

图解

中国民间疗法丛书

常见病

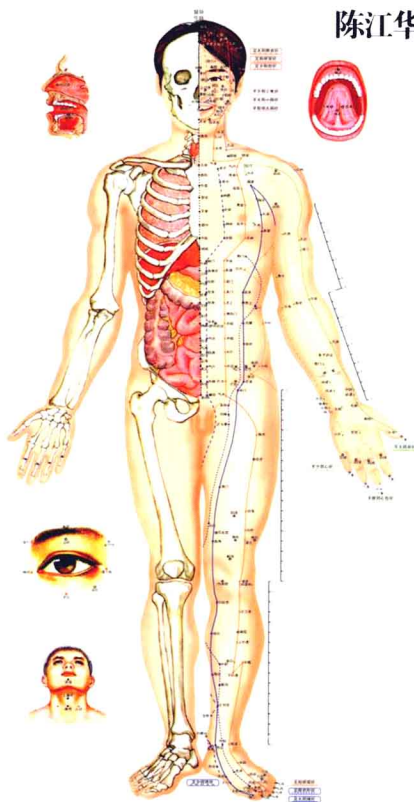
拔罐

特效疗法

陈江华◎编著

赠送
挂图

- 图解人体特效穴位：一学就会，一按就灵的穴位大全
- 最便捷、最节约、最有效的中医疗法 通经络、顺气血，痛则不通，通则不痛
- 你可以不吃药、不打针。常见病拔一次就见效
- 不需要专业的医学知识，纯天然的疗法，没有副作用



图解常见病
拔罐

特效疗法

陈江华◎编著



第四军医大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

图解常见病拔罐特效疗法 / 陈江华编著. —西安: 第四军医大学出版社, 2010. 9

ISBN 978 - 7 - 81086 - 871 - 6

I. 图… II. 陈… III. 拔罐疗法 - 图解 IV. R244.3 - 64

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 187428 号

图解常见病拔罐特效疗法

编 著 陈江华

责任编辑 杨耀锦 汪 英

出版发行 第四军医大学出版社



地 址 西安市长乐西路 17 号 (邮编: 710032)

电 话 029 - 84776765

传 真 029 - 84776764

网 址 <http://press.fmmu.sn.cn>

印 刷 北京市业和印务有限公司

版 次 2011 年 1 月第 1 版 2011 年 1 月第 1 次印刷

开 本 710 × 1000 1/16

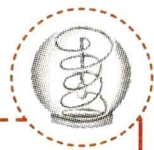
印 张 14.5

字 数 210 千字

书 号 ISBN 978 - 7 - 81086 - 871 - 6/R · 752

定 价 26.80 元

(版权所有 盗版必究)



前言

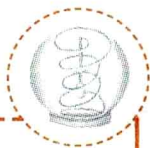
拔罐疗法是祖国中医学的重要组成部分，是历代名医在漫长的实践过程中创立的独特疗法之一，是两千余年来民间防病治病的经验总结，为人类健康事业作出了重要贡献。

拔罐疗法传承至今，已得到了不断的发展和完善。拔罐疗法是采用筒状工具，利用火焰或蒸气等，使罐内形成负压，而准确地将罐具吸附在人体的特定部位或穴位上，以达到治病保健的目的。拔罐疗法不仅操作简单，适用性强，而且经济实用，安全有效，没有不良反应，深受广大群众的喜爱，可用于治疗内、外、妇、男、儿、五官、皮肤等科的疾病。

随着人们对健康的重视，拔罐疗法已在世界各地广泛流行起来，并被现代医学证明具有极好的疗效。通过拔罐，可改善脏腑功能，调节人体阴阳平衡，从而起到养生保健的作用，并具有防治疾病的神奇功效。

本书详细介绍了拔罐疗法的基本知识、操作手法和各种常见疾病的拔罐方法，内容简明扼要，通俗易懂，图文并茂，分别施以火罐、走罐、水罐、药罐、抽气罐、针罐，运用不同方式的拔罐操作技巧，使读者易于掌握和操作，特别适合家庭自我保健与治疗，也适合基层医生阅读参考。书中如有错漏不当之处，请读者批评指正。

