

经典彩图版
JINGDIANCAITUBAN

拔罐疗法并不难 上罐部位很关键
找准经络和穴位 安全实惠保健康

程振中 编著

图解拔罐

一本通

TU JIE BA GUAN YI BEN TONG



津出版传媒集团

天津科学技术出版社

经典彩图版
JINGDIANCAITUBAN

拔罐疗法并不难 上罐部位很关键
找准经络和穴位 安全实惠保健康

程振中 编著

图解拔罐

一本通

TU JIE BA GUAN YI BEN TONG



天津出版传媒集团

天津科学技术出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

图解拔罐一本通 / 程振中编著. — 天津: 天津科学技术出版社, 2013. 12

ISBN 978-7-5308-8571-0

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

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第302261号

责任编辑: 张建锋

编辑助理: 杜宇琪

责任印制: 王莹

天津出版传媒集团 出版
 **天津科学技术出版社**

出版人: 蔡颢

天津市西康路35号 邮编 300051

电话(022)23332402

网址: www.tjkjcs.com.cn

新华书店经销

北京龙跃印刷有限公司印刷

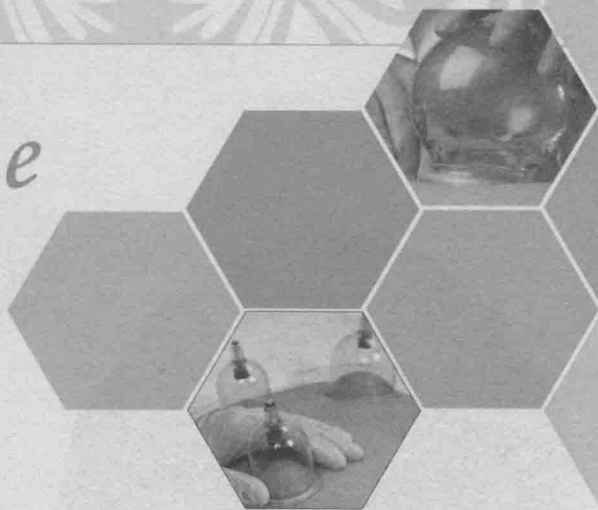
开本 710×1000 1/16 印张 10 字数 160 000

2014年1月第1版第1次印刷

定价: 29.80元

Preface

前言

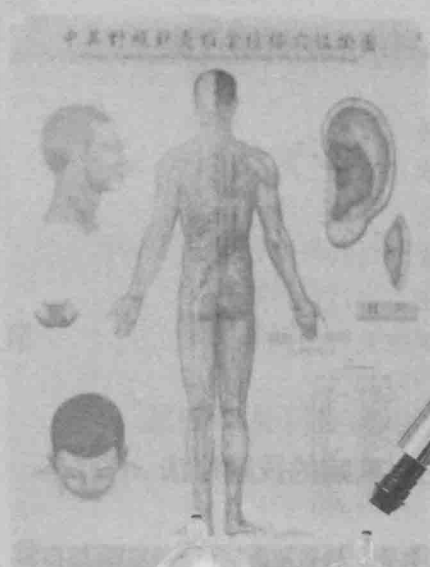
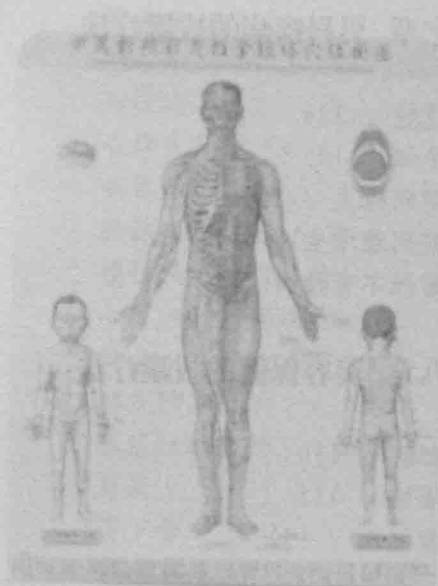


拔罐疗法是我国传统的中医疗法，相信许多人，尤其是中老年人都不陌生，因为其操作简单、方便易行，一度被老百姓当作是重要的家庭日常救治手法。

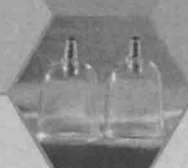
拔罐疗法不仅操作简单，而且经济实惠、安全有效。拔罐疗法，是以罐为工具，利用燃烧、加热、抽气等方法排除罐内空气而形成负压，使罐吸附于体表特定部位（患处或穴位），产生广泛刺激，使被吸附部位的组织充血造成皮下轻微瘀血，促使经络畅通，以达到调整机体功能，恢复生理状态，祛除疾病和强身健体的一种物理性治疗方法。

