

氏

马岳青 编著

同

外

治

法

上海中医药大学出版社

民间外治法

马岳青 编著

上海中医药大学出版社出版发行
(上海零陵路 530 号 邮政编码 200032)

新华书店上海发行所经销
上海师范大学印刷厂印刷

开本 787×1092 毫米	1/32	印张 3.375	字数 74 千字
1999 年 1 月第 1 版	1999 年 1 月第 1 次印刷		印数 5000 册

ISBN 7-81010-451-9/R·431

定价: 5.10 元



外治法与服用药物治病一样,都是中医学的重要组成部分,由于历史原因,在浩瀚的医籍中虽然不乏外治法的内容,但大都是散在的、点滴的,还没有形成体系。直至清末名医吴师机以他运用外治法治病的丰富经验,撰写了《理渝骈文》,始有我国第一部外治法专著。由于该书内容翔实,理论超越,当时就获得轰动的效应,前后十年时间竟刻板三次。新中国成立后,在党的中医政策指引下,外治法也得到了重视与研究,于1977年出版了《理渝骈文》的改编本《中医外治法类编》,颇得好评,是继承发扬外治法的良好开端。继而在1991~1996年,连续出版了《当代中药外治临床大全》、《古今中药外治真传》、《中医常用外治法》、《当代中医外治法精要》等多部外治法专著,而且每部都有几十万字之多,堪称洋洋大观。然而,这些专著,内容固然宏富,但对简便易行的外治法却介绍得不多,推广运用未免困难。

马岳青医师颇赞赏外治法的实用有效,而且方便易行,因而悉心研究,广泛搜集这方面的资料,尤其是民间习用的经验,通过精心筛选,著成《民间外治法》一书,虽内容不是太多,但都符合廉、便、验的要求,有些方法竟然不需花钱而收到显效,例如治扭伤、血肿、癣疾用热醋洗法;治鼻衄用手指扎法,

扎后很快即可止血；治肌肉突然酸痛与腹股沟淋巴结炎，用扫把扫法。我在少年时就患过这种病经扫治而愈，由于效果奇特，直至现在仍记忆犹新。这样的治法例子颇多，不需赘举。正由于编此书之旨在于适应缺医少药地区广大人民治病疗疾的需要，所以更具有特殊意义和价值，因此，也一定会得到广大基层卫生人员的欢迎。

陈亦人

1998年于南京中医药大学

前 言

民间外治疗法源远流长,是我国历代劳动人民长期同疾病作斗争的经验总结。本疗法取材简单,操作方便,疗效可靠,无副作用,且安全、经济,具有廉、便、验等优点。千百年来在民间广为流传,经久不衰。

《民间外治法》纯属民间独特治疗经验,在广大缺医少药地区或人们不能及时就医的情况下,用之大有裨益。本书参阅前贤有关书籍,收集民间经验,结合临床实践,选列了 51 项民间外治法,编成小册子,以供基层卫生人员作为临床工作中的参考。

本人水平有限,不当之处,敬希读者多提宝贵意见,以便修正。

编 者

1998 年 5 月

· 1 ·



一、刮痧疗法	1
(一) 刮痧用具	1
(二) 刮痧的部位及操作法	1
(三) 刮痧的治疗范围及部位选择	1
(四) 刮痧的治病机理	2
(五) 注意事项	3
二、火罐疗法	3
(一) 拔火罐前备用材料	3
(二) 火罐疗法的适应症及施罐部位选择	3
(三) 拔火罐的治疗机理	4
(四) 禁忌症	4
(五) 拔火罐的操作方法	5
(六) 注意事项	5
三、水罐疗法	6
(一) 水罐的选择	6
(二) 适应症	6
(三) 操作法	6
四、药筒疗法	7
(一) 药筒制法	7

(二) 药筒疗法的适应症	7
(三) 治疗及操作方法	7
(四) 注意事项	8
五、膏药疗法	9
(一) 膏药疗法的特点	9
(二) 膏药的种类及应用	9
(三) 膏药的制法	10
(四) 膏药的治疗作用	11
六、艾灸疗法	11
(一) 常用灸法	12
(二) 艾灸疗法的作用	13
(三) 注意事项	14
七、捏脊疗法	14
(一) 捏脊疗法的适应症	14
(二) 捏脊疗法的治疗作用	14
(三) 操作方法	14
(四) 注意事项	15
八、敷脐疗法	15
(一) 敷脐疗法的适用范围	16
(二) 敷脐疗法的治疗机理	22
(三) 注意事项	22
九、发泡疗法	23
(一) 白芥子泥发泡法	23
(二) 大蒜泥发泡法	23
(三) 巴豆发泡法	24
(四) 斑蝥发泡法	24