健康人人需要，拔罐人人能学。本书帮你把名师请回家，把健康带回家，让拔罐疗法这一中华传统瑰宝，为你的身体健康作贡献，为你的家庭创造幸福美好的生活。



目 录

第一章 拔罐疗法概述	1
拔罐疗法的历史	2
拔罐疗法的作用机制和功效	4
拔罐疗法的理论依据和治疗原理	8
第二章 拔罐基础入门	15
拔罐疗法的适用范围和注意事项	16
拔罐疗法的常用体位和拔罐工具	20
拔罐治疗常用的方法	25
拔罐疗法的取穴原则及补泻方法	34
拔罐与十四经脉	40
拔罐疗法的反应	72
背部排罐疗法	76
发疱排毒拔罐疗法	77
第三章 内科常见病拔罐疗法	79
头痛	80
感冒	82
咳嗽	84
哮喘	86
腹痛	88
便秘	90
高血压	92
低血压	94

冠心病	96
胃下垂	98
糖尿病	100
神经衰弱	102
支气管炎	104
慢性胃炎	106
慢性肾炎	108
三叉神经痛	110
中风后遗症	112
消化性溃疡	114
胆囊炎、胆石症	116

第四章 外科常见病拔罐疗法..... 119

落枕	120
腰痛	122
痔疮	124
肛脱	126
颈椎病	128
肩周炎	130
关节炎	132
腰肌劳损	134
急性腰扭伤	136
坐骨神经痛	138
类风湿关节炎	140
腰椎间盘突出症	142

第五章 妇科常见病拔罐疗法..... 145

痛经	146
带下病	148



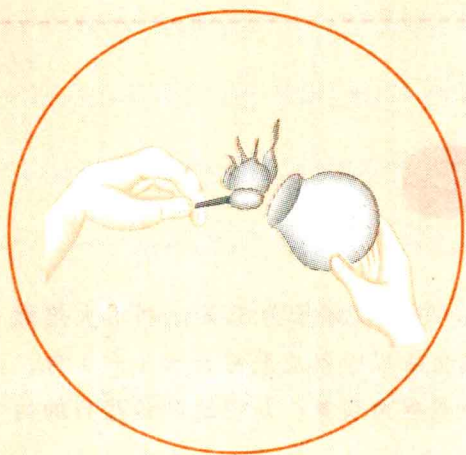
月经不调	150
子宫脱垂	152
妊娠呕吐	154
产后腹痛	156
产后缺乳	158
乳腺增生	160
急性乳腺炎	162
慢性盆腔炎	164
更年期综合征	166
 第六章 男科常见病拔罐疗法	169
前列腺炎	170
前列腺肥大	172
男性性功能障碍	174
 第七章 儿科常见病拔罐疗法	177
厌食症	178
百日咳	180
小儿肺炎	182
小儿腹泻	184
小儿消化不良	186
流行性腮腺炎	188
遗尿症	190
 第八章 皮肤科常见病拔罐疗法	193
湿疹	194
痤疮	196
银屑病	198
荨麻疹	200

带状疱疹	202
神经性皮炎	204

第九章 五官科常见病拔罐疗法 207

牙痛	208
鼻炎	210
白内障	212
耳鸣耳聋	214
内耳眩晕病	216
扁桃体炎	218
过敏性鼻炎	220
复发性口腔溃疡	222

第一章 拔罐疗法概述

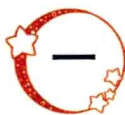


本章目录

拔罐疗法的历史 / 2

拔罐疗法的作用机制和功效 / 4

拔罐疗法的理论依据和治疗原理 / 8



一 拔罐疗法的历史

拔罐疗法，民间俗称“拔罐子”。它是以罐子为工具，利用火焰燃烧、蒸气、抽气等排除罐内空气，形成负压以吸附皮肤施治部（穴）位，通过吸拔和温热刺激，使局部发生充血或瘀血现象，从而达到治疗目的的一种常用的简便外治法。