本书不仅介绍了拔罐的来源与发展、特点与功效、工具与辅助材料、经络取穴、操作方法、操作流程、保健八大穴位、注意事项与禁忌证，还针对各种常见疾病，分别介绍其拔罐疗法。需要特别说明的是，由于编者水平所限，不足之处在所难免，希望各位读者和业内同人批评指正。





目录 CONTENTS



上篇

第一章 拔罐的基础知识

- 拔罐的起源 / 2
- 拔罐的发展 / 2
- 拔罐的原理 / 4
- 拔罐的作用机制 / 4
- 拔罐的工具 / 6
- 拔罐的辅助材料 / 8
- 拔罐的特点 / 9
- 拔罐的功效 / 10
- 拔罐的手法 / 11
- 拔罐的操作流程 / 16
- 拔罐的禁忌证 / 18
- 拔罐的注意事项 / 19
- 不同罐象的临床意义 / 20

第二章 经络与保健穴位

- 经络腧穴 / 22
- 取穴方法 / 22
- 走罐路线 / 23
- 拔罐的取穴原则 / 25

拔罐保健的八大穴位 / 26

下篇

第三章 内科疾病的拔罐疗法

- 感冒 / 30
- 发热 / 31
- 偏头痛 / 32
- 牙痛 / 33
- 耳鸣 / 34
- 耳聋 / 35
- 睑腺炎 / 36
- 鼻出血 / 37
- 鼻窦炎 / 38
- 慢性鼻炎 / 39
- 过敏性鼻炎 / 40
- 急性结膜炎 / 41
- 慢性咽炎 / 42
- 扁桃体炎 / 43
- 支气管哮喘 / 44
- 急性支气管炎 / 45
- 慢性支气管炎 / 47
- 高血压病 / 48

低血压病 / 49
高血脂症 / 50
糖尿病 / 52
冠心病 / 54
心绞痛 / 55
心律失常 / 56
病毒性心肌炎 / 57
肺源性心脏病 / 58
慢性风湿性心脏病 / 59
心脏神经官能症 / 60
肺炎 / 61
肺气肿 / 62
阻塞性肺气肿 / 63
胃炎 / 64
胃下垂 / 66
胃痉挛 / 67
消化性溃疡 / 68
胃肠神经官能症 / 69
胆石症 / 70
胆道蛔虫 / 71
急性胆囊炎 / 72
慢性胆囊炎 / 73
慢性肾炎 / 74
肝硬化 / 75
呃逆 / 76
腹胀 / 77
腹痛 / 78
腹泻 / 79
便秘 / 80
细菌性痢疾 / 81
胁肋痛 / 82
缺铁性贫血 / 83

失眠 / 84
眩晕 / 85
健忘 / 86
惊悸 / 87
呕吐 / 88
面瘫 / 89
面肌痉挛 / 90
神经衰弱 / 91
三叉神经痛 / 92
肋间神经痛 / 93
坐骨神经痛 / 94

第四章 外科疾病的拔罐疗法

疔 / 96
痈 / 97
丹毒 / 98
颈椎病 / 99
肩周炎 / 100
痔疮 / 101
脱肛 / 102
足跟痛 / 103
骨质疏松症 / 104
踝关节扭伤 / 105
急性阑尾炎 / 106
急性腰扭伤 / 107
慢性腰肌劳损 / 108
腰椎间盘突出症 / 109
棘上、棘间韧带损伤 / 110
第三腰椎横突综合征 / 111
增生性膝关节炎 / 112
梨状肌综合征 / 113

风湿性关节炎 / 114
类风湿性关节炎 / 115

第五章 儿科疾病的拔罐疗法

小儿腹泻 / 117
小儿遗尿 / 118
小儿肺炎 / 119
小儿厌食 / 120
小儿疳积 / 121
流行性腮腺炎 / 122
百日咳 / 123

第六章 妇科疾病的拔罐疗法

月经不调 / 125
痛经 / 126
闭经 / 127
经前期紧张综合征 / 127
崩漏 / 128
带下病 / 130
盆腔炎 / 131
妊娠呕吐 / 132
产后缺乳 / 132
产后腹痛 / 134
产后宫缩痛 / 135
子宫脱垂 / 136
外阴瘙痒 / 137
乳腺增生 / 138
急性乳腺炎 / 139
功能性子宫出血 / 140
更年期综合征 / 141

