



全圖解系列 丛书  
Quan Tu Jie Xi Lie

张鸥 赵昕/主编

编单位 中国民间中医医药研究开发协会

中国科学院院士 程莘农  
国医大师 著名中医临床家

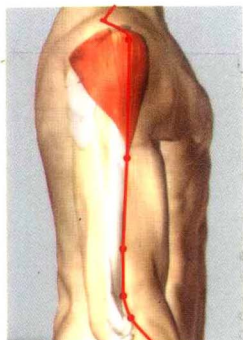
拔罐在防病治病、养生保健方面有着神奇的功效。中医专家用完全图解的形式帮你诠释复杂的医学理论，教你最简便实用、有效的防病保健之法……

# 中医拔罐 完全图解

超值彩图版



赠光盘



19 359

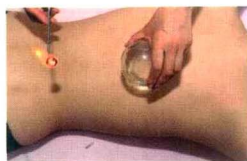
位中医专家联合编著

张精美穴位解剖图

7 103

种经典拔罐方法

种疾病拔罐疗法完全图解



人民軍醫出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS



全圖解系列 丛书之  
Quan Tu Jie Shi Lie

# 中医拔罐

## 完全图解

超值  
彩图  
版



赠光盘

主编单位 中国民间中医医药研究开发协会  
主 审 周立孝  
主 编 中国中医科学院 张 鸥 赵 昕  
副主编 李秀媛 秦 秋 金秀莲  
编 委 高彦贞 王雪松 王伯达 李月静  
王丹宇 李秋云 高志良 付科学  
孙 燕 鲁忠鑫 刘伟咚 郭瑞涓  
刘 宁 张广珍  
绘 图 张惠辉



人民軍醫出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北 京

图书在版编目 (CIP) 数据

中医拔罐完全图解 / 张 鸥, 赵 昕主编. —北京: 人民军医出版社, 2011.7

ISBN 978-7-5091-4855-6

I. ①中… II. ①张… ②赵… III. ①拔罐疗法—图解  
IV. ① R244.3-64

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 107156 号

  
完全图解

策划编辑: 焦健姿      文字编辑: 王玉梅      责任审读: 吴 然  
出 版 人: 石 虹

出版发行: 人民军医出版社      经销: 新华书店

通讯地址: 北京市100036信箱188分箱      邮编: 100036

质量反馈电话: (010) 51927290; (010) 51927283

邮购电话: (010) 51927252

策划编辑电话: (010) 51927271

网址: [www.pmmp.com.cn](http://www.pmmp.com.cn)

印刷: 潮河印业有限公司      装订: 恒兴印装有限公司

开本: 889mm × 1194mm      1/32

印张: 7      字数 150千字

版、印次: 2011年7月第1版第1次印刷

印数: 0001—8000

定价: 29.80元

版权所有 侵权必究

购买本社图书, 凡有缺、倒、脱页者, 本社负责调换

中  
華  
神  
罐

程莘农

二零一零年九月廿六日

中国科学院院士、国医大师 程莘农 亲笔题词  
著名中医临床家



# 序言

拔罐疗法属于针灸疗法范畴，乃刺灸法之一。因古时用牛角筒之类的器具施治，故称之为“角法”。在长沙马王堆出土的帛书《五十二病方》中已有关于角法治病的记载，在其后的很长一段时期，角法治疗多用于吸拔脓血以治疗痈肿。迨至晋唐时期，拔罐器具有所进步，以竹罐替代了牛角筒，为拔罐疗法的进一步普及奠定了物质基础。然当时仍以吸拔脓血为主，在适用范围方面未见发展，在晋·葛洪的《肘后备急方》及唐·王焘的《外台秘要》中都有记述。及至明清二期出现了陶土罐，拔罐的器具又有所进步。同时由于陶土罐的应用，自晋唐以来沿习的煮罐法也发生了改变，多采用迄今仍在用的投火法，且适用范围亦扩展到多种病症。清·赵学敏在《本草纲目拾遗》中云：“拔罐可治风寒头痛及眩晕、风痹腹痛等症”，可令“风寒尽出，不必服药”。由于适用范围扩大，施术时也开始讲究循经选穴，不再简单地以病灶处作为拔罐部位。这一时期，拔罐疗法获得了脱胎换骨的进步，其后渐次出现了玻璃罐、树脂罐，也出现了留罐、循经走罐、水罐、药罐等不同的施治方法，通过逐寒祛湿、疏通经络、祛除瘀滞、行气活血、消肿止痛、拔毒泻热等，调整人体阴阳平衡，从而达到扶正祛邪、治疗疾病的目的。同时还可以解除疲劳、增强体质，不失为一种干预亚健康状态的有效途径。

