

RENREN HUI BAGUAN

人人会拔罐

张莉◎编著

健康生活丛书——家庭保健拔罐疗法



10种常用拔罐器具★

27种操作方法★

多种疾病的65个常见症状★

保健、防病、美容★



學苑出版社

健康生活丛书——家庭保健拔罐系列

人人会拔罐

张 莉 编著

学苑出版社

内 容 简 介

本书是由多年从事临床和教学的专业人员撰写,可以指导专业和非专业人员及家庭使用的案头工具书。书中介绍了一些必备医学常识和常用穴位,并介绍了10类常用拔罐器具、27种操作方法,涉及到多种疾病的常见代表症状65个,并有保健防病美容方法,可使读者在很短时间内能掌握一门治病防病、强身健体的技能,达到事半功倍的效果。

感谢北京康达实验厂对本书出版的大力支持。

图书在版编目(CIP)数据

人人会拔罐/张莉编著. -北京:学苑出版社,2002.3
(健康生活丛书——家庭保健拔罐疗法)
ISBN 7-5077-1935-9

I. 人… II. 张… III. 中医-拔罐-疗法 IV. R244.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 006592 号

责任编辑:林霖

学苑出版社出版 发行

北京市海淀区万寿路西街11号 100036

邮购电话/传真:010-68232285/010-68133200

E-mail: Xueyuan@public.bta.net.cn

北京市广内印刷厂印刷 新华书店经销

787×1092毫米 32开本 4.875印张 100千字

2002年3月北京第1版 2002年3月北京第1次印刷

印数:0001—2000册 定价:9.50元

学苑出版社 (读者服务部)

地址: 北京市海淀区万寿路西街 11 号

联系人: 颜晓康 **电话:** (010)68232285 **传真:** (010)68133200

E-mail: xueyuan@public.bta.net.cn

图书订单 (代合同)

供货单位	(甲方)学苑出版社	订货单位	(乙方)
详细地址	北京市海淀区万寿路西街 11号(育英学校内)	详细地址	
邮政编码	100036	邮政编码	电 话
电 话	(010)68232285	开户银行	
传 真	(010)68133200	银行帐号	
开户银行	农行北京万寿路分理处	税 号	
银行帐号	210101040000186	订货日期	付款时间
税 号	110102400000931	发书折扣	
		经 办 人	盖 章

※ 请将此页填好后寄回出版社。

学苑出版社图书征订单

序号	书 名	开本	出版日期	定价	订数
01	人人会拔罐	32	2002	9.50	
02	人人会针灸	32	2002	10.00	
03	人人会按摩	32	2002	10.00	
04	肌肉健美训练 50 问	32	2002	8.00	
05	形体健美训练速成	32	2002	10.00	
06	健美训练饮食与食谱	32	2002	9.00	
07	青少年体育锻炼实用手册	32	2002	12.00	
08	中老年保健养生方	32	2002	16.00	
09	餐桌上的野菜	32	2002	12.00	
10	治疗慢性肠炎久泻的特效疗法	32	2002	5.00	
11	肝内胆管结石的中药溶石特效疗法	32	2002	8.00	
12	常见病家庭脚部按摩疗法	32	2002	8.00	
13	常见病家庭急救治全书	32	2002	15.00	
14	小儿常见病家庭食疗方	32	2002	8.00	
15	小儿常见病家庭推拿技巧	32	2002	6.00	
16	儿童常见病家庭急救治手册	32	2002	12.00	
17	家庭美容验方 300 例	32	2002	8.00	
18	青春期知识与健康 150 问	32	2002	8.00	
19	身心源系统抗癌法	32	2002	12.00	
20	颈腰痛防治与康复常识	32	2002	9.00	
21	肾病防治常识	32	2002	8.00	
22	牙病防治常识	32	2000	8.00	
23	太极拳全书	32	2002	28.60	

目 录

1	拔罐常用器具	(1)
2	拔罐的具体操作运用	(7)
2.1	常用的操作方法	(7)
2.2	火罐的操作要领	(15)
2.3	拔罐前的准备	(16)
3	常见症状治疗方法	(18)
3.1	内科常见症状	(18)
3.1.1	全身症状	(18)
1	发热	(18)
2	汗出	(19)
3	瘫痪	(20)
4	半身不遂	(22)
5	肥胖	(23)
6	消瘦	(24)
7	疲乏	(24)
8	烦躁	(25)
9	嗜睡	(26)
10	失眠	(27)
11	晕厥	(28)