不孕症 / 142

第七章 男科疾病的拔罐疗法

遗精 / 144
早泄 / 145
前列腺炎 / 146
前列腺增生 / 147
男性不育症 / 148

第八章 美容保健的拔罐疗法

肥胖 / 150
雀斑 / 151
黄褐斑 / 152

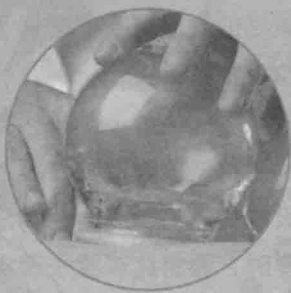


上篇

第一章

拔罐的基础知识

BAGUAN DE JICHU ZHISHI



拔罐的起源

拔罐疗法，俗称拔火罐，是祖国医学文化遗产之一。晋代医药学家葛洪所著的《肘后备急方》里，就有关于角法的记载。所谓角法，是用挖空的兽角来吸拔脓疮的外治方法。

唐代王焘所著的《外台秘要》里，也曾介绍使用竹筒火罐来治病，如文内述：“……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，清代赵学敏所著的《本草纲目拾遗》、吴尚先的《理渝骄文》以及《医宗金鉴·外科心法要诀》，对于我国火罐的使用，有着详细的记载。

拔罐的发展

在1973年湖南长沙马五堆汉墓出土的帛书《五十二病方》中，就已有关于角法治病的记述：“牡痔居窍旁，大者如枣，以者台核者，方以小角角之，如孰（熟）二斗米顷，而张角。”其中“以小角角之”，即指用小兽角吸拔。据医史文献方面的考证，《五十二病方》是我国现存最古的医书，大约成书于春秋战国时期。

东晋医药学家葛洪《肘后备急方》中记载了用牛角来治疗痈肿，鉴于当时此法盛行，若使用不当易造成事故，故书中特别提示“要慎重地选择适应症候”。

在唐代，拔罐工具有了突破性的改进，人们掌握了竹筒的制作工艺，采用水煮吸拔的方法。竹罐取材广泛，价廉易得，有利于普及和推广。同时竹罐质地轻巧，吸拔力强，从而提高了治疗效果。

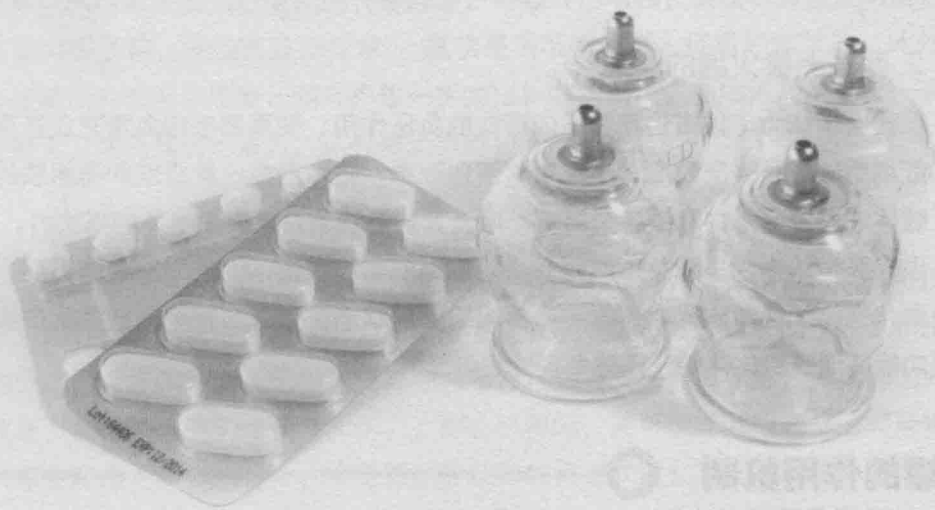
在宋金元时代，拔罐疗法的名称将“吸筒法”替换为“角法”，而使用竹罐；拔罐方法也进一步由单纯水煮吸拔的方法发展为药筒法，即先将竹罐在按一定处方配制的药物中煮过后备用，需要时，再将此罐置于沸水中煮后，乘热拔在穴位上，以发挥吸拔和药物外治的双重作用，然而，此时的药罐法，药物种类及用量均较少，是药罐法的开端。

