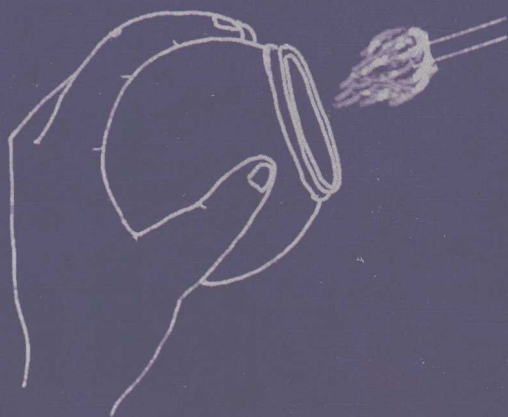


中国中医研究院基础所中医学校组织编写
中医自然疗法丛书 主编/王燕平

拔罐疗法



郝美玉 韩 敏/编著

中国中医研究院基础所中医学校组织编写

中医自然疗法丛书 主编/王燕平

策划/马立平

拔罐疗法

郝美玉 韩 敏/编著

 中国社会科学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

拔罐疗法/郝美玉, 韩敏编著. —北京: 中国社会出版社, 2007. 10

(中医自然疗法丛书/王燕平主编)

ISBN 978 - 7 - 5087 - 1817 - 0

I. 拔... II. ①郝... ②韩... III. 拔罐疗法

IV. R244. 3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 156790 号

书 名: 拔罐疗法

编 著 者: 郝美玉 韩 敏

责任编辑: 尤永弘 陈贵红 路 广

出版发行: 中国社会出版社 邮政编码: 100032

通联方法: 北京市西城区二龙路甲 33 号新龙大厦

电话: (010) 66080300 电传: (010) 66051713

邮购部: (010) 66060275

经 销: 各地新华书店

印刷装订: 北京京海印刷厂

开 本: 135mm × 210mm 1/32

印 张: 4

字 数: 61 千字

版 次: 2008 年 1 月第 1 版

印 次: 2008 年 1 月第 1 次印刷

定 价: 12.00 元

前 言

拔罐疗法在我国历史悠久，在民间流传最为广泛，属中医内病外治的一种非药物疗法。因其操作简单，取材方便，效果明显，安全可靠，深受百姓喜欢。

大家都知道，气血是构成人体和维持生命活动的基本物质之一，经络便是气血运行的路径。经络通百病除，如果经络气血运行受到了障碍——不通或者不畅通了，人就会感到头疼头晕、腰酸背痛、失眠多梦……所有亚健康状态都是因为气血在经络运行中不畅通了，脏腑细胞发生了缺氧现象，如果长期缺氧细胞就会早衰，人就会从亚健康转向疾病，如果及时采取措施，将瘀滞变成畅通，气血运行恢复正常，人就能够健康。

拔罐疗法

拔罐疗法是将罐具吸附于人体体表各相关局部器官的经络穴位上，利用热能或排气形成负压。由于罐体的吸附与牵拉作用，局部毛细血管扩张、充血，含有内毒素的血液从瘀滞的毛细血管壁中被吸拔出来至皮肤与肌肉之间，这就是我们起罐后看到的红色或紫色的痧斑。随之，风寒湿邪从张开的毛孔中尽出，经络通畅。

罐具种类很多，罐法也多样，本书将重点介绍多功能拔罐理疗器和单纯拔罐法及拔罐与刮痧、温灸、刺络结合法在临床上的应用。

《拔罐疗法》一书带给您的是直观的，在辩证论治理论指导下的选经配穴方法，看后便会自行操作。书中用提示的方式、百姓懂得的语言，告诉您发病的原因、症状及自己在生活中怎样对情志、饮食调理，以及其他应该注意的问题。

学习健康的知识与技能，提升健康寿命，如果“拔罐疗法”对您有助，我们将感到欣慰。

作 者

目 录

一、拔罐疗法的作用与应用	(1)
二、罐具的种类与拔罐的方法	(3)
(一) 罐具的种类	(3)
(二) 常用罐具的使用方法	(4)
(三) 常用拔罐的治疗方法	(6)
三、拔罐疗法操作步骤	(10)
(一) 操作前的准备	(10)
(二) 拔罐疗法的反应及处理	(11)
(三) 禁忌症和禁忌部位	(12)
(四) 注意事项	(13)
四、拔罐疗法的临床应用	(14)
(一) 治疗	(14)
1. 感 冒	(14)

拔罐疗法

2. 头 痛	(16)
3. 慢性咽炎	(18)
4. 梅核气	(20)
5. 中 暑	(22)
6. 呃 逆	(24)
7. 呕 吐	(26)
8. 胃脘痛	(28)
9. 腹 痛	(30)
10. 腹 泻	(32)
11. 便 秘	(34)
12. 胆囊炎	(36)
13. 三叉神经痛	(38)
14. 神经衰弱	(40)
15. 失 眠	(42)
16. 高血压	(44)
17. 低血压	(46)
18. 冠心病	(48)
19. 中风后遗症	(50)
20. 高血脂症	(52)
21. 痛 风	(54)
22. 糖尿病	(56)
23. 汗 症	(58)

