

特种

主编

李湘授

齐丽珍



刮痧

运板技巧

刮、揉、点、按、挑、敲、拍、摩、擦、

风格各异，运板技巧，规范施之。

『板压』为准绳，单式运板，母

更本运板法增疗效，生形似

再重相似，持之以恒，滴水穿石，

为疗家，关于运板手法少有提及，

妙尽在运板，精于此，刮痧之道尽矣。

徐疾重，刮痧运板之灵魂，『板压』

为基，刮痧之难不在此，在手法，明

明手法，手法不明则疾患难痊，终得

上海科技教育出版社

特种

刮痧

运板技巧

主编 李湘授 齐丽珍

编委 陈玉兰 徐光美 秦芳 沈琼



上海科技教育出版社



图书在版编目(CIP)数据

特种刮痧运板技巧/李湘授,齐丽珍主编.—上海:上海科技教育出版社,2006.6

ISBN 7-5428-4153-X

I.特... II.①李... ②齐... III.刮痧疗法
IV.R244.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 029467 号

特种刮痧运板技巧

主 编:李湘授 齐丽珍

责任编辑:方 颖

装帧设计:桑吉芳

出 版:上海世纪出版股份有限公司

上 海 科 技 教 育 出 版 社

(上海市冠生园路 393 号 邮政编码 200235)

网 址: www.ewen.cc

www.sste.com.cn

经 销:各地新华书店

印 刷:常熟市文化印刷有限公司

开 本:850×1168 1/32

印 张:15.75

插 页:2

版 次:2006 年 6 月第 1 版

印 次:2006 年 6 月第 1 次印刷

印 数:1—5 000

书 号:ISBN 7-5428-4153-X/R·327

定 价:30.00 元



李湘授,主治医师。自幼随祖父习中医,青年时期开始学习针灸,1962年拜沪上针灸名家华延龄为师,从事中西医结合工作。1994年受台湾来沪的吕季儒教授启发,对刮痧术发生浓厚的兴趣。1995~1999年于上海市针灸经络研究所刮痧培训班任讲师,并设专科门诊从事教学和带教工作,曾带教法、日、韩等国留学生。其间创特种刮痧疗法29种,该刮法已入编《中国专家大辞典》《世界华人专家名典》。曾协助华延龄老师编撰《针刺与调节》。先后三次参加国际学术大会。曾发表论文《皮内针治冻疮》《经络刮痧的临床应用》等十余篇。目前在全国各地及上海市老年大学等处任“特种刮痧疗法”主讲。2004年7月受邀赴深圳、香港等地讲学;2005年9月赴印度尼西亚讲学;2005年4月及2006年4月两次向来华交流的韩国毛发协会会员传授“特种刮痧疗法”。