3.1.2	头面四肢症状	(29)
1	头晕	(29)
2	头痛	(31)
3	偏头痛	(32)
4	口眼歪斜	(33)
5	口苦	(34)
6	口甜	(35)
7	牙痛	(36)
8	颈项痛	(37)
9	肩痛	(38)
10	腿膝肿痛	(39)
11	四肢疼痛	(39)
12	四肢麻木	(40)
13	四肢抽搐	(41)
14	肢体痿废	(42)
3.1.3	背腰症状	(44)
1	背痛	(44)
2	背冷	(45)
3	腰酸	(45)
4	腰膝无力	(46)
5	腰痛	(47)
3.1.4	胸腹症状	(48)
1	咳嗽	(48)
2	气喘	(49)
3	胸痛	(51)

4	心悸	(52)
5	嘈杂	(53)
6	恶心	(54)
7	食欲不振	(55)
8	善食易饥	(56)
9	胁痛	(56)
10	胃痛	(57)
11	小腹痛	(58)
12	腹泻	(59)
13	便秘	(61)
3.2	妇科常见症状	(62)
1	月经过多	(62)
2	月经过少	(63)
3	月经先后不定期	(64)
4	月经腹痛	(65)
5	经前面部粉刺	(66)
6	闭经	(67)
7	妊娠下肢抽搐	(68)
8	乳汁不行	(69)
9	产后腰痛	(70)
3.3	儿科常见症状	(71)
1	啼哭	(71)
2	疳腮	(72)
3	积滞	(73)
4	疳积	(74)

5	遗尿	(75)
3.4	外科常见症状	(77)
1	肩背生痛	(77)
2	乳房胀痛	(78)
3	痔疮	(79)
4	虫蛇咬伤	(80)
3.5	耳鼻喉口腔科和眼科常见症状	(81)
1	耳鸣	(81)
2	鼻塞	(81)
3	咽喉肿痛	(82)
4	牙痛	(83)
5	近视	(84)
3.6	皮肤科常见症状	(85)
1	腰部疱疹	(85)
2	风疹	(86)
3	红斑	(87)
4	瘙痒	(87)
4	保健防病方法	(88)
5	拔罐必备常识	(93)
5.1	拔罐的治疗作用及机理	(93)
5.2	拔罐的中医理论基础	(95)

1 拔罐常用器具

1. 角筒 角筒是以兽角（黄牛角、山羊角、黄鹿角等）作为拔罐的用具。将角的缘口截切平整，磨制光滑，挖去中间角质。为防漏气，可在角筒内涂一层油漆。若为吸拔脓液，则可在其尖端留一小孔。角筒使用便捷，安全可靠，但不宜高温消毒和作其他手法，也不便于观察罐内变化。

2. 竹罐 一般选取内径2~6厘米，长约10厘米的竹子，一端去节做口，一端留节做底而成。竹罐轻巧耐用，不易摔碎，能吸收药液，可做火罐、药罐、和水罐等，但也不透明，因而不能观察罐内变化，易燥裂漏气。（图1）

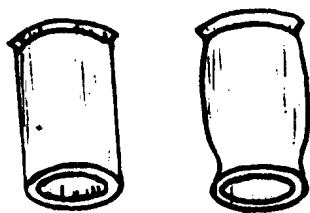


图1 竹罐

3. 木罐 木罐多以坚硬致密的圆木切削而成，可根据实际需要确定大小规格。用植物油浸泡后，用火烤烫，烫光后即可使用。木罐便于携带，消毒容易，但不能观察罐内变化，易干裂漏气。

4. 陶罐 陶罐为陶土烧制，有不同规格的罐体和质地，特征是腹大。它的吸拔力大，在民间沿用多年，但不能观察罐内变化。（图2）

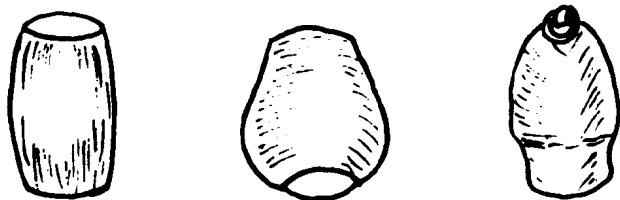


图2 陶罐

5. 玻璃罐 玻璃罐通常由耐热玻璃制成，口小肚大，罐口边缘圆滑且略向外翻，分1、2、3、4四种型号，1号容积为40毫升，2号容积为80毫升，3号容积为140毫升，4号容积为260毫升。另外，在无火罐时，也可用杯瓶代替。

