



# 祖国医学传统疗法——拔罐疗法

——周口市中医院康复中心系列科普宣传



拔罐疗法是以罐为工具，利用燃烧、抽吸、挤压等方法排除罐内空气，造成负压，使罐吸附于体表特定部位(患处、穴位)，产生广泛刺激，形成局部充血或淤血现象，从而达到防病治病、强壮身体为目的的一种治疗方法。拔火罐与针灸一样，也是一种物理疗法，而且拔火罐是物理疗法中最优秀的疗法之一，儿童同样适用。拔罐还称“拔罐子”。

## 拔罐的疗效

### 1. 调节平衡

拔罐疗法对神经系统的良性刺激，通过末梢感受器，经向心传导至大脑皮质。对皮肤的良性刺激可通过皮肤感受器和血管感受器传到中枢神经系统，从而发生反射性兴奋，调节大脑皮质的兴奋与抑制过程，使之趋于平衡，因而加强了大脑皮质对身体各部分的调节和管制功能，促使病灶部位组织代谢作用增强，促进机体恢复，使疾病痊愈。

拔罐疗法调节人体微循环，促进人体血液与组织间的物质交换；调节毛细血管的舒缩功能，促进局部血液循环；调节新陈代谢，改善局部组织营养；调节淋巴循环功能，使淋巴细胞的吞噬能力加强，增强了机体的抗病能力，从而达到消除疾病，恢复机体正常功能的目的。

### 2. 扶正祛邪

拔罐疗法可拔出体内的风、寒、

湿等邪毒，邪去而正安，扶助了正气。风、寒、湿邪入侵，引起机体麻痺疼痛，可采用刺络拔罐法祛除病邪，气血得以通畅，疼痛随之消除。临床验证，刺络拔罐对消痰化滞、解闭通结、祛风散寒有良效。

### 3. 疏通经络

人体的经络，内属脏腑，外络肢节，纵横交错，网络全身，将人体内外、脏腑、肢节联成一个有机的整体，借以运行气血、濡养脏腑。若人体经络气血功能失调，正常的生理功能就遭到破坏，疾病随之产生。拔罐疗法通过对经络、腧穴产生的负压效应，可以疏通经络中壅滞的气血，振奋脏腑功能。临床采用的循经走罐法、经络拔罐法、刺络拔罐法等，皆有疏通经络的功能。

### 4. 通利关节

由于拔罐疗法具有祛风散寒、祛湿除邪、通脉行气的功能，因而可使关节通利，镇痛去痹。临床用拔罐治疗头痛、眩晕、风痹、腰痛、四肢痛等，无需服药。

### 5. 吸毒排脓

拔罐疗法所产生的负压吸力很强，用以治疗病毒疮疡、恶血瘀滞、邪毒郁结等有特效。未化脓时，采用针刺拔罐，可使邪毒排出、气血畅通、瘀阻消散；已化脓时，可吸毒排脓、清创解痛、促进疮口愈合。

拔罐疗法的应用范围十分广

泛，在临床上早已从早期的疮疡发展到用来治疗包括内科、外科、妇科、儿科、皮肤科、五官科等100多种疾病。特别是近年来，一些从未用本法治疗过的疾病如白塞病、术后腹胀以及一些疑难急症，如老年慢性支气管炎、肺水肿，甚至如心脏病、骨折等，使用本法也取得了意想不到的效果。根据临床观察，本法对高血压、心绞痛亦有明显疗效。由于拔罐疗法所具有的独特医疗机理，其治疗疼痛性疾病更为见长。

拔罐疗法具有明显的缓解疼痛的效果，无论是内科的头痛、腹痛、胆绞痛、风湿痛，还是外科的急性腰扭伤、慢性软组织损伤，都可以用拔罐疗法取得立竿见影的疗效，有的甚至只需一次治疗即可痊愈。

刺络拔罐的镇痛效果尤为显著。中医认为“通则不痛，痛则不通”，疼痛多因经络阻滞、气血瘀阻所致。刺络拔罐能有效地去瘀活血，通经活络，临床常用于治疗各种疼痛。现代医学也认为，刺络拔罐刺激了某一局部的神经，调节了相应部位血管和肌肉的功能，反射性解除血管和平滑肌的痉挛，产生了明显的止痛效果。

另外，用本法治疗效果较理想的病症有：感冒、流行性腮腺炎、哮喘、支气管炎、百日咳、冠心病、心律不齐、中暑、肺水肿、急性胃肠炎、胃

痛、小儿消化不良、高血压、中风后遗症、糖尿病、头痛、肋痛、神经痛、肌肉痛、关节痛、腰背痛、痛经、月经不调、乳腺炎、术后肠粘连、荨麻疹、带状疱疹、产后缺乳、牙痛、扁挑体炎、面瘫、毒蛇咬伤、疮疡初起、近视等。

俗话说“针灸拔火罐，病好一大半”。拔火罐具有脱敏、止咳平喘、消炎、活血、散寒、增强免疫功能、恢复体力的功效。

拔罐疗法有火罐法、水罐法、针罐法、药罐法、走罐法、抽气罐法、挤压罐法等7种。罐具可分竹罐、陶罐、瓷罐、玻璃罐、金属罐(铁、铜、铝罐由于传热快已被淘汰)。此外，凡是口小腔大、口部光滑平整、不怕热、能产生一定吸拔力的器具(如杯、瓶等)均可选用。火罐法常与针罐、药罐、灸罐、红外线罐配合应用。

