

# 张新成 拔罐 治疗常见病

张新成◎编著



俗话说“扎针拔罐，病去一半”  
千年古法为今用，让您拔出病痛一身轻  
将“病邪”吸出来的绿色疗法

7种拔罐基础手法，47个区的区域对症疗法

让您不必再为找不到穴位而烦恼

按图操作，即可治疗100多种常见疾病  
是轻松祛病、一看就会的家庭保健疗法



手机阅读



编辑短信8080发送至10086  
中国移动手机阅读同步发行

吉林出版集团 吉林科学技术出版社

# 张新成

# 拔罐

## 治疗常见病

张新成◎编著



## 图书在版编目(CIP)数据

张新成拔罐治疗常见病 / 张新成编著. — 长春 :  
吉林科学技术出版社, 2013. 8  
ISBN 978-7-5384-6990-5

I. ①张… II. ①张… III. ①拔罐疗法 IV.  
①R244.3

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第160685号

# 张新成拔罐治疗常见病

ZHANGXINCHENG BAGUAN ZHILIAO CHANGJIANBING

编 著 张新成  
编 委 张帅帅 张峻铭 刘 磊  
汪 静 李 华 赵 玉  
李 梁  
出 版 人 韩 捷 王旭辉 张延明  
责任编辑 南关区涂图设计工作室  
封面设计 南关区涂图设计工作室  
制 版 南关区涂图设计工作室  
开 本 710mm × 1000mm 1/16  
字 数 250千字  
印 张 13  
印 数 1—8 000册  
版 次 2013年8月第1版  
印 次 2013年8月第1次印刷

出 版 吉林出版集团  
吉林科学技术出版社  
发 行 吉林科学技术出版社  
地 址 长春市人民大街4646号  
邮 编 130021  
发行部电话/传真 0431-85677817 85635177 85651759  
85651628 85600611 85670016  
编辑部电话 0431-85659498  
邮购部电话 0431-85677817  
网 址 www.jlstp.net  
印 刷 延边新华印刷有限公司

书 号 ISBN 978-7-5384-6990-5  
定 价 29.90元  
如有印装质量问题可寄出版社调换  
版权所有 翻印必究 举报电话: 0431-85635185





# 序

## 千年古法绽放魅力

在现代，社会进步带动健康意识的更新，这种意识更新主要体现在三个方面。第一，从重视已病到重视未病，人们逐步认识到日常保健的重要性；第二，全面认识药物，在进行治疗的同时会注意兼顾药物的毒性与治疗性；第三，更注重预后，治疗已不仅仅停留在临床治愈阶段，而是向病后康复延伸，更为重视病后阶段如何恢复及提高机体功能。

健康意识的进步必然会引起人们对治疗方式的思考，人们开始思考并寻找真正能够对健康有益，对保健、治疗、康复各阶段无毒副作用而效果显著的方法。拔罐疗法是祖国传统医学的重要组成部分，凭借其操作简便、安全、疗效确切、适用范围广等特点，被赋予了千年旺盛的生命力而丝毫不衰。拔罐疗

法在现代社会，以其符合现代健康意识的特点，而再次焕发无限活力，再次放射出璀璨的光芒。

拔罐疗法起源于民间，其发展由原来简单直观的经验疗法，到今天有系统中医理论支撑。随着社会的进步，医学领域不断研究不断加深对医疗器械的改革等，拔罐疗法正在向一门完善的学科发展，将成为传统中医药特色疗法中的主流疗法。

为了让普通读者掌握拔罐知识，本书作者摘取拔罐疗法的精髓，独创区域对症疗法，使读者不必为找不到穴位的精确位置而烦恼，只要您按图示操作就能使病痛得到有效治疗。本书中教给读者应用气罐在家中治疗人体六大系统疾病与生活中常见的四大类疾病，全图解形式让您一看就能快速找到缓解和治疗大病小疾的拔罐方法，轻松做到一罐在手、全家健康。



# 目录 • CONTENTS

## 第一章 拔罐疗法的基础知识

拔罐疗法是中医外治法中最优秀的疗法之一，古称“角法”。古时医家一般在治疗疮疡脓肿时用它来吸血排脓，经过后人不断地实践探索与创新，拔罐疗法可以祛寒除湿、疏经活血、扶正祛邪，而今更有可以随身携带的气罐来治疗多系统疾病与常见病。

|                       |    |
|-----------------------|----|
| 拔罐疗法的起源及治病原理 .....    | 12 |
| 应用罐的选择和操作方法 .....     | 14 |
| 拔罐部位的选择——区域对症疗法 ..... | 18 |
| 拔罐的体位、治疗分期及罐痕诊察 ..... | 25 |
| 拔罐疗法的贴心提示 .....       | 29 |