在明代，拔罐法已经成为中医外科中重要的外治法之一，主要用于吸拔脓血、

治疗痈肿。吸拔方法也有所改进，应用较多的是将竹罐在多味中药煎熬后的汁液中煮沸直接吸拔，所以，竹罐又被称为药筒，较之宋代的药筒法，无论是药物种类及剂量，还是使用方法方面，都有明显进步。

至清代，拔罐法发展更为迅速。首先，是拔罐工具的又一次革新。竹罐尽管价廉易得，但吸力较差，且久置干燥后，易发生燥裂漏气。为弥补此不足，清代出现了陶土烧制成的陶罐，并正式提出了沿用至今的“火罐”一词。其次，拔罐方法上也有较大进步，拔罐部位上一改以往以病灶区作为拔罐部位，采用吸拔穴位来提高治疗效果。再者，拔罐疗法的治疗范围也突破了历代以吸拔脓血疮毒为主的界限，已从单一的外科治疗发展到内科多种病症的治疗。

拔罐疗法在我国已有两千多年的历史，并形成一种独特的治疗方法，随着医疗实践的不断发展，火罐质料上，由动物犄角逐步改进为竹罐、陶罐、玻璃罐等；拔罐方法上，从煮水排气发展到燃火排气；临床治疗方面，从单纯吸拔脓血、吸毒排脓等治疗外科疮疡疾病，发展到治疗风寒痹症及虚劳喘息等外感内伤疾患。



拔罐的原理

1. 中医上拔火罐的原理

中医认为拔罐可以开泄腠理、扶正祛邪。疾病是由致病因素引起机体阴阳的偏盛偏衰，人体气机升降失常，脏腑气血功能紊乱所致。当人体受到风、寒、暑、湿、燥、火、毒、外伤的侵袭或内伤情志后，即可导致脏腑功能失调，产生病理产物，如淤血、气郁、痰涎、宿食、水浊、邪火等，这些病理产物又是致病因子，通过经络和腧穴走窜机体，逆乱气机，滞留脏腑，淤阻经脉，最终导致种种病症。拔罐产生的真空负压有一种较强的吸拔力，其吸拔力作用在经络穴位上，可将毛孔吸开并使皮肤充血，把体内的病理产物从皮肤毛孔中吸出体外，从而使经络气血得以疏通，使脏腑功能得以调整，达到防治疾病的目的。

中医认为拔罐可以疏通经络，调整气血。经络有“行气血、营阴阳、濡筋骨、利关节”的生理功能，如经络不通则经气不畅，经血滞行，可出现皮、肉、筋、脉及关节失养而萎缩、不利，或血脉不荣、六腑不运等。通过拔罐对皮肤、毛孔、经络、穴位的吸拔作用，可以引导营卫之气始行输布，鼓动经脉气血，濡养脏腑组织器官，温煦皮毛，同时使虚衰的脏腑机能得以振奋，畅通经络，调整机体的阴阳平衡，使气血得以调整，从而达到健身祛病疗疾的目的。

2. 西医上拔火罐的原理

现代医学认为，拔罐治疗时罐内形成的负压作用，使局部毛细血管充血甚至破裂，红细胞破裂，表皮淤血，出现自家溶血现象，随即产生一种组胺和类组胺的物质，随体液周流全身，刺激各个器官，增强其功能活动，能提高机体的抵抗力。

现代医学认为，拔罐负压的刺激，能使局部血管扩张，促进局部血液循环，改善充血状态，加快新陈代谢，改变局部组织营养状态，增强血管壁通透性及白细胞吞噬功能，增强机体体能及人体免疫能力。

拔罐的作用机制

1. 负压作用

人体在火罐负压吸拔的时候，皮肤表面有大量气泡溢出，从而加强局部组织的气体交换。负压使局部的毛细血管通透性发生变化导致毛细血管破裂，少量血液进

入组织间隙，从而产生瘀血，红细胞受到破坏，血红蛋白释出，出现自家溶血现象。在机体自我调整中产生行气活血、舒筋活络、消肿止痛、祛风除湿等功效，起到一种良性刺激，促其恢复正常功能的作用。