虽然拔罐疗法广泛流传于民间，但学术界对其很少有系统研究的成果，在一定程度上阻碍了拔罐疗法的应用与普及。当今社会生活节奏加快，亚健康人群数量急剧增加，拔罐疗法这一简便易行、安全有效、绿色节能的治疗、养生两用技术，应当发挥更大的作用。喜见中国民间中医医药开发研究协会编纂《中医拔罐完全图解》一书，余欣然作序，冀望借此更进一步地推广普及拔罐疗法走进千家万户，并推动对该疗法的进一步深入研究，以造福人民。

田景福

2011年5月





# 目 录



## 拔罐疗法基础

|              |    |
|--------------|----|
| 一、拔罐源流及原理    | 9  |
| 二、拔罐准备       | 11 |
| 三、拔罐排气法      | 16 |
| 四、拔罐方法       | 18 |
| 五、罐斑色诊       | 25 |
| 六、留罐、起罐与疗程   | 26 |
| 七、拔罐禁忌证及注意事项 | 28 |



## 拔罐治疗内科常见病

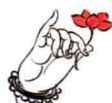
|           |    |                 |    |
|-----------|----|-----------------|----|
| [1] 感冒    | 31 | [13] 眩晕         | 61 |
| [2] 咽喉肿痛  | 35 | [14] 失眠         | 63 |
| [3] 咳嗽    | 37 | [15] 内伤发热       | 65 |
| [4] 哮喘    | 40 | [16] 脑卒中        | 67 |
| [5] 呕吐    | 43 | [17] 痹证         | 72 |
| [6] 呃逆    | 45 | [18] 痿证         | 76 |
| [7] 泄泻    | 47 | [19] 面瘫 (面神经麻痹) | 80 |
| [8] 胃痛    | 49 | [20] 面痛 (三叉神经痛) | 82 |
| [9] 胃下垂   | 53 | [21] 胁痛         | 84 |
| [10] 消化不良 | 55 | [22] 腹痛         | 86 |
| [11] 便秘   | 56 | [23] 消渴证 (糖尿病)  | 88 |
| [12] 头痛   | 58 | [24] 淋证         | 91 |



## 拔罐治疗外科常见病

|                  |    |               |    |
|------------------|----|---------------|----|
| [25] 乳癖 (乳腺小叶增生) | 93 | [26] 乳痈 (乳腺炎) | 95 |
|------------------|----|---------------|----|

|                     |     |                          |     |
|---------------------|-----|--------------------------|-----|
| [27] 痔疮 .....       | 97  | [34] 丹毒 .....            | 110 |
| [28] 脱肛 .....       | 99  | [35] 瘰癧 (颈结核性淋巴结炎) ..... | 111 |
| [29] 肠痛 (阑尾炎) ..... | 101 | [36] 血栓闭塞性脉管炎 .....      | 112 |
| [30] 胆囊炎 .....      | 103 | [37] 下肢静脉曲张 .....        | 113 |
| [31] 胆绞痛 .....      | 105 | [38] 手术后肠粘连 .....        | 115 |
| [32] 肾绞痛 .....      | 107 | [39] 虫蛇咬伤 .....          | 117 |
| [33] 疝 .....        | 109 |                          |     |