目 录

24. 肾 炎	(60)
25. 泌尿系统结石	(62)
26. 癲 痢	(64)
27. 颈椎病	(66)
28. 落 枕	(68)
29. 肩周炎	(70)
30. 腰 痛	(72)
31. 膝关节痛	(74)
32. 过敏性鼻炎	(76)
33. 复发性口腔溃疡	(78)
34. 痛 经	(80)
35. 月经不调	(82)
36. 带下病	(84)
37. 更年期综合症	(86)
38. 闭 经	(88)
39. 乳腺增生	(90)
40. 乳 少	(92)
41. 产后尿潴留	(94)
42. 产后尿失禁	(96)
43. 前列腺炎	(98)
44. 瘰 疮	(100)
45. 酒糟鼻	(102)

拔罐疗法

46. 银屑病	(104)
47. 带状疱疹	(106)
48. 皮肤瘙痒	(108)
49. 玫瑰糠疹	(110)
50. 减 肥	(112)
(二)保 健	(114)
(三)诊 断	(116)
参考文献	(117)

一、拔罐疗法的作用与应用

拔罐疗法作用于皮肤,皮肤是人体最大的器官。把人包装起来,是人体防御外邪的一道屏障。十二经脉在体表有各自的势力范围,称十二皮部。通过罐体吸附与牵拉产生良性刺激,鼓舞经脉气血运行,其作用有:

1. 行气活血 疏通经络

罐具的吸拔,使毛细血管扩张、充血,含有代谢产物的血液挤压、渗漏于脉外,毛细血管通透性加强,瘀滞化散,促进血液循环加快,气血畅达,经络通畅。

2. 排除毒素 提高免疫力

负压作用使毛孔张开,皮肤的呼吸功能、排泄功能加强,体内的风、寒、湿邪尽出。

拔罐使含有代谢产物的血液成为离经之血,促进了淋巴细胞的识别、吞噬能力,加速机体有害物质的排出,净化了血液,增强机体免疫力,促进健康。

3. 扶正固本 平衡阴阳

拔罐疏通了经络,引导卫气运行,卫气可保卫机体,抗御外邪,是人体正气的重要部分,正气存内,邪不可干。

拔罐将瘀滞变为通畅,经络系统恢复自动优化调控功能,阴阳气血重归于平衡。现代医学认为,拔罐使毛细血管充血、破裂,形成自家溶血现象,一种类组织胺物质,随体液流遍全身,这种良性弱刺激的过程,增强了机体的免疫功能。

4. 早期诊断 反应病候

十二皮部是经络功能活动在体表的反应,“有其内必形于其外”,通过叩拔罐具显现的颜色、形态、温度可以了解相关脏腑器官的健康状况,早期诊断,防患于未然。

二、罐具的种类与拔罐的方法

(一) 罐具的种类

罐具种类很多,各有特色。传统罐具一般以材质区分,如竹罐、陶瓷罐、玻璃罐、橡胶罐等。近年来在传统罐具的基础上结合现代科学技术,制成了许多新型多功能罐具,如电热罐、红外线罐、磁罐等等。目前应用最广泛的是多功能拔罐理疗器和磁罐(一般称气血通)。它们的共同特点是:

材质:一款 AS 工程塑料,罐体透明,便于观察罐内皮肤气色形态的变化,且克服了玻璃罐易碎的缺点。

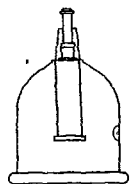
操作:机械手动,真空抽气,产生负压,使罐体吸附皮肤,克服了火罐易烫伤皮肤的缺点。

尺寸多样:罐口尺寸多样,大号适合背部、腹部、臀部,中号适合腿、手臂,小号适合手、足部位。更有适合肘、膝部位的关节罐,用起来得心应手。

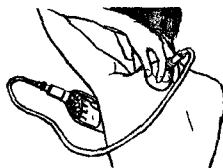
拔罐疗法

罐口边缘设计独特——厚而外翻,适用于滑罐、闪罐、摇罐,提高了拔罐疗法的治疗效果。套装内配有自拔管,可以自己叩拔背部、腰部的穴位,进行自我保健。

磁罐(气血通)内装有钛镍合金磁片,磁片外装有一个含 120 个小孔的网罩,高强度的磁力线透过 120 个小孔,似阳光普照般地透过肌肤,刺激经络,具有针刺作用。



磁罐(气血通)