2. 温热作用

拔罐法对局部皮肤有温热刺激作用，使热寒得以交换。以大火罐、水罐、药罐最明显。温热刺激能使血管扩张，促进血液循环，改善充血状态，加快新陈代谢，使体内的废物、毒素加速排出，改变局部组织的营养状态，增强血管壁通透性、白细胞和网状细胞的吞噬活力、局部耐受性和机体的抵抗力，起到温经散寒、清热解毒等作用，从而达到促使疾病好转的目的。

3. 调节作用

拔罐法的调节作用是建立在负压或温热作用基础之上的，首先是对神经系统的调节作用，由于自家溶血等给予机体一系列良性刺激，作用于神经系统末梢感受器，经向心传导，达到大脑皮层；加之拔罐法对局部皮肤的温热刺激，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，从而发生反射性兴奋，借以调节大脑皮层的兴奋与抑制过程，使之趋于平衡，并加强大脑皮层对身体各部分的调节功能，使患部皮肤相应组织的代谢旺盛，吞噬作用增强，促使机体恢复功能，阴阳失衡得以调整，使疾病逐渐痊愈。其次是调节微循环，促进新陈代谢。此外，由于拔罐后自家溶血现象，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，增强其功能活力，这有助于机体功能的恢复。

4. 不同罐法的作用

在火罐共性的基础上，不同的拔罐法各有其特殊的作用。如走罐具有与按摩疗法、保健刮痧疗法相似的效应，可以改善皮肤的呼吸和营养，有利于汗腺和皮脂腺的分泌，可增强关节、肌腱的弹性和活动性，促进周围血液循环；可增加肌肉的血流量，增强肌肉的工作能力和耐力，防止肌萎缩；并可加深呼吸，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；可加速静脉血管中血液回流，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。缓慢而轻的手法对神经系统具有镇静作用；急速而重的手法对神经系统具有一定的兴奋作用。

拔罐的工具

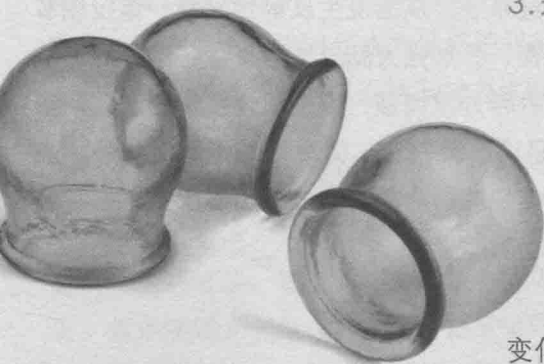
1. 竹罐

竹罐是用质地坚实的竹管制成，将毛竹截成长6~9厘米的竹管，将一端留节作为底，另一端打磨光滑作为罐口，不同粗细的竹管可以制成不同规格的竹罐，罐口直径分别为2、3、4、5厘米。竹罐的优点是轻巧，价格低廉，不容易破碎，取材容易，制作简便，吸拔力强，能够吸收药液，可用中药煎煮后作药罐用；缺点是容易燥裂漏气，吸附力不强，不透明，无法观察罐内皮肤变化。竹罐在使用后应妥善保管，不应长期曝晒，以防管壁燥裂。

2. 陶罐

陶罐由陶土烧制而成，罐的中间较大，两端略小，罐口光滑，形如腰鼓。陶罐的优点是造价低廉，吸附力强，方便消毒；缺点是较笨重，不便携带，易碎，不透明，无法观察罐内皮肤变化。

3. 玻璃罐



玻璃罐是目前临床上最常用的罐具，罐体形如球状，口平底圆，肚大口小，罐口边缘稍厚，略向外翻而光滑，可分为大、中、小三种型号。玻璃罐的优点是吸附力强，质地清晰透明，拔罐时可在罐外直接观察到皮肤的变化，以掌握拔罐时间；缺点是易碎。

4. 金属罐

金属罐是用铜、铁、铝、不锈钢等材料制成的，口径大小不一。金属罐的优点是经久耐用，不易破损，吸附力强，便于消毒；缺点是传热过快，容易烫伤皮肤，不透明，无法观察拔罐部位皮肤的变化。金属罐现已很少使用。

5. 牛角罐

牛角罐是我国古代最早使用的一种罐具，是用牛角制成的，将截下的水牛角中

的角质去除，制成空筒，将截断面打磨光滑作为罐口。牛角罐的优点是取材容易，吸附力强，容易操作；缺点是不透明，无法观察罐内皮肤变化。目前，牛角罐在少数民族地区仍然使用。

