恶露不尽	(105)
产后腹痛	(107)
产后血晕	(109)
产后发热	(110)
小儿惊风	(111)
小儿泄泻	(113)
小儿积滞	(114)
小儿疳疾	(115)
小儿顿咳	(116)
小儿发热	(117)
小儿疝气	(118)
小儿尿床	(119)
小儿夜啼	(120)

小儿痒腮·····	(121)
小儿鹅口疮、口疮·····	(122)
小儿虫病·····	(123)
三、外科及五官科病症·····	(124)
丹毒·····	(124)
疔疮·····	(126)
风疹·····	(126)
湿疹·····	(128)
牛皮癣·····	(130)
带状疱疹·····	(130)
肠痈·····	(131)
痔疮·····	(133)
扭伤·····	(134)
落枕·····	(135)
耳鸣耳聋·····	(135)
聾耳·····	(137)
目赤肿痛·····	(138)
夜盲·····	(139)
针眼·····	(140)
眼睑下垂·····	(141)
近视·····	(143)
斜视·····	(145)
鼻渊·····	(146)
咽喉肿痛·····	(147)
牙痛·····	(148)
保健·····	(149)
一、全身性刮痧疗法保健·····	(152)
二、局部性刮痧疗法保健·····	(153)

总 论

刮痧疗法起源于我国古代，是广大人民群众在长期的医疗实践中创造出来的一种外治方法，用于治疗“痧”一类的疾病。由于这种方法操作简便，运用灵活，且具有很好的医疗效果，所以备受广大人民群众欢迎，一直流传于民间。

一、刮痧疗法的含义

刮痧疗法就是利用一定的工具，或苎麻、棉纱一团、或铜钱银元、或瓷碗、瓷调羹、或小蚌壳、或檀木香板、沉木香板、或木梳背、或水牛角板，以及盐、姜等，蘸上水或香油、或润滑剂之类，在人体某一部位的皮肤上进行刮摩，使皮肤发红充血，呈现一块块或一片片的紫红色的斑点，以达到预防疾病和治疗疾病的目的。

刮痧疗法属于中医的外治疗法。过去用于夏秋季节，因受秽浊、疫气而引起的“痧”一类疾病，即我们通常所说的“痧症”。以后随着医疗的发展，其运用越来越广泛，临床上不仅用于痧症，而且还可用于内科、妇科、儿科、外科、五官科等多种疾病，其运用范围不断扩大。

它之所以能够广泛运用于各种疾病的治疗，是在中医基本理论指导下进行的、以不同的手法技巧，应用工具，作用于人体不同部位的皮肤上，产生不同的效果，从而治疗不同的病症。

除了治疗以外，它还可以用作保健之用，通过刮摩全身各个部位或是刮摩人体某一局部的部位，来调整人体全身或局部的功能活动，从而达到强身保健、安康无疾的目的。

刮痧疗法具有很多的优点，它简便易行，容易掌握，即时即可用，其疗效显著而少副作用，它治疗范围广泛而又适于保健之用；且使用工具取材容易，经济实惠，因而这一疗法从古至今一直被群众广为使用，发挥着重要的作用。

二、刮痧疗法的产生和运用

谈到刮痧疗法的产生和运用，首先要谈到“痧”和“痧症”。痧，就是沙点子，即皮肤上出现的一些紫红色的、细小的形如沙粒的点子。由于是疾病引起的现象，所以在“沙”字上加一“疒”旁而成为“痧”字。“痧症”是病症名称，指夏秋之间，因感受风、寒、暑、湿之气，或因感受疫气、秽浊之气而见身体寒热、头眩、胸闷、恶心、腹胀、腹痛、或神昏喉痛、或上吐下泻、或腰如带束、或指甲青黑或手足直硬麻木等一类病症。

痧症在中医古籍中的名称有多种：诸如转筋痧、吊脚痧、绞肠痧、霍乱以及各种“翻症”等。这些病证总起来有很多的症候，但无论是怎样的症候、何种类型的痧症，其共同的特点都有“痧”和“胀”。即用工具刮摩皮肤则出现有紫红色或紫黑色的沙点子（痧斑、瘀斑）；发病时都会出现头昏脑胀、胸部胀闷、腹部胀痛、周身酸胀、肢体胀麻等等发胀的症候，所以痧症又叫痧胀。那么刮痧疗法就是由于痧症的出现而随之产生的一种治疗方法。

痧症和刮痧疗法的产生和运用究竟是在何时，我们目前还不太清楚。根据家父李今庸教授的初步考证，认为痧症的开始记载当在元代，明代时有了运用刮痧疗法治疗痧症的记载。在明清两代，痧症和刮痧疗法已引起医药学家们的普遍重视，《景岳全书》、《证治准绳》、《医学正传》、《万氏家传保命歌括》、《万病回春》、《寿世保元》、《侣山堂类辨》、《医学心悟》、《四明心法》、《理渝骈文》、《寿世编》、《养生镜》、《奇方类编》等都对痧症和