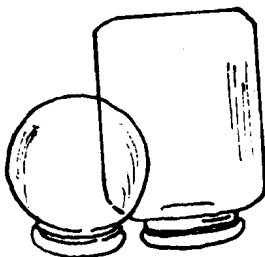


图3 玻璃罐

玻璃罐清晰透明，吸拔力强，可做多种手法，可观察罐内皮肤变化和刺络拔罐的出血量多少，为临床应用最多的用具。但它导热快，且易碎。（图3）

6. 金属罐 金属罐用铜或铁等制成，形如竹罐或

陶罐，规格品种不一。金属罐吸拔力强，坚固耐用，但它的比重大，吸拔相对不稳，难以留置拔罐，且传热快，易烫伤皮肤，不透明，临床应用不多。

7. 塑胶罐 塑胶罐是随着科学技术进步而产生的罐具，是由高弹性塑胶制成的双层塔叠式的，靠手指挤压排气而吸拔的罐具。它的操作简单，携带方便，但不透明，吸拔力相对小，罐口边缘

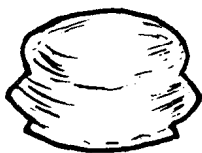


图4 塑胶罐

较薄易产生疼痛，材料会老化，故应用也较少。(图4)

8. 排气罐 简易吸气罐：选取带橡胶封口玻璃瓶（如药物空瓶），保留瓶口带锌皮保护的橡皮塞，去掉瓶底，将边缘打磨光滑圆平即成。

减压治疗器：用大号玻璃罐、竹罐等加工而成，主要是在罐底钻0.7~0.8厘米小孔，将轮胎气门芯装在圆孔中，拧紧螺帽，以不漏气为度。这种减压器曾用于日本的真空净血疗法。另外，为方便调整罐负压，在玻璃

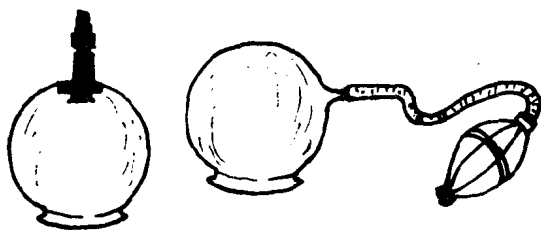


图5 减压治疗器

3

人人会拔罐

常用器具

(塑料、有机玻璃等透明材料)罐基础上将减压治疗器加以改进,顶部或侧面设有胶囊排气球,气球尾部或可配旋钮控制开关等装置。(图5)

多功能拔罐器:如康祝拔罐器,由硬质塑料制成杯身球底,口缘唇形外翻,罐体透明,底端阀门排气,随时调节罐内压力,罐分大小数种规格以适应治疗需要。(图6)

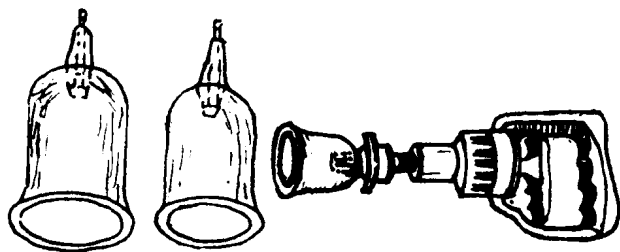


图6 多功能拔罐器

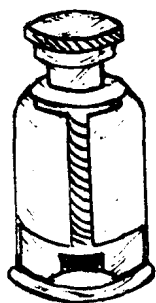


图7 磁吸罐

9. 其他拔罐器 在火罐的临床应用中,由于与其他的治疗仪器相结合,出现了许多新型罐具,它们使火罐的治疗手段变得多种多样。

磁吸罐:将火罐底装上活塞,活塞端部装上强磁场磁铁,随活塞不断向上运动,罐内形成负压,由于负压使皮肤吸拔凸起,磁铁

与皮肤之间距离不会因活塞上升而变化。拔罐和磁疗效应均得到保证。(图7)