## 第二章 呼吸系统疾病的拔罐图解

呼吸系统疾病不仅发病率高，而且许多疾病呈慢性病程，因大气污染的加重、吸烟等不良生活习惯、社会人群结构的老齡化等多种因素，呼吸系统疾病对人类健康的危害日益严重，而拔罐疗法可起到很好的治疗作用。

|           |    |
|-----------|----|
| 感 冒 ..... | 32 |
| 咳 嗽 ..... | 33 |
| 哮 喘 ..... | 35 |
| 肺 炎 ..... | 37 |
| 肺气肿 ..... | 39 |
| 肺结核 ..... | 41 |

|           |    |
|-----------|----|
| 胸膜炎.....  | 43 |
| 胸腔积液..... | 44 |

### 第三章 消化系统疾病的拔罐图解

消化系统疾病包括食管、胃、肠、肝、胆、胰等脏器的器质性和功能性疾病，临床上十分常见，主要表现为消化系统症状，如恶心、呕吐、腹泻等。据统计，胃肠病和肝病引起的疾病负担几乎占有所有疾病的1/10，因此尤其要重视本系统疾病的治疗。

|               |    |
|---------------|----|
| 急性胃肠炎.....    | 46 |
| 胃 炎.....      | 48 |
| 胃及十二指肠溃疡..... | 50 |
| 胃下垂.....      | 52 |
| 胃肠痉挛症.....    | 54 |
| 慢性肠炎.....     | 56 |
| 慢性结肠炎.....    | 58 |
| 细菌性痢疾.....    | 60 |
| 慢性阑尾炎.....    | 62 |
| 便 秘.....      | 64 |
| 痔 疮.....      | 66 |
| 脱 肛.....      | 67 |
| 便 血.....      | 69 |
| 疔 疾.....      | 70 |
| 呃 逆.....      | 71 |
| 腹 胀.....      | 73 |
| 慢性肝炎.....     | 74 |
| 肝硬化.....      | 76 |
| 脂肪肝.....      | 78 |
| 胰腺炎.....      | 79 |
| 胃神经官能症.....   | 81 |

## 第四章 心脑血管系统疾病的拔罐图解

心、脑血管疾病主要与气血不通有关，俗话说“气血通，百病除。”拔罐疗法不仅能吸拔出五脏六腑中的血毒，清除体内瘀血、垃圾，又能活血行气，调整脏腑平衡，所以拔罐疗法对人体心、脑血管系统的调节有非常重要的意义。

|             |    |
|-------------|----|
| 高血压.....    | 84 |
| 低血压.....    | 86 |
| 冠心病.....    | 87 |
| 风湿性心脏病..... | 89 |
| 病毒性心肌炎..... | 91 |
| 心肌缺血.....   | 93 |
| 心律失常.....   | 94 |
| 心肌梗死.....   | 95 |
| 眩 晕.....    | 97 |

## 第五章 神经与内分泌系统疾病的拔罐图解

人体为适应不断变化的体外环境，保持内环境的相对稳定，必须依赖神经系统、内分泌系统的共同调节，完成代谢、生长、发育、生殖、思维、运动等功能，而拔罐疗法能调节脏腑平衡、促进新陈代谢、调节血液循环，对这类疾病有一定的疗效。

|               |     |
|---------------|-----|
| 失 眠.....      | 100 |
| 盗 汗.....      | 102 |
| 嗜睡症.....      | 103 |
| 精神分裂症.....    | 104 |
| 癲 痫.....      | 106 |
| 脑卒中后遗症.....   | 108 |
| 坐骨神经痛.....    | 110 |
| 头 痛.....      | 112 |
| 糖尿病.....      | 114 |
| 甲状腺功能亢进症..... | 116 |

|                |     |
|----------------|-----|
| 甲状腺功能减退症 ..... | 118 |
| 肥胖症 .....      | 119 |

## 第六章 生殖与泌尿系统疾病的拔罐图解

生殖与泌尿系统主管机体的生殖机能与尿液形成和排泄，由肾、膀胱、尿道及生殖腺等器官组成。拔罐疗法可以通过刺激拔罐区域，起到补中益气、通利下焦、固本培元的功效，让难言之隐远离您。

|               |     |
|---------------|-----|
| 阳 痿 .....     | 122 |
| 早 泄 .....     | 123 |
| 遗 精 .....     | 124 |
| 前列腺炎 .....    | 125 |
| 男子不育症 .....   | 126 |
| 尿路感染 .....    | 127 |
| 慢性肾小球肾炎 ..... | 129 |
| 小便不利 .....    | 131 |
| 淋 证 .....     | 133 |