其治疗作了论述，而且还对痧症和刮痧疗法的治疗经验进行总结，写出了《痧胀玉衡》的专门著作。

元·杨清叟撰，明·赵宜真集《仙传外科秘方》11卷，是一部关于外科疾病治疗的奇异方书。其中在《救解诸毒伤寒杂病一切等证》里论述到：“搅肠沙证发，即腹痛难忍，但阴沙腹痛而手足冷，看其身上红点，以灯草蘸油点火烧之；阳沙则腹痛而手足暖，以针刺其十指背、近爪甲处一分半许，即动爪甲而指背皮肉动处，血出即安。仍先自两臂将下其恶血，会聚指头出血为好。又痛不可忍，须臾能令人死，古方名干霍乱，急用盐一两，热汤调灌入病人口中，盐气到腹即定。……”

明代《证治准绳》、《万氏家传保命歌括》、《景岳全书》、《医学正传》等都论述有关于痧症的病候和治疗。《证治准绳·杂病·霍乱》：“干霍乱：忽然心腹胀满，搅痛，欲吐不吐，欲泻不泻，燥乱，愤愤无奈，俗名‘搅肠沙’者是也。……刺委中穴并十指头出血亦好。”《万世家传保命歌括·霍乱》：“干霍乱者，忽然心腹胀满，绞刺疼痛，蛊毒烦冤，欲吐不吐，欲利不利，状若心灵所附，倾刻之间，便致闷绝，俗呼‘绞肠沙’者是也。宜用吐法、刺法、灸法。……刺法：委中二穴，以冷水，手拍起青，三棱针刺，去紫黑血，效。如腹痛而手足暖者，此名阳沙，以针刺其手十指头近爪甲处，令其血出，仍先自两臂捋下其恶血，令其指头出血为妙。如腹痛而手足冷者，此名阴沙，看其身上红点，以灯草蘸油，火粹之。”《景岳全书·杂证谟·霍乱·针灸法》：“针灸法，刺委中穴出血，或刺十指头出血，皆是良法。……今东南人有括沙之法，以治心腹急痛。盖使寒随血聚，则邪达于外而脏气使安，此亦出血之意也。”《医学正传》曰：“治砂证，或先用热水蘸搭臂膊而以苧麻刮之，甚者针刺十指出血。或以香油灯照视胸背，有红点处皆烙之。”

清·郭志邃写就的一部《痧胀玉衡》，是关于痧症的专门著

作。全书分为上、中、下3卷。在上卷中论述各种痧症的辨证寒热、表里分痧、痧脉十二经辨、治痧亦看凉热，以及治痧需知，诸如治痧要分经络，治痧要大小便亦通，治痧要绝其根，痧前痧后禁忌等等。在中、下卷中分别论述各种痧症：闷痧、暗痧、落弓痧、噤口痧、扑鸢痧、伤风咳嗽痧、痘前痘后痧、胎前产后痧、紫泡痧、瘟痧、霍乱痧、绞痛痧、肋痛痧、蛔结痧、痧痢、痧块、头痛痧、心痛痧、腰痛痧等等，以及用药的各种治疗。在上卷《痧症发蒙论》中：“痧症：或为暗痧、或为闷痧、或为痧痛、或为落弓痧、噤口痧、扑鸢痧、角弓痧、盘肠痧，或又因伤寒症痢、与夫胎前产后等证……。其治之大略有三法焉，如痧在肌肤者，刮之而愈；痧在血肉者，放之而愈，此二者，皆其痧之浅焉者也，虽重亦轻。若夫痧之深而重者，胀塞肠胃，壅阻经络，直攻夫少阴心君，非悬命于斯须，即将危于旦夕，扶之不起，呼之不应，即欲刮之放之，而痧胀之极，已难于刮放矣。……则刮放之外，又必用药以济之。”

对于痧症的治疗，除了上面叙述的三法之外，还指出有：“痧毒在气分者刮之；在血分者刺之（放血）；在皮肤者粹之；痧毒入腑者宜荡涤攻逐之。”

在具体地运用刮痧疗法上是这样说的：“刮痧法：背脊颈骨上下，及胸前肋肋两背肩臂痧，用铜钱蘸香油刮之，或用刮舌刮子脚，蘸香油刮之；头额腿上痧，用棉纱线，或麻线蘸香油刮之；大小腹软肉内痧，用食盐以水擦之。”

