

中国针灸学会重点普及推广项目
国家中医药管理局科技推广项目

孟氏中药拔罐疗法

孟宪忠◎著

孟所长健康丛书

图解 拔罐



北京科学技术出版社

中国针灸学会重点普及推广项目
国家中医药管理局科技推广项目

孟氏中药拔罐疗法

图解拔罐

孟宪忠◎著



孟所长健康丛书



NLIC2970826342

北京科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

图解拔罐:孟氏中药拔罐疗法/孟宪忠著, - 北京:
北京科学技术出版社, 2012.7

ISBN 978-7-5304-5269-1

I. ①图… II. ①孟… III. ①拔罐疗法-图解
IV. ①R244.3-64

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第115307号

图解拔罐:孟氏中药拔罐疗法

作 者:孟宪忠

策划编辑:杨佳佳 王 婧

责任编辑:罗 浩

责任校对:黄立辉

责任印制:张 良

图文制作:樊润琴

出 版 人:张敬德

出版发行:北京科学技术出版社

社 址:北京西直门南大街16号

邮政编码:100035

电话传真:0086-10-66161951(总编室)

0086-10-66113227(发行部) 0086-10-66161952(发行部传真)

电子信箱:bjkjpress@163.com

网 址:www.bkjpress.com

经 销:新华书店

印 刷:三河国新印装有限公司

开 本:720mm×1000mm 1/16

字 数:160千

印 张:19

插 页:32

版 次:2012年7月第1版

印 次:2012年7月第1次印刷

ISBN 978-7-5304-5269-1/R·1357

定 价:38.00元



京科版图书,版权所有,侵权必究。

京科版图书,印装差错,负责退换。

作者介绍

孟宪忠所长多年来一直从事健康事业的研究、普及和推广工作，特别是在中药拔罐疗法的挖掘继承、发展应用方面成绩卓越，临床经验丰富。他将拔罐疗法与中医药养生保健和科学的健康理念充分结合，形成了独具特色的“孟氏整体疗法”，追求着中医“不治已病治未病”的最高境界。

孟所长现任国家中医药管理局科技推广项目——孟氏中药拔罐疗法首席专家；拔罐疗法国家标准化起草委员会委员；中华中医药学会外治分会副主任委员；世界中医药联合会特色诊疗专业委员会理事；山东孟氏拔罐研究所所长，同时还是孟氏中药拔罐的发明人，孟氏整体疗法的创始人，脂欣康胶囊、参芝胶囊、孟氏中药拔罐擦剂、三七黄芪胶囊、首乌藤酸枣仁胶囊、通本胶囊等多种健康产品的主要研制人，科学健康理念的倡导者。

孟所长自从1995年开创孟氏健康事业以来，始终保持着创业时的热情和执著，以老百姓的健康为己任。在全国多家广播电台、电视台常年主持健康类节目，特别在山东四个省级广播电台连续19年每天主持节目两小时以上，接待用户超过20万人次，帮助了成千上万的患者，深受老百姓的认可和尊重。

孟所长曾多次到加拿大、美国、德国、瑞士、法国、希腊、西班牙、葡萄牙、马来西亚、新加坡、韩国、巴西、阿拉伯联合酋长国等多个国家进行学术交流、考察和讲学。

主要著作：《孟氏中药拔罐疗法》、《心脑血管疾病防治手册与脂欣康胶囊研究》、《科学的健康理念》、《免疫力与健康》、《看图拔罐》、《古今中外名医谈健康》、《中华拔罐疗法大全》，同时在国内外专业刊物上发表论文十余篇。

主要荣誉：曾荣获“全国中医药科普先进个人”，省、市级科技成果奖两项，《科学的健康理念》曾荣获“新中国成立60周年全国中医药科普著作一等奖”等。

序

拔罐疗法是中华优秀传统文化的重要组成部分，历史悠久，以其简便易行，适应证广，安全有效，使用方便等特点，深受广大群众欢迎。

孟宪忠所长热衷于中医药事业，勤奋好学，尤对传统拔罐情有独钟，多年从事拔罐疗法研究，搜集古今拔罐器具，创立了山东孟氏拔罐研究所。与有关单位合作，积极开展拔罐疗法研究，推广拔罐疗法成果。他的科研成果曾荣获济南市科学技术进步三等奖，是中国针灸学会、国家中医药管理局普及推广项目。孟所长在实践中善于将专业学术概念表述为群众容易理解接受的语言，根据针灸学“以痛为腧”的原理，倡导“哪疼拔哪”；倡导用“后背排罐”的方法治疗慢性疾病或一体多病；倡导“八大保健要穴”（百会、大椎、内关、合谷、神阙、足三里、三阴交和涌泉）强身健体；倡导对慢性疾病拔罐要持之以恒，“坚持、坚持、再坚持”。他还提出了“孟氏整体疗法”新理念，即将拔罐疗法与中医药养生保健和科学的健康理念充分结合，为患者解除痛苦，追求着中医“不治已病治未病”的以预防保健为主的最高境界。被患者称为“健康使者”。