(五) 注意事项	25
十、按摩疗法	25
(一) 按摩疗法的操作手法	25
(二) 按摩疗法的适应症和禁忌症	26
(三) 按摩疗法的治疗作用	27
(四) 注意事项	27
十一、揉法	28
(一) 樟木血竭汤揉法	28
(二) 苏叶姜汁汤揉法	28
(三) 鸡血藤汤揉法	28
(四) 五倍子粉揉法	28
十二、擦法	29
(一) 芫荽汁擦法	29
(二) 毛姜擦法	29
(三) 葱汁擦法	30
(四) 丁香薄荷叶擦法	30
(五) 酒精擦法	30
(六) 红花血竭液擦法	30
十三、敷法	31
(一) 冷水敷	31
(二) 热水敷	31
(三) 蚯蚓泥敷	31
(四) 菊花明矾敷	31
(五) 醋敷	32
(六) 止血粉敷	32
(七) 平喘膏敷	33

(八) 吴茱萸粉敷	33
(九) 清肝化痰膏敷	33
(十) 葱敷	34
(十一) 绿豆粉敷	34
(十二) 桃仁山梔粉敷	34
十四、薰法	34
(一) 全身薰	34
(二) 局部薰	35
十五、蒸法	35
(一) 全身蒸法	35
(二) 局部蒸法	36
十六、熨法	36
(一) 砖熨	37
(二) 热水袋熨	37
(三) 蚕沙熨	37
(四) 麦麸熨	37
(五) 盐药熨	38
十七、淋射法	38
(一) 赤小豆汤淋射法	38
(二) 银花甘草汤淋射法	38
(三) 苦浆淋射法	39
(四) 薄荷汤淋射法	39
十八、洗法	39
(一) 盐水洗法	39
(二) 明矾液洗法	40
(三) 苦菊地丁汤洗法	40

(四) 葱艾叶洗法	40
(五) 樟木水洗法	40
(六) 桑叶黄连汤洗法	40
(七) 鬼针草洗法	41
(八) 蛇床煎洗法	41
(九) 热醋洗法	41
(十) 肛疾合剂洗法	41
十九、药浴法	42
(一) 全身药浴法	42
(二) 局部药浴法	43
二十、浸泡法	43
(一) 足光粉浸泡法	43
(二) 胡椒水浸泡法	44
(三) 大枫子汤浸泡法	44
(四) 草苡蓉浸泡法	44
二十一、塌渍法	45
(一) 菊花薄荷汤塌渍法	45
(二) 大蓟汤塌渍法	45
二十二、涂法	46
(一) 香油大黄涂法	46
(二) 獾油黄柏涂法	46
(三) 鲸鱼油涂法	46
(四) 桐油杉木炭涂法	46
(五) 葱蜜涂法	47
(六) 明矾菊花液涂法	47
(七) 蚕豆皮灰涂法	47

(八) 韭菜汁涂法	47
(九) 冰砂液涂法	48
(十) 姜汁涂法	48
二十三、贴法	48
(一) 贴梧桐叶法	48
(二) 贴山芋皮法	48
(三) 贴蟾蜍皮法	49
(四) 贴肉片法	49
(五) 贴豆腐皮法	49
(六) 贴荸荠法	49
(七) 贴紫草油法	49
二十四、罨包法	50
(一) 蚕茧灰干罨法	50
(二) 芩连水湿罨法	50
(三) 黄柏甘石液湿罨法	51
二十五、掺法	51
(一) 枯矾粉掺法	51
(二) 百草霜掺法	51
(三) 鸡内金粉掺法	51
(四) 海螵蛸粉掺法	52
二十六、围法	52
(一) 赤小豆围法	52
(二) 木芙蓉围法	52
(三) 麻子蛻螂膏围法	53
二十七、噙法	53
(一) 白梅噙法	53

(二) 益智仁噙法	53
(三) 生石膏噙法	54
(四) 天龙液噙法	54
(五) 膈通小蜜丸噙法	54
(六) 黄柏噙化法	54
二十八、含漱法	55
(一) 淡盐水含漱法	55
(二) 黄连含漱法	55
(三) 香口露含漱法	55
(四) 银花石膏汤含漱法	56
二十九、点法	56
(一) 点痣法	56
(二) 点印堂法	56
(三) 黄连乳汁点眼法	56
(四) 炉甘石点眼法	57
三十、滴法	57
(一) 萝卜汁滴法	57
(二) 黄连水滴法	57
(三) 赤小豆汁滴法	58
(四) 菜籽油滴法	58
三十一、吹法	58
(一) 吹口腔法	58
(二) 吹咽法	59
(三) 吹鼻法	59
(四) 吹耳法	59
三十二、探吐法	60