## 拔罐治疗骨伤科常见病

|                         |     |                    |     |
|-------------------------|-----|--------------------|-----|
| [40] 落枕 .....           | 118 | [50] 腰椎间盘突出症 ..... | 134 |
| [41] 颈椎病 .....          | 120 | [51] 强直性脊柱炎 .....  | 136 |
| [42] 肩凝症 (肩关节周围炎) ..... | 123 | [52] 梨状肌综合征 .....  | 138 |
| [43] 网球肘 (肱骨外上髁炎) ..... | 125 | [53] 坐骨神经痛 .....   | 139 |
| [44] 腱鞘囊肿 .....         | 127 | [54] 股外侧皮神经炎 ..... | 141 |
| [45] 肋软骨炎 .....         | 128 | [55] 膝关节痛 .....    | 142 |
| [46] 项背肌筋膜炎 .....       | 129 | [56] 退行性膝关节炎 ..... | 144 |
| [47] 腰痛 (腰肌劳损) .....    | 130 | [57] 踝关节扭伤 .....   | 145 |
| [48] 急性腰扭伤 .....        | 132 | [58] 足跟痛 .....     | 146 |
| [49] 腰椎退行性骨关节病 .....    | 133 | [59] 骨质疏松症 .....   | 147 |



## 拔罐治疗妇科常见病

|                         |     |                             |     |
|-------------------------|-----|-----------------------------|-----|
| [60] 痛经 .....           | 149 | [65] 带下 .....               | 157 |
| [61] 闭经 .....           | 151 | [66] 妊娠呕吐 .....             | 159 |
| [62] 月经不调 .....         | 152 | [67] 产后乳少 .....             | 161 |
| [63] 崩漏 (功能性子宫出血) ..... | 154 | [68] 阴挺 (子宫脱垂) .....        | 163 |
| [64] 慢性盆腔炎 .....        | 156 | [69] 围绝经期综合征 (更年期综合征) ..... | 165 |



## 拔罐治疗男科常见病

|                 |     |               |     |
|-----------------|-----|---------------|-----|
| [70] 前列腺炎 ..... | 167 | [71] 遗精 ..... | 169 |
|-----------------|-----|---------------|-----|



## 目 录

|              |     |              |     |
|--------------|-----|--------------|-----|
| [72] 阳痿····· | 171 | [73] 早泄····· | 172 |
|--------------|-----|--------------|-----|



### 拔罐治疗**皮肤科**常见病

|                   |     |                 |     |
|-------------------|-----|-----------------|-----|
| [74] 黄褐斑·····     | 174 | [80] 神经性皮炎····· | 183 |
| [75] 痤疮·····      | 175 | [81] 皮肤瘙痒症····· | 185 |
| [76] 风疹(荨麻疹)····· | 177 | [82] 脂溢性皮炎····· | 186 |
| [77] 湿疹·····      | 179 | [83] 斑秃·····    | 188 |
| [78] 疣·····       | 181 | [84] 冻疮·····    | 189 |
| [79] 带状疱疹·····    | 182 |                 |     |



### 拔罐治疗**五官科**常见病

|                 |     |                      |     |
|-----------------|-----|----------------------|-----|
| [85] 结膜炎·····   | 190 | [90] 耳鸣·····         | 199 |
| [86] 麦粒肿·····   | 191 | [91] 鼻炎·····         | 201 |
| [87] 近视·····    | 193 | [92] 咽炎·····         | 202 |
| [88] 白内障·····   | 195 | [93] 牙痛·····         | 203 |
| [89] 视神经萎缩····· | 197 | [94] 颞下颌关节紊乱综合征····· | 205 |



### 拔罐治疗**儿科**常见病

|                |     |                |     |
|----------------|-----|----------------|-----|
| [95] 小儿发热····· | 207 | [98] 小儿泄泻····· | 212 |
| [96] 小儿咳嗽····· | 208 | [99] 小儿遗尿····· | 214 |
| [97] 小儿厌食····· | 210 |                |     |



### 拔罐治疗**其他**常见病

|                |     |                |     |
|----------------|-----|----------------|-----|
| [100] 中暑·····  | 216 | [102] 晕动病····· | 220 |
| [101] 肥胖症····· | 218 | [103] 戒烟·····  | 222 |