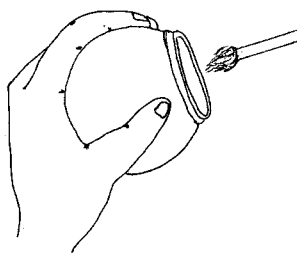
自拔方法

磁罐罐壁上设有塑胶垫,可注入相关外用药物或相关精油,具有磁疗和药疗作用。

(二) 常用罐具的使用方法

1. 闪火法:用镊子夹住酒精棉球,点燃后伸入罐内环绕数圈抽出(切记勿将罐口烧热,以免烧伤皮肤),然后迅速将罐口叩拔在所治疗的部位上。

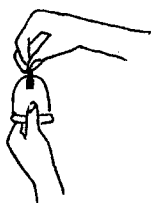
拔罐疗法



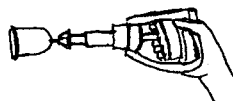
闪火法

2. 挤压法:此法仅适合橡胶罐。将罐具置于所治疗部位,用力挤压罐体,把罐内气体排出,罐体即吸附在皮肤上。

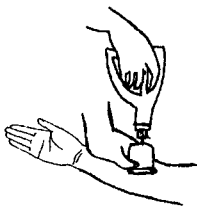
3. 抽气法:适合于多功能拔罐理疗器和磁罐(气血通)。



提起阀栓



抽气枪口对准阀栓



垂直对准所拔部位抽气



压紧阀栓

拔罐疗法

首先将罐具顶端阀栓提起,将抽气枪插入,罐口对准需拔部位抽气,根据病人体质、部位、耐受程度决定吸拔力度,拿开抽气枪,按下阀栓即可。起罐时提起阀栓将气放出,操作者用手指向下压住罐口皮肤,空气进入罐内,罐体自然松落。

(三)常用拔罐的治疗方法

1. 单纯拔罐法

①留罐法:又称坐罐法,定罐法。吸拔后一般留置10~20分钟。若吸力大应减少留罐时间,年老体弱者留罐时间可减少5~10分钟,吸拔力度要小。

留罐法适合于气血瘀滞,外感表证,起到通经活络,祛风散寒作用。

留罐法中可单罐使用,适用于病变单一或局部病位,如胃脘痛选中脘,心慌选内关。也可多个罐具同时使用,罐具与罐具间隔1~2厘米为密排法;罐距5~7厘米以上为疏排法,此法适合年老体弱者、儿童或症状不明显以及耐受力较差者,根据病情和体质而定。

②闪罐法:将罐具吸附于应拔部位后,迅速提拉罐具,使其脱落,反复进行多次,直至皮肤潮红发热。

拔罐疗法

多用于以风寒为主的疾病,如病痛游走不定、麻木等。

③走罐法:又称滑罐、拉罐、移罐。适合肌肉丰厚之处,如腰背、大腿。吸拔后手握罐体,移动罐具,使其沿着需要的经脉线滑动,皮肤呈现红色或紫红色痧斑,此法相当于刮痧,对于因气血瘀滞造成的疼痛有较理想的效果。需要注意的是走罐部位要先涂刮痧油,罐口要平滑,吸拔力度不要太大。

④摇罐法:手握吸附于肌肤的罐体,均匀有节奏的顺时针或逆时针摇动,每个部位 20 ~ 30 次为宜,力量要均匀、柔和、协调。此法对经脉穴位的反复牵拉增加了刺激,有利于患部肌肉放松,缓解紧张僵硬状态。

⑤转罐法:在摇罐基础上,以患者耐受程度增加扭转力度和角度,造成更大的牵拉,可缓解肌肉紧张或痉挛状态。具体操作:单手握罐慢慢使罐体顺时针旋转 90 ~ 180 度,然后再逆时针旋转 90 ~ 180 度,反复操作 10 ~ 20 次,手法轻柔,力量均匀。操作前要检查罐口是否光滑,无裂痕,施术部位涂刮痧油,以免损伤皮肤。

⑥发泡法:因吸拔力度加大,或吸拔时间加长,使吸附部位出现水泡的一种拔罐方法。但对于水湿

邪盛者,吸拔十分钟也会出水泡。此法虽起水泡,但不痛苦,特别对正气不足的人,可提高正气,增强免疫力。

水泡一般不用挑破,1~2天可自行吸收。也可用无菌针头挑破放水后,涂龙胆紫消毒。

注意:疤痕体质者不可用此法。

2. 结合罐手法

拔罐疗法与刮痧、针刺、温灸等联合使用。取长补短,相互补充达到增加疗效的目的。

①刮痧拔罐法:在被刮拭的皮肤上涂抹刮痧油,用玉石或水牛角刮痧板进行刮拭。可在出痧部位或有结节、条索状阳性物处拔罐。也可沿经脉线走罐,此种结合,出痧快,效果好。

②针刺拔罐:

留针拔罐法:在选定穴位处进行垂直针刺。行针后,将针留在原处进行拔罐,留罐5~10分钟,注意罐壁不可触及针柄。此法胸背部禁用,以免因负压作用改变针位造成气胸。

梅花针拔罐法:在选定部位进行皮肤消毒,用梅花针进行叩击,至皮肤红晕或微出血再进行留罐。罐体大于出血面积,起罐后皮肤出血可用消毒棉球揩开。