## 第七章 运动系统疾病的拔罐图解

运动系统疾病是指发生于骨、关节、肌肉、韧带等部位的疾病。可表现为局部疾病，如颈椎病、网球肘，也可表现为全身性疾病，如类风湿性关节炎。因拔罐疗法有很强的疏通经络、通利关节、祛风除湿的作用，所以是此类病患的最佳疗法。

|                  |     |
|------------------|-----|
| 颈椎病 .....        | 136 |
| 项背强直 .....       | 137 |
| 落 枕 .....        | 138 |
| 肩关节周围炎 .....     | 139 |
| 膝关节痛 .....       | 140 |
| 网球肘 .....        | 142 |
| 腰痛连背 .....       | 143 |
| 腰椎间盘突出症 .....    | 144 |
| 风湿、类风湿性关节炎 ..... | 146 |

## 第八章 妇科常见疾病的拔罐图解

许多女性朋友对妇科疾病缺乏应有的认识，加之各种不良生活习惯等，使自己患上疾病，且久治不愈，给正常的生活、工作带来极大的不便。拔罐疗法可行气祛瘀、养血调经，让您的疾病去无踪，恢复自信美丽。

|             |     |
|-------------|-----|
| 痛 经.....    | 150 |
| 闭 经.....    | 152 |
| 月经不调.....   | 154 |
| 崩 漏.....    | 156 |
| 带下症.....    | 158 |
| 盆腔炎.....    | 160 |
| 子宫脱垂.....   | 162 |
| 更年期综合征..... | 164 |
| 乳腺炎.....    | 166 |
| 乳腺增生.....   | 168 |
| 产后腹痛.....   | 170 |
| 妊娠剧吐.....   | 172 |
| 脏躁症.....    | 173 |
| 恶露不尽.....   | 174 |
| 不孕症.....    | 175 |

## 第九章 皮肤常见疾病的拔罐图解

皮肤病是发生在皮肤及附属器官等处的一种常见病、多发病，患病后不仅影响个人生活，甚至会给家庭和他人带来困扰。拔罐疗法因操作简单、方便，且其养阴清热、通经活血等功效卓著而被广泛应用于皮肤疾病的治疗。

|             |     |
|-------------|-----|
| 痱 疮.....    | 178 |
| 荨麻疹.....    | 180 |
| 雀斑、黄褐斑..... | 182 |
| 湿 疹.....    | 184 |

|              |     |
|--------------|-----|
| 神经性皮炎.....   | 186 |
| 银屑病.....     | 187 |
| 疔疮、疖肿、痈..... | 189 |
| 丹 毒.....     | 190 |

## 第十章 眼耳鼻喉常见疾病的拔罐图解

眼、耳、鼻、喉是人体的重要器官，若产生疾病不仅会给身体带来痛苦，而且非常影响生活的质量。拔罐疗法具有及时的清热排毒、活血开窍作用，因而可及时治疗眼、耳、口、鼻等病引起不适之症，是家庭中常用的特效疗法。

|            |     |
|------------|-----|
| 视神经萎缩..... | 192 |
| 慢性鼻炎.....  | 194 |
| 变应性鼻炎..... | 196 |
| 慢性咽炎.....  | 197 |
| 扁桃体炎.....  | 199 |
| 牙 痛.....   | 201 |

## 第十一章 小儿常见疾病的拔罐图解

拔罐疗法在小儿病的治疗当中起着十分重要的作用，作为祖国医学的传统疗法之一，拔罐疗法简便易行、痛苦小而使小儿容易接受，且可以减少西药不良反应的影响，不影响小儿的生长、发育，是家长放心的一种自然疗法。

|             |     |
|-------------|-----|
| 小儿腹泻.....   | 204 |
| 小儿遗尿.....   | 205 |
| 小儿高热.....   | 206 |
| 小儿肺炎.....   | 207 |
| 小儿消化不良..... | 208 |



# 第一章 拔罐疗法的基础知识

拔罐疗法是中医外治法中最优秀的疗法之一，古称“角法”。古时医家一般在治疗疮疡脓肿时用它来吸血排脓，经过后人不断地实践探索与创新，拔罐疗法可以祛寒除湿、疏经活血、扶正祛邪，而今更有可以随身携带的气罐来治疗多系统疾病与常见病。