## 拔罐疗法基础

拔罐疗法是用燃火、抽气、蒸汽的方法使罐内的气压低于大气压，吸附肌肤，治疗疾病的一种方法，在维护人类健康上起着积极的作用，需要发扬和继承。民间广泛传有“有病拔罐，祛病一半”的说法，说明它确实有减轻病痛的作用。拔罐疗法的特点是适应证广，疗效显著，简便易行，经济适用，安全无毒。不懂中医的人也能在短时间内学会拔罐的一般操作，用于简单的防病治病。

### 一、拔罐源流及原理

**1. 拔罐源流** 拔罐的起源很早，春秋战国时期古人就用带有小孔的牛角、羊角罩在患部排脓吸血，称为角法。拔罐治疗疾病最早的文字记载是湖南长沙马王堆汉墓出土的帛书《五十二病方》，书中“以小角角之”，就是用兽角负压原理治疗。最早的医书《黄帝内经》记载“风寒与百病之始生也，必客于皮毛”“善治者，治皮毛”“菀陈则除之者，出恶血也”，是中医外治法的理论依据，拔罐当属外病内治法。公元281—361年，晋代葛洪著的《肘后备急方》、唐代王焘著的《外台秘要》讲述了角法的应用。明代《外科正宗》中有“煮竹筒法”，已经



把拔罐作为重要的外治法之一。清代《医宗金鉴》把辨证用药与拔罐结合，专门记载先用针刺，再用中草药煮罐后拔罐的针药筒疗法。清代赵学敏著的《本草纲目拾遗》中叫做“火罐气”，对火罐出处、形态、适应证、操作、优点均做有详细介绍，拔罐开始走入民间。后来牛角筒被竹筒、陶罐、玻璃罐、塑胶罐代替。借助热力，排除罐内空气，使罐内形成负压，吸附在穴位上，皮肤充血瘀血，以温经散寒，行气活血，止痛消肿，拔毒排脓。医治范围也扩展到诸证，如感冒、头痛、哮喘、肌肉劳损、风湿痛、腹痛、外伤瘀血等。

**2. 作用原理** 疾病是由致病因素引起人体阴阳的偏盛或偏衰，气机升降失常，脏腑功能紊乱。当人体受到风、寒、暑、湿、燥、火、毒、外伤的侵袭，或喜、怒、忧、思、悲、恐、惊内伤情志过度，可以导致脏腑功能失调，产生邪火、气郁、痰饮、宿食、水浊、瘀血。这些病理产物通过经络腧穴走窜机体，扰乱气机，滞留脏腑，瘀阻经络，导致病症。

拔罐的得当运用，可以祛除体表局部、脏腑经络的各种致病因素，使功能恢复，疾病痊愈。祛除邪气，邪去正安。扶助正气，阴阳平衡，又是通过配合其他疗法共同的作用。如刺络拔罐的驱邪作用强，火罐的温阳扶正作用佳，脏腑病多取背部腧穴针刺拔罐，体表病症又可以用梅花针刺血拔罐，祛除风邪，调营扶正。

拔罐通过对机体局部的良性刺激，依靠人体自控调节系统，起到调节脏腑功能的作用。

**3. 现代研究** 随着人们对绿色低碳生活的认识，非药物治疗法被更多地接受，拔罐也被大家熟知和认可。拔罐疗法的作

用机制也逐渐被研究和揭示。

拔罐通过物理的机械刺激和负压，皮肤吸拔隆起，毛细血管扩张充血，红细胞破裂，表皮瘀血，出现自身溶血现象，释放组胺和 5-羟色胺等物质，随体液周流全身，增强功能活动。神经递质也通过神经-体液机制，由传入神经传到大脑皮质，产生反射作用，作为一种良性调节。

应用广泛的传统闪火拔罐法负压大，温热作用明显，使局部血管扩张，改变局部组织营养状态，增强血管壁通透性，白细胞和网状内皮系统吞噬活动活跃，闪火拔罐法的消炎止痛作用尤为突出。