孟宪忠所长的研究成果及实践经验都是极为实用和具有学术价值的。他锲而不舍的努力，为我国传统拔罐疗法发扬光大作出了突出贡献。

孟宪忠所长继《孟氏中药拔罐疗法》、《心脑血管疾病防治手册与脂欣康胶囊研究》、《科学的健康理念》、《免疫力与健康》、《看图拔罐》、《古今中外名医谈健康》、《中华拔罐疗法大全》等多部专著出版之后，又编著了这本独具特色的《图解拔罐》。该书最大的特点是对每种疾病的治疗加注“孟所长点评”，详解每种疾病通过孟氏整体疗法治疗的经验，实用操作性更强。我认为《图解拔罐》确实是一部使拔罐疗法操作和普及简单化、大众化的优秀科普著作，愿向广大中外读者推荐。相信该书的出版对拔罐疗法的推广普及将起到积极的促进作用，惠泽于万千民众。

特此为序。

中国针灸学会会长

李兆新

2011年1月10日

作者的话

——暨孟氏整体疗法介绍

自从《孟氏中药拔罐疗法》这本书十多年前面世以来，深受广大读者和用户的喜爱，但仍有不尽如人意之处。随后，又出版了《看图拔罐》做了些必要的补充。《中华拔罐疗法大全》作为中华医学史上的第一部拔罐疗法大全出版，从学术的角度，完成了我多年的夙愿。然而，本人二十多年来一直致力于以拔罐疗法为主的健康事业的研究与普及工作，长期的理论与实践研究，促进了对拔罐理论的再思考。一本更加实用、易懂，又不乏专业性的科普著作呼之欲出。《图解拔罐》在原有《孟氏中药拔罐疗法》的基础上，做了必要的增减，加入孟氏整体疗法的内容，扩大了拔罐疗法的外延，使拔罐疗法更加行之有效。让古老的拔罐疗法焕发青春并得到弘扬和发展，是本人创作的初衷。由于忙于日常事务，使这个想法拖延多年才得以实现。

孟氏拔罐是国家食品药品监督管理局批准的医疗器械，既能治病又能保健，是“家庭的好医生”。该疗法也将磁疗拔罐和孟氏拔罐擦剂穴位渗透相结合，一次拔罐三重疗效，直接作用于疼痛部位，使用方便，操作简单，“会拧水管就会拔罐”。一次拔罐，两次涂擦剂（在拔罐前、后涂抹于拔罐部位），多次加压，达到内病外治、相得益彰的效果。遵循针灸学“以痛为腧”的原理，通过对不同穴位、不同经络来治疗和调理全身疾病。倡导用“后背排罐”的方法治疗慢性疾病或一体多病；倡导对慢性疾病拔罐要持之以恒，“坚持、坚持、再坚持”；倡导用“八大保健要穴”强身健体；倡导应用孟氏整体疗法预防和治疗慢性病、常见病、多发病，包括疑难杂症。孟氏拔罐可应用于传统拔罐的适应证，如对内、外、妇、儿、男科的常见疾病均有治疗和配合治疗作用。

孟氏拔罐擦剂是家庭必备品，既能配合孟氏拔罐提高疗效，也可单独外用。单独使用对五官科及皮肤科常见疾病有很好的效果。为了更好

地推广普及孟氏拔罐疗法，本人长期坚持工作在第一线，发现在疾病的预防、保健和调理过程中，拔罐疗法配合孟氏健康系列产品疗效显著。如脂欣康胶囊对心脑血管疾病的预防保健效果较佳，三七黄芪胶囊对平稳血糖和防治糖尿病并发症有显著效果等（孟氏健康系列产品功效用法详见本书附录）。本人还认为平和心态、合理饮食、适当运动、戒烟限酒、定期查体是健康“五大基石”，要想追求健康，在平时就要奠定好这“五大基石”。本人在省级电台讲座连续不断19年，接待用户超过20万人次，一直在传播着这样的健康理念，帮助了成千上万的患者，深受老百姓的认可和尊重。