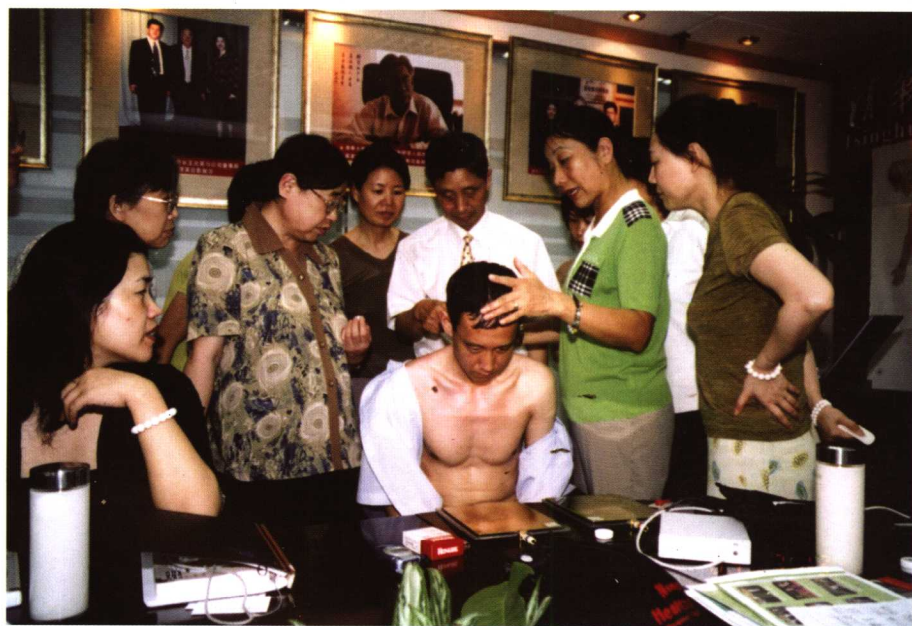


齐丽珍,1960年5月生,浙江省余姚人,副研究员。1983年毕业于上海中医学院,先后在上海市针灸经络研究所门诊、病房、临床教研组担任医疗、教学、科研工作。其间跟随沪上针灸名家华延龄老师学习针灸。现任《上海针灸杂志》责任编辑。曾参与编写《中国针灸年纪》《针灸临床经验录》《名医针灸集锦》等专著。曾在国内外专业期刊上发表相关论文十余篇。



1994年,在北京“刮痧排毒”学术交流大会上与吕季儒教授合影。

1999年,在韩国釜山东方学术交流会上作演示。左为韩国弟子郑圭范。



在香港国际纳米高科技集团讲授“特种刮痧疗法”。图为大弟子陈玉兰在作头部刮痧演示。

在工作室为诸弟子讲解
经络与刮痧。左一：秦
芳，左三：徐光美，右一：
大弟子陈玉兰，右二：林
建梅。



2000年5月，在“长江三峡游”途
中讲授“特种刮痧疗法”。图为贤
内助王寿凤在做为民刮痧服务。



2002年7月《特种刮痧疗法》首发式上,恩师华延龄教授签名售书。



工作室全体人员作头部刮痧法交流。图为秦芳在进行演示。



上海市针灸经络研究所专家门诊室内,齐丽珍医师在为患者进行治疗。



2004 年 10 月,在香港新聞發布會上講授“特種刮痧療法”。



在上海交通大學老年大學分部講授“特種刮痧療法”。



2005 年 10 月 2 日,出席香港科技界國慶 56 周年大會。中為中華醫學會香港會員聯合會會長陶宏器教授,右為大弟子陳玉蘭。

利痧瘰癧法之餘
治从皮部衛氣歸之
營通于中藏府背俞
經絡和調解郁祛瘀

李鼎題



中華一絕
造福蒼生

呂松濤
書六·四三

民間魂
本林一紀

後仁起于

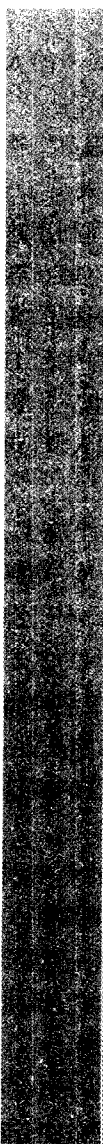
二〇〇六年一月一日

李湘授教授

仁心仁術

陶宏志

二〇〇五年十月
于香港



序一

2005年11月,在翻阅李湘授、齐丽珍医师赠送的《特种刮痧疗法》一书时,勾起我一段原已淡忘的童年记忆。我生长于福建闽东乡村,家母虽胸无点墨,但有一手刮痧扭痧的技艺,每有乡亲来邀她治疗痧症(当地称“着痧”),那些腕腹疼痛难忍的发痧者,经她在肋背部扭、撮、掐或刮(多取用调羹蘸油施刮)之后,多数人症情迅速缓解或消除。她主要是在肋背部寻摸硬结或条索样物或敏感处,然后在局部施术,被撮扭时患者虽躲闪呼痛,但很快就平静下来。这些技艺在缺医少药的农村是相当管用的,不少情况下能解患者燃眉之急。家母有时也叫我去试探一下患者肋背部起硬块的情况,给当时幼小的我留下深刻的印象,不识字的母亲在我童年脑海中的形象是相当高大的。

有时我还见家母给患者拔火罐治病,使用的工具不如今天的顺手,火罐是取量米的竹罐以代替,再用草纸包裹铜钱做成底座圆形的纸芯,然后蘸上煤油或豆油以供发火用。

从上述回忆片断中清楚看出,刮痧疗法深深植根于民间,一般人认为它很“土”。我以为,刮痧等民间疗法虽然“土”得掉渣,但也是中医发展的源头活水,有眼光的专家不应轻视、排斥它们,而应进行科学的消化、提炼和再创造。正确地对待民间经验,不管在治学上还是学术上,都是对中医药学术优秀传统文化的继承,关键是