哈慈五行针：在罐具底部安置锥形磁铁，另设橡胶气囊于其上，使用时挤压排出气囊中气体，对准穴位稍微加压，使周边与皮肤完全吻合，放松即可。(图8)



图8 哈慈五行针

赐福拔罐：采用橡胶压制成罐，在罐底安有圆形小杯，杯内装有特制永磁体，在N极端面上涂有“经络电位平衡剂”而成。使用时，用手挤压罐体，排出空气，吸拔于穴位，依靠负压、磁场和经络电位平衡剂的共同作用达到治疗目的。

电热罐：在罐内安装有电热元件，更好地发挥火罐的温热作用。

红外线罐是在罐内装有红外线治疗器，激光罐是在罐内装有激光发生器，等等。还有的特殊药罐则是在罐内设有一凹斗，可依治疗需要放入药液、药末或药片，使用时药物可徐徐敷布于治疗部位，从而加强疗效。此外，罐口厚圆，并设计成特殊口形，附着皮肤而不吸肉，宜施走罐，对于普通罐不易附着之处，如颈下、腋下等特殊部位也很容易吸拔。这些，都是新型罐具的优点和必然要求。

10. 代用罐 一般情况下，若一时找不到医用罐具，

便可用一些常见的陶瓷的或玻璃的罐子、杯子等代替使用。但要求口缘光滑，无裂缝，底宽肚大，才能有效而又安全。

2 拔罐的具体操作运用

2.1 常用的操作方法

2.1.1 根据不同的负压方式区分的方法

1. 点火法

(1) 投火法 用酒精棉球或软质纸稍折叠，也可搓团，点燃后投入罐内，迅速将罐扣在应拔部位，火罐纵轴应与体表垂直，以防棉球或纸片（团）脱落，烫伤皮肤（图9）。本法多用于单罐、留罐、排罐。

(2) 闪火法 用镊子夹着点燃的酒精棉球或纸片，迅

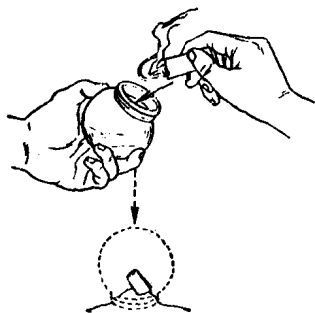


图9 投火法

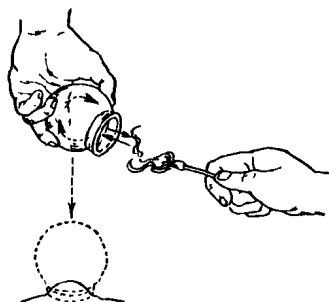


图10 闪火法

速伸入另一手所持的罐内，沿罐底绕一圈后迅速抽出，同时将火罐扣在应吸拔处（图 10）。棉球大小以能吸饱 5ml 的 95% 酒精为宜。

(3) 贴棉法 剪 1 厘米见方脱脂棉一块，不要过厚，四周拉薄，用 95% 酒精浸湿后，贴在罐底或罐体的中部，点燃后立即罩于所选部位或穴位上，手法应轻柔，连贯。此法酒精不宜太多，以免酒精燃烧时滴下，灼伤皮肤。一般用于侧面横拔位。

(4) 滴酒法 将白酒或酒精滴入罐内 1~2 滴，转动罐体使其均匀分布于罐内，点燃后迅速吸拔在施术部位。动作要协调，酒精量不能过多。

(5) 架火法 用线将棉布纳铜钱或小金属片为底，扎成 3 厘米左右柱状物，作为点架。上置如油灯芯类物，蘸植物油或白酒，放在选定穴位上点燃，局部产生温热作用后，将罐罩于其上（图 11）。该方法简单，点架可反复使用。

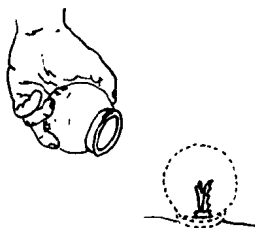


图 11 架火法

(6) 纳片法 根据病情选取小于罐口的厚约 0.2 厘米的药饼、生姜片、面饼、胶木瓶盖等，上置酒精棉球或上插蘸满油、酒的棉签，点燃后，将罐置于所纳之片上。注意防止纳片移动或烧伤皮肤。

(7) 悬火法 在火罐内固定弹簧，弹簧的罐底端留出