拔罐内压力对人体局部部位的吸附，加速了血液和淋巴液循环，促进肌肉和脏器对代谢产物的清除和排泄。负压吸力的良性作用，通过神经-内分泌调节，引起局部和全身的应激反应，加强局部血液流动，改善全身血液循环。在拔罐疗法中有限度放血是一种良性刺激，后作用为反射性调节，血管运动恢复正常，促进病变组织修复，最终能够提高机体免疫力，治疗疾病，保健强身。

## 二、拔罐准备

**1. 环境准备** 室温适宜，安静，整洁，空气新鲜，光线充足。准备覆盖用被单、毛巾被等。

**2. 体位选择** 选择舒适正确的体位（表 1-1），充分暴露施术部位。施术过程不要活动和变动体位，防止罐体脱落。在条件可能的情况下，尽量选用舒适卧位，以平和舒缓的心态接受治疗。



表1-1 拔罐体位选择

|        |      | 体 位                              | 适用范围                           |
|--------|------|----------------------------------|--------------------------------|
| 卧<br>位 | 仰卧位  | 头部垫枕，平卧于床                        | 适用于头面部、胸腹部、上下肢伸侧、手足部的治疗        |
|        | 俯卧位  | 面部向下或侧，俯卧于床，四肢放平                 | 适用于头部、颈肩部、背腰骶部、臀部、上下肢屈侧、手足部的治疗 |
|        | 侧卧位  | 一侧肢体躯干接触床，下肢屈曲状                  | 适用于一侧身体各个部位的治疗                 |
| 坐<br>位 | 正伏坐位 | 正坐于椅上，下肢自然下垂。双手屈曲放置桌面，头部俯伏前倾顶靠桌面 | 适用于上半身背侧的治疗                    |
|        | 仰靠坐位 | 正坐，仰靠于靠背椅上，下肢自然下垂                | 适用于头面颈项部的治疗                    |
|        | 侧伏坐位 | 正坐于椅上，下肢自然下垂。双手屈曲放置桌面，同样头部前倾侧靠桌面 | 适用于侧头部、肩背部的治疗                  |

**3. 器具准备** 准备各类拔罐用品(表1-2,表1-3)及辅助材料(表1-4)。根据部位选择拔罐型号，腰背部选大罐，颈肩部选中罐，头面部选小罐。罐具用酒精或煮沸消毒。



玻璃罐



**表1-2 传统罐具**

| 罐 具 | 性 能                                                              | 评 价                                                                                                 |
|-----|------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 玻璃罐 | 罐的材质是耐热玻璃，形如球状，罐口边缘较厚，口径略小突向外，光滑且吸力好。型号大小不等，供不同部位选用              | <p><b>优点：</b>清晰透明，便于观察皮肤变化，掌握出血量，有效控制拔罐时间，在针灸临床广泛使用</p> <p><b>缺点：</b>容易破碎。家庭可以选用平口光滑广口玻璃瓶、玻璃杯代用</p> |
| 陶瓷罐 | 又分陶罐和瓷罐，用陶土、瓷土烧制而成，内外涂釉，罐口平滑，中圆肚大，分大、中、小号，也曾经广泛使用                | <p><b>优点：</b>吸拔力大，容易清洁消毒</p> <p><b>缺点：</b>不透明易破碎，不易观察皮肤颜色变化和出血情况</p>                                |
| 竹 罐 | 用天然竹竿截成，一端留节为底，一端为口，打磨光滑。罐口直径3~6厘米，高度6~10厘米。现在常用于竹制火罐、中药煮罐和中药熏罐法 | <p><b>优点：</b>耐用，能吸收药液，取材制作方便</p> <p><b>缺点：</b>不透明，容易干裂，要防日晒，使用前用温水浸泡，防漏气，保持罐口圆滑</p>                 |
| 兽角罐 | 动物的犄角取出角质，截端平滑，在社区曾广泛使用                                          | <p><b>优点：</b>负压性能好</p> <p><b>缺点：</b>不适宜高温消毒</p>                                                     |
| 木 罐 | 用质地较硬圆木切削制成，植物油浸泡10天，擦净晾干即可                                      | <p><b>优点：</b>轻巧结实，体感柔和</p> <p><b>缺点：</b>不透明，维持压力时间较短，长期不用易燥裂</p>                                    |
| 金属罐 | 用金属铜、铁、铝等材料加工制成                                                  | <p><b>缺点：</b>传热快，易烫伤，不常用</p>                                                                        |