6. 塑料罐

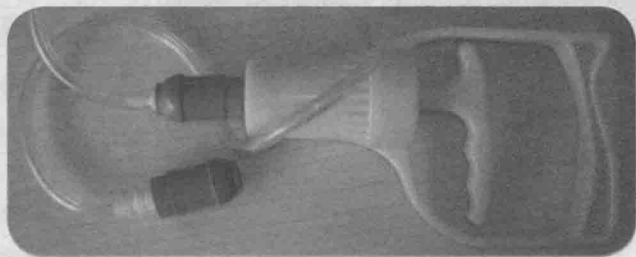
塑料罐是用耐热塑料压制而成的，分大、中、小三种型号。优点是不易破损，较轻便，易于携带；缺点是易老化变形。

7. 橡胶罐

橡胶罐是用橡胶制成的，有多种形状和规格。优点是不易破损，便于携带，不必点火，操作简单，患者可自行治疗；缺点是吸附力不强，无温热感，只能用于吸拔固定部位，不能施行其他手法。

8. 抽气罐

抽气罐是由一个罐具和一个抽气装置组成的。目前，真空拔罐器应用较广，罐体用有机玻璃制成，罐底有一个排气阀，有多种型号，配有一个抽气枪。使用时，将抽气枪枪嘴套在罐体底部的排气口上，提拉抽气枪的抽气柄，使罐体吸拔在皮肤上。抽气罐的优点是使用方便，易于操作，不用点火，没有烫伤皮肤之虞，罐内负压可以调节，罐体透明，便于随时观察罐内皮肤变化；缺点是无温热感。



9. 电罐

电罐是在传统火罐的基础上发展而来的一种拔罐器具，集负压、温热、磁疗、电针等综合疗法为一体，可通过电流来控制负压和温度，还可以连接测压仪器，以便随时观察负压的情况。电罐的优点是使用安全，不易烫伤，负压及温度等可以自行控制；缺点是体积较大，不便携带，成本较高，只适用于拔固定部位，不能施行其他手法。

除此以外，在日常生活中可以找到许多代用罐具，如罐头瓶、茶杯、瓷奶瓶、酒杯、碗等，只要形状相似，罐口光滑圆整，耐热性好，便可用于拔罐。

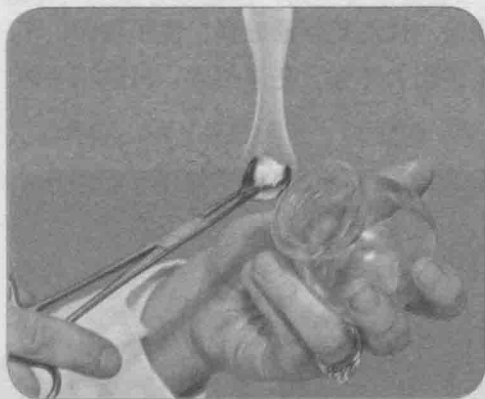
拔罐的辅助材料

1. 燃料

酒精：酒精作为拔罐的燃料具有火力猛、热量高，能迅速排出罐内空气，吸拔力强的特点。而且，一旦吸拔在皮肤上，火可迅速熄灭，不容易烫伤皮肤。

食用油：食用油也可作为拔罐的燃料。但其缺点是燃烧较慢，且伴有烟雾，容易弄脏皮肤。

纸片：纤薄的纸片也可作为燃料使用。



2. 点火工具

火柴或打火机：拔火罐时用于点火。

镊子或止血钳：用于拔火罐时夹持乙醇棉球。蘸乙醇时以不滴为度，过多则易滴到患者身上导致烫伤。

3. 润滑剂

拔罐疗法可以不用介质。但对于一些特定的拔罐疗法需要一些介质作为润滑剂，以防止皮肤划伤。如在行走罐手法时，需要用介质润滑，以免拉伤皮肤。常用介质有按摩乳、甘油、松节油、凡士林、植物油等。

4. 药物

药物主要用于浸泡罐具或涂抹于患处，以加强拔罐的治疗效果。药物配方主要是根据不同病情而选择的不同中草药。一般以活血化瘀、行气止痛、清热解毒、温经散寒等药物为主。如菊花、杏仁、连翘、红花等。

5. 消毒用品

在进行拔罐治疗前一般都要清洁皮肤、罐具消毒，此时就需要有消毒用品。拔罐选用的消毒用品一般是用酒精脱脂棉球。进行刺血拔罐或使用水罐时，还应准备消毒液，如75%乙醇或1%的苯扎溴铵(新洁尔灭)。