罐疗方法是中国民间医学中的宝贵遗产之一，深受广大群众喜爱，在民间流行甚广。“扎针拔罐，病好大半”就是民间家喻户晓的谚语。罐法历史悠久，古称“角法”，因使用牛、羊等牲畜角制作罐筒而得名。早在两千多年前成书的经典著作——《黄帝内经》，是祖国医学的理论基础，也是拔罐疗法的理论依据。湖南·长沙马王堆汉墓出土的现存最古的医籍《五十二病方》中即有以兽角进行治疗的记载。晋代医学家葛洪所著的《肘后方》中，就有以兽角制成罐筒来拔脓血、治疗疮疡脓肿的记载。至唐代，又有用“竹罐”治疗疾病的记载。如唐代王焘在《外台秘要·第十三卷》中进一步阐述了拔罐疗法的应用：“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……数数如此角之，令恶物出尽，乃即除，当目明身轻也。”这是用竹罐水煮排气法拔罐治病的记载。中国中医研究院医史文献研究所收藏有汉代陶制火罐，说明汉代已应用火罐治病。至宋代，《苏沈良方》记载了用火筒法治疗久嗽的方法，表明宋代拔罐疗法的适应证已扩大到内科疾病。至清代，拔罐疗法又有了新的发展，如清代《理瀹骈文》一书中可看到治疗黄疸和风疾的记载。现存古医籍中记载罐疗方法较详细的当数清代医药学家赵学敏所著的《本草纲目拾遗》。书中记载：“火罐，江右及闽中皆有之，系窑户烧售，小如人大指，两头微狭，使促口以受火气。凡患一切风寒，皆用此罐，以小纸烧见焰，投入罐中，即将罐合于患处；头痛则合在太阳、脑户、巅顶；腹痛，合在脐上。罐得火气，合入肉即牢不可



脱，须待其自落。患者但觉有一股暖气，从毛孔透入，少顷火力尽，则自落。肉上起红晕，罐中有气水出，风寒尽出，不必服药。治风寒、头痛及眩晕、风痹、腹痛等症。”赵氏的记载不仅准确地描述了罐筒的形状、拔罐操作手法拔罐部位和适应证；还向我们描述了一幅罐疗方法普及的市井图，客户专门烧制陶瓷火罐，销售于市，市民购买，拔罐治病，这说明了当时罐疗方法的普及程度。该书保存和发掘了民间宝贵的医药知识，对发展研究中医药学贡献良多。

清代吴谦在《医宗金鉴·外科心法要诀》中记载了先用针刺、继用中药（羌活、独活、紫苏、艾叶、菖蒲、白芷、甘草、连须葱）煮罐拔罐治疗阴疽的针药罐法。书中还记载了拔罐配合中药、针刺治疗痈疽阴证的方法及对预后的预测，歌云：“痈疽阴证半月间，不发不溃硬而坚，重如负石，毒脓郁，致生烦躁拔为先，铍针放孔品字样，脓鲜为顺紫黑难。”

拔罐的罐具从竹罐、陶罐、火罐、水罐及结合针刺、药物的罐具和罐疗方法的演变，我们不难看出拔罐疗法发展的历史脉络，它是起源于远古、发展于历代、深入于民间的宝贵医学遗产。

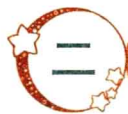
近年来，罐疗方法得到空前的普及和发展，拔罐疗法的罐具种类从角罐、竹罐、陶瓷罐发展到玻璃罐、金属罐、塑料罐、橡胶罐，乃至近年来配合现代医学技术研制的新型罐具，如磁疗罐、红外线罐、激光罐等。从罐具来看，玻璃罐取代了陶瓷罐、金属罐，既减轻了重量、减慢了热传导，又能观察到罐内的情况变化，以便准确掌握治疗时间和刺激量；各种抽气罐（如注射器抽气、橡胶球抽气、唧筒抽气、负压机抽气等）达到了无火排气，更为安全；近来研制的橡胶罐，操作更为简便，挤压在所拔部位穴位即可。罐型从几个型号发展到小至1厘米，大到全身罐。排气方法从吸吮排气法、火力排气法、水煮排气法、药煮排气法，发展为抽吸排气法、挤压排气法、注射排气法、排气球排气法、电动抽气泵排气法。从罐法来看，单纯罐法有：火罐、水罐、抽气罐、挤压罐；复合罐法有：药罐、针罐、灸罐、按摩罐，具体罐疗方法多达四十余种；从罐法治疗的技术操作来看，从单一的留罐、单罐，发展为闪罐、走罐、旋罐、摇罐、滚罐、多罐，从单一拔罐法发展到与其他疗法配合应用。治疗范围从少数病证发展到能治170多种临床各科疾病。适应病证范围非常广泛，内、外、

妇、男、儿、五官、皮肤各科疾病均可采用罐法治疗，具有简单、方便、廉价、效验之功。

拔罐疗法不仅在我国深受群众喜爱，而且在国外也得到了广泛应用。拔罐疗法早在古代就已传到日本、韩国、东南亚一带，现在世界上仍有不少国家将其作为治病方法用于临床，如非洲国家至今还有不少民间医生沿用“角法”；日本的“真空净血疗法”、法国的“杯术”、前苏联的“郁血疗法”等，都属我国的“拔罐疗法”。