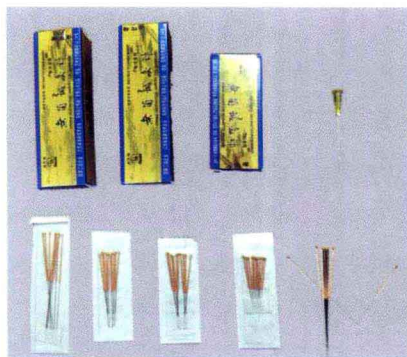
**4. 施术部位准备** 施术部位用 75% 酒精（乙醇）消毒。注意：一定要等酒精完全挥发后施术，防止酒精遇明火易燃而灼伤皮肤。给小儿拔罐时，手法宜轻，力量要小，不要给小儿造成



抽气罐

| 表1-3 现代罐具 |                                                                                   |
|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| 罐 具       | 性 能                                                                               |
| 抽气罐       | 用透明塑料制成，上置活塞手动抽气，可以随意调节罐内负压，市售成品型号适当，方便家庭使用。也有用有机玻璃、橡胶制成，挤压抽气，不易破损，携带方便           |
| 电热罐       | 罐内装有电热元件，通电后发热，再排出罐内空气产生负压。电热罐温度负压可控，并能连接负压仪器，随时观察负压数据情况，临床实验研究适用。吸拔后体表感觉舒适，适用于坐罐 |
| 磁疗罐       | 罐内装有磁铁，具有磁效应                                                                      |
| 其他        | 包括红外线罐、紫外线罐、激光罐、离子透入罐。分别装有红外线灯管、紫外线灯管、激光发生器、离子透入器，具有相应治疗作用                        |

恐惧感，对于懂话的小儿要交流互动。在小儿施术部位轻涂凡士林油，或贴湿纸湿布片，保护娇嫩肌肤。



各种拔罐辅助用针具



艾 条

**表1-4 拔罐辅助材料**

| 材 料    | 选 材                                                | 作 用                      |
|--------|----------------------------------------------------|--------------------------|
| 燃 料    | 选用 95% 酒精，家庭可以选用高度数白酒                              | 临时可以用点燃薄纸置于玻璃罐中，替代火源     |
| 润滑剂    | 选用凡士林、液体石蜡油、植物蓖麻油，或药性油剂红花油、松节按摩乳等作为润滑剂，家庭可以选用食用油或水 | 提高密接度，增加罐口吸力，提高走罐效果，保护皮肤 |
| 消毒清洁用品 | 75% 酒精、脱脂棉球、无菌辅料、医用胶条、龙胆紫、烫伤药膏等                    |                          |
| 针 具    | 配合治疗用针刺毫针、三棱针、圆利针、梅花针、艾条等                          |                          |



### 三、拔罐排气法

**1. 火罐法** 借助火焰在罐内燃烧，热力膨胀排出空气，形成负压吸拔在皮肤上。吸拔力的大小和罐体、火力、操作速度有关。这种方法适用玻璃罐和陶罐。

**2. 闪火法** 用镊子或止血钳夹住棉球或折叠纱布，蘸 95% 酒精，挤出多余液体后点燃，在罐内快速闪动撤出，扣在选定的穴位或部位。此法安全效果好，是目前临床常用的方法。

**3. 投火法** 纸条燃到 1/3 时投入罐内，迅速将罐扣到施术部位。这种方法用罐口向上或侧面时，如果罐口朝下，容易灼伤皮肤，要注意避免。由于取材方便，紧急时较常用。

**4. 水罐法** 用水或加中药煮沸竹罐后，用镊子夹出，罐口向下，迅速用毛巾擦拭罐口，扣在应拔部位，吸附在皮肤上。

**5. 抽气罐法** 抽气罐扣在需拔部位，上置抽气筒将罐内空气抽出，即产生负压吸着肌肤。这种方法的吸力容易控制，力度可大可小。



抽气罐法