拔罐疗法由于经济实用、简单易学，有不少中老年人自己在家施治。家庭使用火罐治疗应在专业医师指导下进行。其次应注意：

**适应证** 拔罐具有泻火解毒、活血化瘀、祛风散寒、调理肠胃的作用，故对疮疡肿毒、痲积聚、风寒湿痹，各种痛症及胃肠系统病疗效较好。

**注意事项** 在操作方法上，应做好准备，如摆好体位，将应拔部位的皮肤用消毒中擦洗，以减少漏气和烫伤，并根据应拔部位的大小选择相应的罐具。

拔罐部位以肌肉、皮下组织丰富及毛发较少的部位为宜，血管浅显处、胸壁、皮肤细嫩处、疤痕处、鼻眼乳头骨突处、皮肤松弛有较大的皱褶处均不宜拔罐。前一次拔罐部位罐斑未消退之前，不宜原处拔罐。拔罐的基本要点是稳、准、快，吸拔力的大小与拔罐的时间和速度、罐具大小、罐内温度等有关。在火力旺盛时扣罐速度快、罐具空隙大、罐内温度高则吸拔力大，反之则小。吸拔力的大小，应根据病人体质、病情而定。在拔罐过程中要注意观察患者面色、表情，询问其感觉，如有晕罐现象应及时处理。拔罐治疗每次5~10分钟为宜。慢性病患者隔日一次，病情急者每日一次，12次为一疗程。取罐时如吸力强大取不动，则强压罐口四周皮肤，使其自然松动易于取下。

**禁忌证** 中度或重度心脏病、全身性浮肿、有出血倾向(如血友病、紫癜病)、白血病、活动性肺结核、癌肿、皮肤病、局部皮肤静脉曲张、孕妇的腹部、腰骶部均应禁用或慎用。

(刘俊宏)



## 拔罐法减肥

人体内脂肪积聚过多，体重超过标准20%以上时，即称为肥胖病。成人标准体重(kg)=[身高(cm)-100]x0.9，儿童标准体重(kg)=年龄x8+8。肥胖病常见于40岁以上的成人。

传统中医古代文献虽无减肥专论，但有关脾胃运化理论、气血理论从生理病理对于肥胖的原理有着辩证论述。过食肥甘厚味，由脾胃运化，变为脂膏，积蓄体内，或变为痰湿阻气机。这说明了肥胖与脾胃的关系。

传统医学的保健减肥方法对单纯性肥胖有效，对遗传性肥胖目前尚无显著方法。

### 拔罐操作：

1. 中阳亢盛者症状为体质肥胖、胃纳亢进、面赤、苔多腻、舌质红、脉滑数。

治方：清胃泻火。

取穴：饥点、胃俞、肺俞等穴及阳池、三焦俞等穴。

操作：减肥宜将拔罐与耳压结合的方法综合进行。耳压饥点穴(耳屏前面中点，外鼻穴下方)，饥点可使胃脘胀满、食欲减低，系减肥之经验效穴。单罐法留罐肺俞，是由于水谷精微的宣发肃降而输布全身全赖肺主气。取阳池、三焦、胃俞等穴是从饮食的消化吸收输布与脾胃功能密切相关。上述要穴特别是对于减肥(包括其他减肥法)出现的饥饿感等反应有调和作用。

2. 痰湿阻滞者症状为体质肥胖或伴嗜睡、易疲倦、纳差、口淡无味、女子月经少或闭经、男子阳痿、舌苔齿痕、脉沉或滑等症。

治方：祛湿化痰。

取穴：耳穴内分泌、肾上腺，体穴三焦俞、脾俞等。

操作：耳压内分泌、肾上腺穴，取中枢神经对内分泌有调节作用之义。体穴可结合用单罐法走罐，施术15~20分钟，取健脾祛湿化痰的作用。

传统医学减肥的方法是今人在经络脏腑学说上加以推理的临床运用，多采用泻法则寓意于抑制摄食功能，或调节脾胃亢进状态以达到减肥目的。这里不应否认这些疗法具有的心理及暗示的作用。基于病人减肥心切，这些疗法起到了一个暗示疗法作用，通过病人饥时或餐前的操作，起到提示病人自觉控制食量的心理效应，同时也确实引起下丘脑摄食中枢的调节反应。(陈霞)

## 夏季拔火罐也能冬病夏治

在我国民间很早就有用瓶拔火罐以达到减轻病痛的放法，在医院针灸科总是少不了拔火罐。拔火罐简称拔罐，是中医外治范畴。拔罐施术部位是人体的体表，属经络中的皮部。临床常见许多疾病反应于皮部表面，医生常以此为根据判断疾病的变化，诊断施治，是内病外治的方法。

拔罐的作用：一是治疗，二是保健。

夏季阳气旺盛，机体气血充盈，经络之气流畅，肌肤穴位敏感，是治



疗慢性顽固性疾病的最佳时机。

拔火罐可使局部组织形成高度充血，血管神经受到刺激，扩张血管增加血液流量。组织细胞得到

营养，增强抵抗力，减轻病势，促进康复。其功能：疏通经络、行气活血、扶正固本等。

现代医学认为，拔火罐能产生

一种新的刺激素，刺激组织器官，增强免疫机体，提高抗病能力。

拔火罐可治范围：气管炎、哮喘、咳嗽、高血压、胃痛、神经痛、颈椎病、肩周炎、腰腿痛等和一切跌打损伤。

循经走罐还能改善各经功能，有利于经络整体功能的调整。再如药罐法，在罐内负压和温热作用下，局部毛孔、汗腺开放，毛细血管扩张，血液循环加快，药物可更多地被直接吸收，根据用药不同，发挥的药效各异。如对于皮肤病，其药罐法的局部治疗作用就更为明显。水罐法以温经散寒为主；刺络拔罐法以逐瘀化滞、解闭通结为主；针罐结合则因选用的针法不同，可产生多种效应。(陈霞)