本书以通俗易懂的文字、图文并茂的形式，加注“孟所长点评”为特色，将每种疾病用孟氏整体疗法治疗的经验传授给大家，以便更好地指导广大人民群众治病、防病。

鉴于时间和个人水平有限，书中难免有漏误和不足之处，恳请专家和读者指正。

愿孟氏中药拔罐为更多广大群众解除疾苦，带来健康和幸福！

在此对为本书的编辑出版付出很多辛勤劳动的北京科学技术出版社的编辑和给予我莫大支持的同事及家人表示衷心感谢。

孟宪忠

2011年1月1日于温哥华

上篇 总论

第一章 拔罐疗法简史 / 2

第二章 中药拔罐疗法概说 / 4

- 一、什么是中药拔罐疗法 4
- 二、中药拔罐疗法的特点 4
- 三、中药拔罐疗法医疗保健机制 5
 - (一) 中医学的认识 5
 - (二) 现代医学的研究和认识 7
- 四、拔罐的治疗效应对中医临床诊断的意义 8
- 五、中药拔罐疗法的操作方法 9
- 六、注意事项 9
 - (一) 一般注意事项 9
 - (二) 禁忌证 11
 - (三) 孟氏拔罐罐具保养 11

第三章 经络腧穴 / 12

- 一、经络学说 12
 - (一) 经络的概念 12
 - (二) 十二经脉与奇经八脉 13
 - (三) 华佗夹脊 15
 - (四) 经络学说的应用 15

二、腧穴	17
(一) 腧穴的概念	17
(二) 腧穴的体表定位和取穴方法	18
(三) 常用腧穴	19
(四) 腧穴主治功能的一般规律	37

第四章 孟氏拔罐擦剂 / 38

一、孟氏拔罐擦剂的成分与功效	38
二、孟氏拔罐擦剂的药理作用	38
三、孟氏拔罐擦剂的安全性	39
四、应用孟氏拔罐擦剂注意事项	39
五、孟氏拔罐擦剂单独涂抹可适用的病症	39

中篇 常见病治疗

孟氏拔罐治疗总论	42
----------------	----

第五章 内科疾病 / 46

一、呼吸系统疾病	46
(一) 感冒	46
(二) 支气管炎	48
(三) 哮喘	50
(四) 肺气肿	52
二、消化系统疾病	54
(一) 急性胃炎	54
(二) 慢性胃炎	56
(三) 胃、十二指肠溃疡	58
(四) 消化不良	60

(五) 胃下垂	62
(六) 胆囊炎、胆石症	64
(七) 腹痛	66
(八) 溃疡性结肠炎	68
(九) 过敏性结肠炎	70
(十) 便秘	72
(十一) 慢性肝炎	74
(十二) 厌食症	76
(十三) 呃逆	78
三、心血管系统疾病	80
(一) 高血压病	80
(二) 低血压	82
(三) 冠心病(心绞痛)	84
(四) 风湿性心脏病	86
(五) 肺心病	88
(六) 心律失常	90
(七) 病毒性心肌炎	92
四、泌尿生殖系统疾病	94
(一) 慢性肾炎	94
(二) 泌尿系感染	96
(三) 前列腺炎、前列腺肥大	98
(四) 男性性功能障碍	100
五、神经系统疾病	102
(一) 三叉神经痛	102
(二) 癫痫	104
(三) 中风后遗症	106
(四) 面神经麻痹	108
(五) 神经衰弱	110
六、其他内科疾病	112
(一) 甲状腺功能亢进症	112
(二) 糖尿病	114
(三) 单纯性肥胖症	116
(四) 头痛	118
(五) 贫血	120

第六章 外科及骨伤科疾病 / 122

一、落枕	122
二、颈椎病	124
三、肩周炎	126

四、网球肘	128
五、急性腰扭伤	130
六、慢性腰痛（腰肌劳损）	132
七、腰椎间盘突出、腰椎增生	134
八、坐骨神经痛	136
九、类风湿关节炎	138
十、膝关节疼痛	140
十一、足跟痛	142
十二、痔 疮	144
十三、脱 肛	146
十四、强直性脊柱炎	148
十五、股骨头坏死	150
十六、丹 毒	152
十七、下肢静脉曲张	154
十八、血栓闭塞性脉管炎	156
十九、阑尾炎	158
二十、乳腺炎	160
二十一、乳腺小叶增生症	162
二十二、手术后肠粘连	164
二十三、肋软骨炎	166
二十四、尿路结石	168

第七章 妇科疾病 / 170

一、痛 经	170
二、闭 经	172
三、月经不调	174
四、带下病	176
五、慢性盆腔炎	178
六、子宫脱垂	180
七、妊娠呕吐	182

八、产后腹痛	184
九、产后缺乳	186
十、更年期综合征	188
十一、外阴瘙痒	190
十二、产后身痛	192
十三、产后尿潴留	194
十四、经前期紧张综合征	196

第八章 五官科疾病 / 198

一、近 视	198
二、白内障	200
三、结膜炎	202
四、视神经萎缩	204
五、耳 鸣	206
六、梅尼埃综合征	208
七、慢性鼻炎	210
八、过敏性鼻炎	212
九、鼻窦炎	214
十、鼻出血	216
十一、慢性咽炎	218
十二、扁桃体炎	220
十三、牙 痛	222
十四、复发性口腔溃疡	224
十五、颞下颌关节功能紊乱综合征	226