提出了刺刮人体正面诸穴和人体背面诸穴：前顶穴、凶会穴、上星穴、神庭穴、印堂穴、悬厘穴、丝竹空穴、水沟穴、缺盆穴、肩井穴、臂臑穴、曲池穴、间使穴、大陵穴、紫宫穴、膻中穴、中庭穴、中脘穴、章门穴、气海穴、阳陵泉穴等正面诸穴。脑户穴、风府穴、哑门穴、颅凶穴、百劳穴、风门穴、肺俞穴、魂门穴、魄户穴、膏肓穴、心俞穴、肝俞穴、膈俞穴、胆俞

穴、胃俞穴、脾俞穴、肾俞穴、大肠俞穴、小肠俞穴、膀胱俞穴、命门穴、中膻俞穴、白环穴、胞旨穴、长强穴、环跳穴、阴陵泉穴、委中穴、阴交穴、承山穴、阳阶穴等背面诸穴。（按：即刮痧、放痧合之）

《养生镜》也是清代关于痧症的专门著作，作者陆乐山。它详细地叙述了痧症形成原因、痧症的辨别、脉象、治疗和禁忌。特别是书中大量的内容都是论述刮痧疗法对于痧症各种症候的治疗。比如治疗有：颠折、日月、黑齿、黑舌、类风、锁喉、天顶、刺毛、斜肩、阴阳、反弓、红黑、紫斑、手指黑、白线、对胸、盘脐、穿胸、穿膈、痢疾、迸血、肝翻、闷痧、寒痧、热痧、穿骨、斜腰、夹梅、胎前产后痧、玉门、乌痧、红珠、暑痧、暗痧等等。

“颠折 头痛舌麻、头摇不止、痛如打折、面带麻木、如久不治，邪入心经，则舌麻而舌尖吐出，用香油刮脑户穴（在枕骨上一寸五分中，属督脉，禁针镵、则令人哑）、风府穴（在顶下入发际一寸、两筋间陷中。乃枕骨下五分，脑户下二寸是穴，若再下五分，是哑门穴，倘误针，则失音）。刺舌尖出血、刺中指指尖出血。”

（按：治颠折症，刮痧、放痧结合治疗，禁针刺脑户穴、哑门穴。）

“类风 喉下肩上皮肉刺痛、或酸楚作痛，延久两手举不起，或偏左偏右，为偏枯半身不遂之症。先刮颅凶穴（在两耳后上骨筋络间）、风门穴、风池穴、风府穴、少商穴、肩井穴、曲池穴。”

“斜肩 此秽邪在皮肤肌肉之间，如左肩作痛垂下、右亦如之，延久则手举不起、或半身不遂，若用官料药服反重，以三指拍曲池穴、尺泽穴，拍出此块、刺出微血，再以香油钱刮臂膈穴、肩井穴。……”

（按：治斜肩症，用拍法、刺络法即放痧法、刮痧法三者结合相治之。）

“腰疼 腰痛不得俛仰、或左或右、或腰胯腰脊之间、或左右皆痛，或腰脊强而难动，此肾经受邪也。用钱刮命门（在背十四椎骨节中间）、肾水穴（十四椎下两旁，相去脊各一寸五分）、志室穴（十四椎上，去脊各开三寸半）、环跳穴（尻骨上三寸、髀枢中、侧臣伸下足屈上足取之）。

《侣山堂类辨》（清·张志聪著）云：“所谓砂者，身上有斑点如砂，或用麻刮之，则累口如朱砂、故名曰砂，……故浅者刮之、深者刺之，使邪气外泄，而痛可止。”

《四明心法》，清·高鼓峰著。其于《霍乱》中：“有干霍乱者，俗名斑痧，又名搅肠痧，吐泻不见，面色清冷，腹中绞痛，乃阴阳错乱最恶之候，而最易治。急刺委中部分出血，明矾末调饮探吐，或用阴阳盐汤、或用菜油探吐，兼用碗刮背上，用苎麻根蘸清菜油，刮夺命穴、督脉后顶、天庭等处，后服砂仁细末数口，连暖数十声，即愈。如遍身有斑者，用油纸燃火粹之，以响为度，或用荞麦汤饮之，即愈。然其要，在急刺委中出血，则不死。即十指点头出血，亦是良法。”

《理渝骈文》，清·吴尚先所作，是中国医学史上的著名外治疗法的专著，总结了清代以前流传于民间并为群众广泛使用的各种外治经验。其中也不乏有关于刮痧疗法的运用。例如，治疗伤寒发斑：“发斑用铜钱于胸背四肢刮透，即于伤处用蛋滚擦。”（注文）。治疗阳痧、阴痧：“阴痧腹痛、手足冷，灯火爆身上红点。阳痧腹痛、手足暖，以针刺十指尖、臂上肥弯、紫筋出血；或用盐擦手足心莫妙以磁调羹蘸香油刮背。盖五脏之系咸在于背，刮之则邪气随降，病自松解。”（注文）