拔罐疗法之所以深受广大患者欢迎，是因其操作简便、经济实用，实施过程中病人无痛苦，而且疗效显著。医学工作者在临床实践的基础上，深入民间，广搜博采，撷取精华，不断探索，推广普及罐法，增强罐疗效果。为了使中国民间医学中这一瑰宝不致湮没，继续发扬光大，继续造福人类，让我们都共同努力吧！

近二十年来，随着“崇尚自然，追求绿色”意识的兴起，越来越多的人开始意识到过分依赖化学药物产生的弊端，转而寻求各种自然疗法和替代疗法，拔罐疗法在全国范围内得到了全面推广。中国古老的拔罐疗法，将在充满希望和挑战的21世纪焕发青春，再创辉煌。随着不断创新和推广，拔罐疗法必将风靡全球，它必将对增强人类体质和医疗保健事业作出更大的贡献。

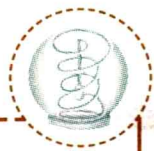


二 拔罐疗法的作用机制和功效



作用机制

拔罐源于千年传统火罐疗法的治病原理，在罐内产生负压，主要作用于肌体、组织、穴位，造成良性刺激，促进代谢，从而调整机体功能，消除病理因素，达到治病的目的。中国传统的脏腑经络理论认为：人体患病的外部因素为风、湿、寒、火、毒，侵入机体后，使脏腑功能失调，由此出现瘀



血、滞气、痰涎、宿食、邪火、火浊这些致病因素，它们通过俞穴走串、逆乱、充斥、滞留、瘀阻，从而出现种种疾病征兆。拔罐时所拔病痛部位毛细血管扩张数倍；同时当人体气血凝滞或经脉空虚时，拔罐的行气活血、泄阴鼓气作用，又可推动经脉气血，振奋脏腑功能，调整紊乱的气机，促进人体气血流通，补虚纠偏，扶正祛邪，增加人体抵抗疾病的能力。拔罐所产生的负压值，使局部毛细血管充血，氧和营养物质供应增多，物质代谢增快，随即产生一种类组织胺的物质随体液周流全身，刺激各个器官，增强其活动功能，提高机体的抵抗力；同时机械刺激可通过皮肤感受器和血管感受器的反射途径传到中枢神经系统，调节兴奋与抑制过程，使之趋于平衡，加强对身体各部分的调节和管制功能，使患者皮肤相应的组织代谢旺盛，吞噬作用增强，促进机体恢复其机能，使疾病逐渐痊愈。

在20世纪50年代，前苏联利用巴甫洛夫神经反射学来说明拔罐疗法的机制，认为其是一种“良性刺激性整体疗法”。承澹庵在《中国针灸学》中认为拔罐是一种“溶血疗法”。并云：“就其吸后，皮肤发生紫色之吸筒影（有时吸出血液水液），经一二日而消失，大概与大炷艾灸有同样之变质作用，毛细血管淋巴管破裂，血液淋巴溢出管外，复被毛细管吸收，可能即此溢之血与淋巴发生变质，再被吸收后所发生之效果，是否与合之溶血疗法有同样作用，则有待于生理学者实际研究论定。”近年日本对瘀斑处进行血清、血细胞等方面检查，认为拔罐疗法可以拔出体内有害物质，有利于人体康复。正如中医所说“风寒邪气随气水出”。

由此可见，拔罐的双向调节作用是多方面的，可以起到一种综合效应。归纳起来有以下几点：

1. 可以改善皮肤的呼吸和营养，有利于汗腺和皮脂腺的分泌，排出有害物质，驱除病邪，邪去则正安。
2. 能增强关节、肌腱弹性和活动性以及周围血液循环的作用，促进气血畅通，起到舒筋活络、通络止痛的作用。
3. 缓慢而轻的手法对神经系统具有镇静作用；急速而重的手法则具兴奋作用。
4. 可增加肌肉的血流量，增强肌肉的工作能力和耐力，防止肌肉萎缩，恢复活力。

5.可加深呼吸，改善呼吸功能。

6.能增强胃肠蠕动，兴奋支配腹内器官的神经，增进胃肠等脏器的分泌功能和消化功能。

7.加速静脉血液回流，降低大循环阻力，减轻心脏负担，调整肌肉与内脏血液流量及贮备的分布情况。

至于综合拔罐法，由于配合其他中医治疗方法（如配合药物、针灸、刺络、按摩），则其治疗作用可进一步增强，功能作用进一步扩大。不过，即使单纯拔罐，随着施治方法不同。其作用强度亦有差异，如火力及水煮或水蒸气排气法拔罐，对局部皮肤有温热刺激作用，尤以大火罐或竹罐疗法显著。这种刺激具有使局部血管扩张，促进局部血液循环，加强新陈代谢，改变局部组织营养状态，增强血管壁通透性及白细胞吞噬能力，增强局部耐受性及机体抵抗力，从而促使疾病好转的作用。特别是拔出大水疱，渗液的再吸收过程，可以明显地增强人体免疫力。而走罐法则同时具有与按摩疗法相似的效应，而起到双重治疗作用。