第九章 皮肤科疾病 / 228

一、湿 疹	228
二、痤疮	230
三、银屑病(牛皮癣)	232
四、荨麻疹	234
五、脚 气	236

六、神经性皮炎	238
七、带状疱疹	240
八、斑 秃	242
九、黄褐斑	244
十、脂溢性皮炎	246
第十章 儿科疾病的治疗 / 248	
一、消化不良	248
二、小儿腹泻	250
三、小儿支气管炎	252
四、小儿肺炎	254
五、小儿厌食症	256
六、遗尿症	258

下篇 养生保健

第十一章 孟氏中药拔罐养生保健八大要穴 / 262

第十二章 与孟氏中药拔罐相配合的自我按摩法 / 266

一、头面耳部按摩	266
二、腹部按摩	267
三、足部按摩	267

第十三章 与孟氏中药拔罐相配合的饮食保健法 / 268

一、日常食物的四个层次	268
-------------------	-----

二、合理安排三餐的时与量	268
三、更年期及老年期饮食保健	270
四、老年期常见慢性疾病的饮食调养	270

第十四章 精神调摄法 / 273

附 录 / 275

一、孟氏中药拔罐疗法的临床与实验研究	275
二、脂欣康胶囊对心脑血管疾病预防保健的作用	280
三、三七黄芪胶囊对糖尿病的作用	282
四、参芝胶囊对增强免疫力、调整肠道菌群的作用	284
五、首乌藤酸枣仁胶囊对改善睡眠的作用	285
六、通本胶囊排毒通便、养生保健的作用	286

上 篇
总 论

第一章 拔罐疗法简史

拔罐疗法是我国古代劳动人民在同疾病做斗争的过程中发明的一种治疗方法。它以罐为工具，利用燃烧、抽吸等方法排除罐内空气，造成负压，使罐吸附于施治部位，从而达到防病治病、强健身体的目的。拔罐疗法使用安全、易于掌握、价廉效速，是家喻户晓的常用物理疗法，也是祖国医学非药物民间疗法的一个重要组成部分。

拔罐疗法又称瘀血疗法，古代有以兽角或竹筒为拔罐工具的，故又称之为“角法”、“吸筒法”。据初步考察，大约在公元前3世纪，医学上就有拔罐疗法。最早的文字记载见于湖南马王堆汉墓出土的《五十二病方》，其中就有以兽角治疗痔疾的医案。西晋医家葛洪《肘后备急方》中提到过“角法”，并对其禁忌证有比较成熟的见解，比单纯“角法”有了提高和发展。

至唐代，又有用“竹罐”治疗疾病的记载。王焘在《外台秘要》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，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。”此外，唐太医署又将角法（拔罐疗法）单列为一种，学制两年，从理论、操作和临床等方面形成比较完整的方术。宋代医家亦以竹筒为工具，而将拔罐的适应证扩大到内科疾病。如《苏沈良方》中

记载用火筒法治疗久嗽。

明代医家陈实功《外科正宗》中的“煮拔筒”，《瑞竹堂经验方》中的“竹筒吸毒”法等都对拔罐疗法有了很大的丰富和发展，申斗垣《外科启玄》中的“吸法”、“煮竹筒法”将中药煮竹筒用于临床，把辨证用药与拔罐疗法结合在一起，提高了疗效。

清代，拔罐疗法得以丰富和推广。清代医家吴谦在《医宗金鉴·外科心法要诀》中记载了拔罐配合中药、针刺治疗痈疽阴证的方法。清代医药学家赵学敏曾对拔罐疗法做了详细介绍：“火罐，江右及闽中者皆有之，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，罐得火气，合于肉，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。”吴尚先《理渝骈文》也记载了用拔罐对风邪头痛、破伤风、黄疸等内科病进行治疗的方法。

新中国成立后，特别重视传统医学的发展，对民间疗法进行了广泛地发掘、整理、研究和提高，使拔罐疗法得到不断改进、完善、发展，并广泛用于临床，深受国内外群众欢迎。拔罐疗法在日本称为“真空净血法”，法国称为“杯术”，前苏联称为“瘀血疗法”，非洲大陆至今沿用“角法”。在学术上，拔罐疗法已被载入很多专著，确立了其学术地位。临床从单一的外科（吸毒拔脓），发展到内、外、妇、儿、骨伤、皮肤、五官等学科。操作上从燃烧、煮水排气发展为抽气、挤压等排气方法，更加方便、安全。科技的发展，极大丰富了拔罐疗法，特别是真空抽吸拔罐法，更加方便耐用，与中药外治及磁疗结合应用，可以进一步提高疗效。

拔罐疗法经过数千年发展、完善与提高，已被越来越多的人所接受，其简、便、廉、验、效、无不良反应等优点，更使人们乐于使用，因此被称为21世纪的绿色疗法。