(一) 手指探吐法	60
(二) 鹅翎探吐法	60
三十三、导法	61
(一) 猪胆汁导法	61
(二) 蜜导法	61
三十四、坐药法	62
(一) 杏仁雄黄坐药法	62
(二) 蛇床子坐药法	62
(三) 小茴香坐药法	62
(四) 黄柏樗皮坐药法	62
(五) 吴茱萸坐药法	63
(六) 乌药坐药法	63
三十五、塞法	63
(一) 山甲粉塞法	63
(二) 枯矾塞法	64
(三) 芫荽塞法	64
(四) 闹阳花塞法	64
(五) 青苔塞法	64
(六) 全蝎地龙散塞法	65
(七) 巴豆塞法	65
(八) 半夏塞法	65
(九) 塞鼻丹塞法	65
(十) 猬冰油塞法	66
三十六、扑法	66
(一) 黄柏甘草粉扑法	66
(二) 龙骨牡蛎粉扑法	66

(三) 密陀僧粉扑法	67
(四) 痒子粉扑法	67
三十七、拍法	67
烧酒拍打法	67
三十八、扫法	68
(一) 猪胆明矾液扫法	68
(二) 香油扫法	68
(三) 扫把扫法	68
三十九、刷法	69
(一) 姜汁刷法	69
(二) 斑蝥酊刷法	69
(三) 清凉败毒液刷法	69
四十、扎法	70
(一) 手指扎法	70
(二) 扎红丝疗法	70
四十一、吸喱法	71
四十二、封法	71
(一) 桃花散封法	72
(二) 苏木粉封法	72
四十三、啗鼻法	72
(一) 半夏啗鼻法	72
(二) 皂角粉啗鼻法	73
四十四、火照法	73
(一) 单纯火照法	73
(二) 药物火照法	73
四十五、动物外治法	74

(一) 蜘蛛吸毒法	74
(二) 蟾蜍吸毒法	74
(三) 蜂螫法	74
(四) 雄鸡拔毒法	74
四十六、挑治法	75
(一) 挑疔积法	75
(二) 挑痔疮法	75
(三) 麦粒肿挑治法	76
(四) 颈淋巴结核挑治法	76
四十七、指针疗法	77
(一) 指针的适应症	77
(二) 操作方法	77
(三) 指针常用穴位	77
(四) 指针疗法的治疗范围	79
(五) 指针疗法的注意事项	80
四十八、皮肤针疗法	80
(一) 皮肤针的适应症	80
(二) 操作方法	80
(三) 皮肤针的叩打部位	81
(四) 皮肤针运用的注意事项	82
四十九、刺血疗法	82
(一) 适应症	82
(二) 刺血部位	82
(三) 刺血方法	83
(四) 注意事项	83
五十、火针法	84

(一) 适应症	84
(二) 操作法	84
(三) 注意事项	85
五十一、手针疗法	85
(一) 治疗原则	85
(二) 治疗方法	85
(三) 针刺操作法	86
(四) 注意事项	87

一、刮痧疗法

刮痧疗法是常用的一种民间外治法。在乡村广为应用,对治疗痧症有立竿见影之效,由于刮痧操作简单方便,具有实用价值,故深受广大人民所喜爱。

(一) 刮痧用具

刮痧疗法用具简单,取材方便,只要准备好光滑的汤匙或骨梳 1 把(铜币亦可),小碗 1 只,放入少许麻油(若无麻油,花生油,菜油均可),毛巾 1 条,肥皂 1 块。

(二) 刮痧的部位及操作法

人体刮痧的部位很多,根据民间习惯,一般在颈部前后,喉头部、背部、脊椎两侧,前胸,肋骨间,肘弯,腿弯等处。

操作方法:首先用干净毛巾蘸肥皂水将应刮部位擦净,然后手持刮具(汤匙、骨梳、铜币)蘸麻油在确定的部位按顺序由上而下,由内向外,取单一方向,着力均匀,轻轻地进行刮治,每次约刮十余次,见被刮的皮肤出现红色或紫色的数条条痕(即痧痕,又叫皮下出血点)为止。根据病情需要,可以选一处或多处部位刮之。刮完后被刮的皮肤可涂上少许凡士林。

(三) 刮痧的治疗范围及部位选择

刮痧疗法治疗各种痧症,这是民间的说法,痧症究竟相当于目前哪一种疾病,尚难肯定,根据有关资料记载,可归纳下