从上述内容来看，说明拔罐疗法的作用机制是多方面的，符合中医整体与局部相结合的医疗思想，这就是拔罐疗法能够治病的基本道理。

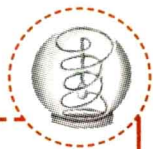


功效

拔罐疗法的功效（作用）是多方面的。根据古今医学家经验总结及临床体会，归纳为以下10方面主要内容：

1.发汗解表。通过吸着作用，使局部毛细血管充血、扩张以及良性刺激的神经反射作用，达到发汗，驱除风、寒、湿邪的作用。临床证明，拔罐后，汗液排泄增加，并帮助排泄体内代谢废物，如尿素、尿酸、乳酸、肌酐等，使外入之病邪仍从外而解。

2.舒筋活络。通过罐子的吸着作用，加上良性刺激下的神经反射作用，使局部毛细血管扩张充血，甚至破裂，使局部和相应脏器组织的血流量（气血）加速而得以畅通，此即中医所称的“活血化瘀，舒筋活络”功能。



3.消肿止痛。由于“驱除病邪、吸拔出有害物质”，并增强了血流量。邪去而肿消、络通而痛止，从而达到“消肿止痛”的目的。

4.温经散寒。由于火罐吸着皮肤的温热刺激，通过局部皮肤感受器和经络，传导给相应的内脏器官组织，使体内寒邪得以拔出体外，从而达到“温经散寒通络”的双重治疗功效。

5.行气活血。寒则气凝，瘀则气滞。气行则血行，气滞则血瘀。由于寒、气、血的互为因果，从而形成气滞血瘀之病变。由于拔罐的“吸拔”“温通”和良性刺激的神经反射作用，促进血液流量和循环的加速，使人体气血畅通，从而达到行气活血的作用。

6.增强皮肤渗透性。通过拔罐，使表皮角质层断裂，部分细胞间隔破坏，皮肤渗透性增强，从而可大大提高皮肤渗透作用。这样既有利于驱除外邪，又可为皮肤局部用药打下基础。因为真皮各级血管的扩张、渗出及细胞吞噬活动的增强，可明显有利于药物吸收而增强其药物疗效。

7.促进伤口愈合，减轻瘢痕。通过拔罐，可刺激局部皮脂分泌增加及皮下组织酸性产物的渗出，或使汗腺中溶菌物质增多。加之皮脂分解、脂肪酸形成，使皮肤局部酸度增加，帮助局部皮肤自洁、抗感染。又可使皮肤生发层细胞受刺激，有丝分裂增加，角质形成细胞增生，毛囊细胞迅速向棘细胞推移，从而有助于伤口愈合，减轻瘢痕。

8.调节体温作用。通过较大面积施用拔罐疗法，可使血管扩张，达到降温作用，此即中医所称的“清热泻火”功效。因为皮肤的温度感受器接受刺激，通过视丘下部体温调节中枢，调节产热和散热，达到降温的目的。反之阳虚病人的体温低于正常，拔罐后，随着组织崩解产物入血，或血细胞崩解产物的刺激，可使产热增加或代谢旺盛，使体温升高，这就是中医所说的温壮阳气的功能。

9.调节阴阳平衡。中医认为，阴阳失调，百病丛生。“阴平阳秘，精神乃治”。说明保持和调整机体阴阳的相对平衡是防病治病的重要保证。拔罐，对机体是一种良性刺激。通过皮肤神经感受器和血管感受器的反射途径传导到神经中枢，调节兴奋与抑制过程，使之阴阳趋于平衡，从而加强大脑皮质对身体各部分的调节与管制功能，使局部皮肤相对应的内脏及组织代谢旺盛，吞噬作用增强。据文献报道，拔火罐所产生的局部神经温