善于传承、勇于创新。

借助于李湘授医师等人的多年推广,刮痧疗法已被更多的人所接受。今后它会进一步在社会各层次发挥治病保健的作用。

现今社会正面对着庞大的休闲人群。我国每年法定假日已达114天,加上通常每天8小时工作后的空闲时间,在职人员1/3以上的时光是在闲暇中度过的,社会各界正思考关于合理利用这么多闲暇时间的问题。今天的社会对休闲的观念也正发生着重要的转变,据悉,理论界认为,休闲是一门科学,不能再从消极的角度理解它,休闲将从少数人的消磨光阴转变为多数人的生活方式。所以,除教育、旅游、体育、文艺等之外,中医药针灸也应积极抢占休闲的空间。刮痧疗法因其固有的特点,很适合休闲人群(包括人数众多的亚健康者)在享受休闲时利用它保健养生。

刮痧疗法是运用特定的工具在选定的穴、区、带皮肤上施术,因此要对与皮肤有关的某些问题加强研究。从总体上考察,与刮痧疗法相关的基础研究仍很少,多学科联合研究的格局未见踪影,已有的研究未能阐明穴、区、带皮肤同躯体、内脏关系的基本规律,在临床选用穴、区、带皮肤实施刮痧手术时,还存在某种盲目性,仍着重以治疗效应为评判指标,以经验为临床思维的基础。这种局面应随着科技的进步而逐步改变,以增加刮痧疗法的科技含量,推动该疗法的发展。

皮肤为人体与外界间的天然屏障,也是一个重要的免疫器官,具有独特的免疫(细胞和体液)功能。因此,通过刮痧刺激相关皮肤,对免疫功能有无调节作用或如何进行调节等问题,必然要开展观察分析。这些研究以及临床实践中积累的经验,均可贡献于刮痧疗法的改革或完善和传统的经络学说的丰富和发展。

我乐见刮痧疗法在社会期盼回归自然的热潮中得到发展。在继《特种刮痧疗法》后,《特种刮痧运板技巧》出版之际,愿以上述

的议论作为序言。

陈汉平

上海中医药大学教授

上海市针灸经络研究所原所长

2005 年 12 月 16 日

序二

传统刮痧疗法是用边缘光滑的竹板、瓷器片或瓷碗的边缘、小汤勺、麻线、铜钱、毛发或苎麻等不易损伤皮肤的器具，蘸取食用油、酒、清水或油脂，在人体皮肤表面不同部位进行由上而下，由内向外的反复刮摩，直到皮肤出现红色斑点或瘀血斑块，以解除病痛和治疗疾病的民间自然简易治疗方法。大多数学者认为，针灸、推拿、拔罐、放血等疗法是由刮痧变化而来。

现代刮痧疗法是在中医基础理论指导下，遵循经脉运行和病变特点，从体表—经络—脏腑学说考虑，在体表涂以清热解毒、活血止痛的刮痧润滑剂，用特制的水牛角刮痧板进行刮拭，对治疗疼痛性疾病、骨关节退行性疾病和神经、肌肉、血管性疾病等均取得了较好的防治效果的中医外治法。刮痧以其简、便、廉、验、速和易学会、好操作、较安全、效果好的特点，为人类的健康事业作出了巨大贡献。

刮痧疗法起源于神农、黄帝，历史悠久，源远流长。可以追溯到两千多年前的《黄帝内经》时代，是砭石疗法或刺络疗法之一种，一直在民间流传应用。除刮法之外，尚有撮法、挑法、揪法、挤法、捏法、搓法。唐代文献始有用苎麻刮治痧症的记载。元、明两代已比较广泛地流传用汤匙、铜钱蘸水或油刮背部治疗腹痛等症的方法和经验。宋代王裴著《指述方瘴论》，元代医学家危亦林有《世医得效方》。迨至清代，刮痧疗法大为盛行，因而编撰刊行的刮痧专著甚多，如郭志邃的《痧胀玉衡》，王凯的《痧症全书》《痧症要法》，释普净的《痧症指