## 拔罐疗法的起源及治病原理

### 一、中医的千年经典疗法——拔罐

拔罐疗法，是祖国传统中医学内病外治的一种特色疗法。主要借助适宜的罐具，施术于人体皮肤、经络、腧穴及病变部位，借以打开皮肤的毛孔，通过经络的传导刺激五脏六腑，将阻滞于机体内的病理代谢产物及侵袭机体的风、寒、湿、火、毒等病邪排出，使病变器官、组织及细胞得到充足的营养，从而达到预防和治疗疾病、促进机体健康的目的。

早期的拔罐疗法被称为“角法”或“角吸法”。最早记载于湖南马王堆汉墓出土的医学文献《五十二病方》；晋代葛洪的《肘后备急方》中有对角法治疗的论述；公元755年，唐代王焘著的《外台秘要》中，记载了用竹筒煮罐治病的论述，并详述了“角法”的操作方法，也曾介绍使用竹筒罐刺络拔罐来治病，如文内说：“取三指大青竹筒，长寸半，一头留节，无节头削令薄似剑，煮此筒子数沸，及热出筒，笼墨点处按之，良久，以刀弹破所角处，又煮筒子重角之，当出黄白赤水，次有脓出，亦有虫出者，数数如此角之，令恶物出尽，乃即除，当目明身轻也。”

之所以称其为千年经典疗法，不仅因其悠久的历史，更因为拔罐疗法具有简便、安全、疗效确切、适应范围广泛等特点，备受老百姓喜爱，在民间广泛流传千年而不衰。尤其发疱排毒拔罐疗法，能有效地排瘀滞、净血毒、化解病灶、增进机体健康，更为老百姓所推崇。

随着社会的进步，医学领域不断研究加深对医疗器械的改革等，拔罐疗法正在向一门完善的学科发展，将成为传统中医药特色疗法中的主流疗法。



## 二、为什么拔罐能治病除痛

我们人类在生命过程中，始终与内生之毒、外来之毒相伴相随，特别是现代人所处的环境、生活方式、饮食结构都发生了巨大变化，侵袭人体的毒素来源更广泛。毒素是破坏健康的元凶，是对人体造成危害的物质，或是可以引起身体的排异反应、变应症状以及使人体产生不适的物质。人往往在不知不觉中陷入毒素的包围之中，人体也在不断地产生毒素，其实人类衰老的过程，就是体内毒素积累的过程。

可是为什么大多数人表现得很健康？是因为人体具有生理性的排毒行为，可自动排出毒素，如通过出汗、呼吸、咳嗽、排尿、排便等方法来自我更新，进行不断地新陈代谢，从而保证了人体的健康状态。经过研究发现，人体内的毒素只有20%左右可以通过排便的方式排出，其余80%的毒素要靠其他的生理方式排出。而身体排毒功能弱的人，其毒素就会积聚在血液、五脏六腑、四肢百骸之中，无论怎样代谢也是排不出去的，不知不觉就会出现各种各样的中毒症状，也是许多疾病久治不愈的原因。毒素最可怕之处，在于它不会立即对人造成明显的伤害（急性中毒除外），而是悄无声息地在人体内堆积，渐渐吞噬着人们的健康和生命，等到发现时已是沉痾难医了。

综上所述，虽然我们的身体天生具有生理性的自身排毒行为，但是随着毒素在体内的积累，仅靠自然的生理方式排出体内的毒素已远远不够，人体的新陈代谢功能也会受其影响，不知不觉中便呈现出各种各样的亚健康状态，如恶心、呕吐、心慌、胸闷、气短、头痛、头昏、四肢无力、关节酸痛、免疫力低下等。

“瘀、堵、毒、痰浊、水饮”是引起身体病变的根本原因，想健康，治病去痛，就要先排出人体内的瘀堵、痰浊、毒素等，这样气血才会畅通，气血通则百病除。拔罐疗法的原理就是通过罐具的持续性负压作用，把机体的瘀血、痰浊、废弃物、垃圾、毒素等从皮肤表面排出体外。这也是病重者在拔罐的过程中常常会吸拔出瘀血、红水、黄水、果冻状黏稠物等物质的原因。



## 应用罐的选择和操作方法

拔罐分为走罐法和留罐法两类。走罐法是指罐具在人体吸定后，再反复推拉、滑动罐具的方法。其中胸部按肋骨方向滑动，腹部应旋转滑走。罐体大小要适宜，罐口要光滑，在施术前最好在拔罐部位喷洒一些适宜的中药液，是以中药来加强拔罐疗法的疏通经络、调和气血、化瘀解毒、扶正固本等作用，使失去平衡的脏腑阴阳得以重新调整和改善，从而促进机体的功能恢复，达到治病的目的。在不具备条件的情况下，可用凡士林来替代润滑剂。留罐法是我们常用的一种罐法，即罐体吸拔后留置一定时间，直至皮肤出现潮红、发白、充血、瘀血、发泡或向外排凉气等现象时起罐。