原文：“痧以油刮背心，五脏咸解。”

清·陈修园《陈修园医书七十二种》，其中有《急救异痧奇

方》、《吊脚痧方论》、《烂喉痧辑要》、《喉痧正义》等等。

在论“吊脚痧”时：“古无吊脚痧之名，自道光辛巳夏秋间，忽起此病，其证或吐或泻、或吐泻并作，有腹痛者、亦有不痛者，吐泻数次后，即两腿抽搐或手足并皆弯挛，痛愈甚，抽亦愈甚，顷刻肌肉尽削，渐觉气短声嘶，眼窠落陷，渴欲饮冷，周身冷汗如冰，六脉渐无，或半日即死、或夕发旦死、旦发夕死。甚至行路之人，忽然跌倒，或侍疾之人，传染先死。”（按：此论吊脚痧的出现以及脉症和不良的预后。）

在《烂喉痧辑要·论证》中：“凡痧症欲出未出之时，宜早为发散，以解其毒，则为余患。”病因为“一时戾气之染”。

“凡痧疹逡巡不出者，乃风寒外束，皮肤闭密也。宜荆防葛根汤主之。外用芫荽酒、苈麻蘸油戛之。”

凡热邪壅于肺，逆传心包络，痧疹不得出，或已出而复没者，乃风寒所遏而然。若不早治，毒必内攻，以致喘急音哑而死。急用升麻葛根汤，加荆芥、牛蒡子、桔梗、蝉蜕、樱桃核、浮萍草、枇杷叶等，煎服；外用芫荽酒、苈麻蘸酒戛之。”

还有：《验方新编》：清·鲍相璈所作。其书卷十五有《痧症》；卷十八有《痧症全方》。在《痧症》门中，叙有痧症分为阴痧、阳痧、乌痧、斑痧、绞肠痧等症，起初多半腹痛，亦有不痛，只觉昏沉、胀闷者，其病因多由秽气、暑气、伏热、寒气水伏，郁为火毒、疠气等所引起。在《痧症全方》中，分别论述各经之痧症：足太阳膀胱经痧、足阳明胃经痧、足少阳胆经痧、足太阴脾经痧等等，并论述了随经施治的方法。在论述刮痧疗法时：“择一光滑细口瓷碗，另用热水一钟、入香油一二匙，将碗口蘸油水，令其暖而且滑，两手覆执其碗，于病人背上，轻轻向下顺刮，切忌倒刮，以渐加重。碗口则再蘸再刮，良久，觉胸中胀滞下行，始能出声，顷之，腹中大响，大泻如注，其痛遂减，睡后通身瘙痒，或发出疙瘩遍身而愈。今有于项臂刮痧者，亦能

治病。然五脏之系，咸附于背，向下刮之，邪气随降，故毒深病重，非刮骨不可也，此为痧症起死回生之良方，最灵最稳也。”即论刮痧之具体操作方法、工具、手法、禁忌、预后，以及之所以治病的理论依据。

《经验良方大全》，清·黄伯垂原著、王孟英续编。书中专列有《痧症》门说：“绞肠痧心腹痛……，又方，以苧麻绳蘸热水，先刮头顶，次刮两臂及手足曲弯处，刮起红紫泡为妙。或用铜钱蘸油刮之亦妙。”

以上治疗疾病都论及到了除了药物治疗以外，还运用刮痧疗法进行外治。

在古代，人们利用各种工具，或银元铜钱，或苧麻、棉纱线、麻线，或瓷碗、瓷调羹，或刮刷子脚、水牛角板，或盐姜等等，蘸上水、香油、桐油、芫荽酒，在病人身上，或胸腹部，或肩背部，或四肢部，或头颈部，或是循经在有关的经穴部位上进行刮摩，由上而下，由轻渐重，并且是边蘸油水、药酒、边刮拭涂抹，反复多次，直到皮肤上出现大片、大量的紫红色或紫黑色的、形如砂粒的、细小的砂点子（痧斑、瘀斑）来为止。经过刮摩之后，患者即重病而轻、或疾轻而愈。

另外，我们还要提到的就是，在古代，刮痧疗法对于痧症的治疗，并不完全是单一使用的，在很多情况下，常常配合使用有放痧疗法、扯痧疗法、焮痧疗法和拍痧疗法，这在前面诸多的引文中已涉及论述到了一些。

放痧疗法是用特定的工具在病者身上迅速点刺，然后在点刺的部位上挤出一点血液来，使邪毒从血液中排泄出。它具有“发散”“清泄”的作用。使用的工具，最早使用的是砭石，以后随着工具的改进，有用陶针的，陶针比起砭石来更为锋利，且光滑轻巧。现代常用的是不锈钢制作的三棱针。

扯痧疗法是医者用自己的食指、拇指、中指等三指提扯病者