热刺激反射到大脑皮质，使其兴奋增强。因而在一定程度上控制了病情。还有文献认为，拔火罐的地方，血红蛋白和血细胞都有显著增加（医疗部门曾通过病例进行血液检验，结果证明，拔火罐后，局部血红蛋白增加20%，红细胞增加至 10×10^{12} / 升以上，白细胞增加至 8×10^9 / 升以上）。从而促进了人体阴阳的相对平衡，代谢功能旺盛，促进机体恢复其功能而使疾病逐渐痊愈。

10. 增强免疫功能。

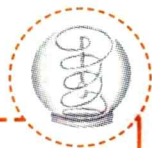
三

拔罐疗法的理论依据和治疗原理



理论依据

1. 诊察疾病的理论依据。拔罐疗法与内科一样，亦是以《内经》理论为指导的。病从外入，必先见于外。《素问·皮部论》云：“皮者脉之部也，邪客于皮则腠理开，开则邪入客于络脉，络脉满则注于经脉，经脉满则入舍于府藏也，故皮者有分部，不与而生大病也。”又云：“凡十二经脉者，皮之部也。是故百病之始生也，必先争皮毛……”说明病邪由外入内的基本规律。即外邪经皮→络→经→腑→脏，是疾病的基本转变次序。反之，病从内生，必形见于外。因为经络内属脏腑，外络肢节，所以，内脏的病变也可表现于皮部，通过皮部的变化可诊断内生的疾病。故《素问·阴阳应象大论》云：“善诊者，察色按脉，先别阴阳。”《灵枢·本脏篇》云：“视其外应，以知其内脏，则知所病矣。”说明百病之始生，无论内因或外因所致者，皆可从诊察皮部的异常变化而知其内外也。再察皮部之五色，可知疾病所在的部位和性质，正如《素问·皮部论》云：“其色多青则痛，多黑则痺，黄赤则热，多白则寒，五色皆见，则寒热也；络盛则入客于经，阳主外，阴主内。”不过，脏腑经络的病变，在皮部还有以下病理改变的反应。从触诊（触摸皮肤）而知温、凉、润滑、厚薄、粗



细、坚柔、凹凸，或如筋、如索、如洁、如珠、如黍、如小锤、如横木等；从询问而知酸、麻、痛、胀、木、沉、坚、紧、温、凉、血、肿，或气行如发弩（电击式）、如蚁行、如蠕动、如水流、如气窜、如热流、如凉流等反应。由此说明，通过视诊、触诊、问诊而能了解疾病的所在部位和性质，为诊疗疾病提供了理论依据。

2. 以中医经络学说为指导。《灵枢·刺节真邪篇》云：“用针者，必先察其经络之虚实，切而循之，按而弹之，视其应动者，乃后取之而下之。”《灵枢·官能篇》又指出：“察其所痛，左右上下，知其寒温，何经所在。”在临床中，是针灸医家必须遵循的治疗准则，拔罐疗法也不例外，亦是以经络理论为依据。取穴，或取相应部位拔罐亦是以此为理论依据的。故循经取穴、察虚实、视应动是拔罐疗法临证取穴施治的基本准则。

3. “皮部论”是拔罐疗法的着眼点。拔罐疗法属外治法之一，是通过施治于人体之体表皮肤来达到治病的目的。

传统的针灸医家在应用经络诊治疾病时，重点是取相应经脉的穴位，而拔罐疗法则重在穴位的皮部。因为穴位代表的并不是一个点，而是一个面，确切地说是一个立体的部位，这也同样是皮部的表现。除正规穴位外，常可发现阿是穴（压痛反应点）（无定位，随处皆可出现），即使是正规穴位，生病时所在位置也往往发生改变。通过诊察皮部以确定反应的穴位，从而判断变动经脉。对于病好了，“穴”也随之换位置，称为穴位的变动。这样变动很少会离开相应的皮部，一般是在该经相应的皮部范围内变动，加之拔罐疗法作用面积大，往往不是一个穴位，而是几个俞穴的综合效应，即使变动也不离其中，此其一；病理性反应点，皆出现在相应之皮部，取其施治，恰切其病，此其二；所谓阿是穴（压痛反应点），按其皮部，有压痛点即是，此其三；凡脏腑、本经络之病变，皮色变异，皆不离本经之地面也，此其四。凡此四者，总不离皮部之范围。所以说皮部是拔罐疗法的着眼点，其道理亦在于此。

《素问·皮部论》云：“欲知皮部以经脉为纪者，诸经皆然。”“凡十二经脉者，皮之部也。”说明，皮部者，皆本源于十二经脉，是诸经在外之应也。一身之皮部，分为十二部。《素问·皮部论》说：“皮有分部，