由于取材方便和价格低廉，现实生活当中玻璃罐、竹罐等还在大量的使用。而玻璃火罐的缺点是容易破碎、损坏，不易携带，导热快，易烫伤皮肤，尤其是吸力的大小无法调节。拔罐时吸力太大，容易损伤皮肤或拉伤肌肉，患者很难承受这种疼痛；有时罐具吸力过大过紧不能下罐，不得不把罐子敲裂出缝，进去空气才能把罐具卸下来。本书中的拔罐疗法需要每天在原来拔罐的部位继续拔罐，如持续用火罐，患者会疼痛难忍。竹罐则不宜保存，拔罐时易漏气。

为了达到拔罐治疗疾病的最佳疗效，笔者通过十余年的研究及临床应用，发现抽气罐治疗各种慢性病症及疑难杂症都可收到显著的疗效。现代的拔罐罐具大多是机械性旋拧负压罐或抽气罐，规格有大、中、小型号，不用火、电，结束了几千年用火拔罐的历史，排除了安全隐患，不会烫伤皮肤、肌肉。罐内负压大小可以自由调节，以达到最佳负压承受力度。因此本书中所用的均为抽气罐。

下面介绍一些拔罐的操作方法：

### 1. 闪罐法

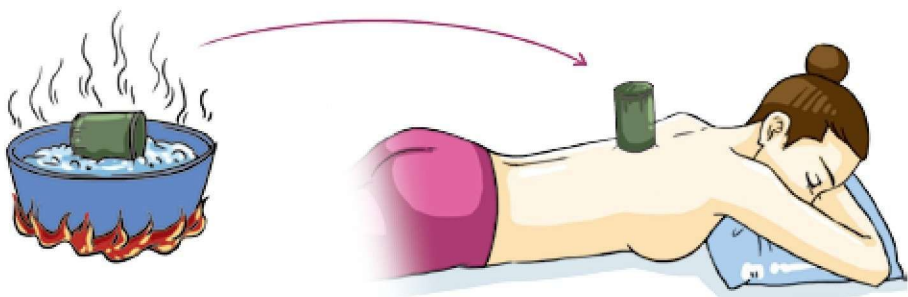
将火罐吸附于皮肤后立即向上提拉罐具使其脱开，如此反复多次操作，称之闪罐

法。本法通过一张一弛反复刺激，直至皮肤潮红发热，使体表血液重复灌注，输布，再灌注，如此循环。多用于外感风寒、皮肤麻木、疼痛部位游走不定等症。



## 2. 药罐法

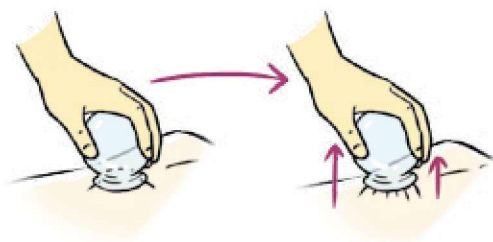
此法适用于竹罐。根据病情配以中药材，用水将中药材煮沸15分钟左右，再将竹罐投入药水中煮15分钟。施术时甩净罐内药液，待罐口温度适宜后，将罐扣在患处及相应的穴位上，也可将煮罐的药水涂于患处以增强疗效。



## 3. 提罐法

将罐具吸拔于体表，反复轻柔均匀提拉罐具20~30次，称之为提罐法。操作时，提拉罐体的力量可逐渐加大，以罐体不离开皮肤为度。使罐体内吸附的肌肤上下振

动，刺激相应经络腧穴、脏腑，促进气血运行。尤其在腹部使用此法，对胃痛、胃胀、痛经、腹部肥胖、消化不良引起的腹泻和胃肠蠕动缓慢引起的便秘等病症疗效显著。



#### 4. 指罐法

在拔罐前先用手指按压穴位或点揉患部后拔罐。此法兼具拔罐、针刺和按摩三重功效，可提高治疗效果。临床多用于治疗病情较急、疼痛较剧烈的病症。



#### 5. 刮痧罐法

在拔罐部位涂抹活血剂持刮痧板刮拭体表，皮肤出现紫红痧斑后再拔罐的一种调理方法。

