

拔罐疗法操作方法及治疗方法

拔罐疗法俗称拔火罐。它是一种以罐为工具，借助热力排除罐内空气，造成负压，使之吸附于穴位或患处体表，产生刺激作用，使局部皮肤充血、瘀血，以达到防治疾病的目的。拔罐是我国民间广大群众常用的治疗方法。在我国民间，当人们出现疲劳、全身酸痛或外感不适时，有在太阳穴或后背部拔火罐，关节疼痛在局部拔火罐的作法。

拔罐疗法具有简便易学，无疼痛、无创伤、安全性好，便于推广应用的特点。现代科学研究也表明，拔罐时的负压、温热刺激，能使血管扩张，毛细血管通透性改变，调节以局部为主的微循环状态，加强新陈代谢，增强机体的抵抗力，在生理、病理方面都有重要意义。具体来说，拔罐治疗的机理作用如下：

(1) 负压作用。国内外学者研究发现：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。此外，负压使局部的毛细血管通透性变化和毛细血管破裂，少量血液进入组织间隙，从而调动人体干细胞修复功能，及坏死血

细胞吸收功能，能促进机体血液循环，激发精气，调理气血，达到提高和调节人体免疫力的作用。

(2) 温热作用。拔罐法对局部皮肤有温热刺激作用。温热刺激能使血管扩张，促进以局部为主的血液循环，改善充血状态，加强新陈代谢，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，增强白细胞和网状细胞的吞噬活力，增强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，由于负压作用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。其次是调节微循环，提高新陈代谢。微循环的主要功能是进行血液与组织间物质的交换，其功能的调节在生理、病理方面都有重要意义。此外，由于拔

罐后自家溶血现象，机体产生一种类组织胺物质，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。

随着现代医学的发展，拔罐疗法同其他外治疗法一样，在火罐质料、施罐方法、适应症等方面都有新的发展与扩大。目前，拔罐疗法作为正规医疗手段，已广泛应用于临床。

(一) 操作方法

L 吸拔的方法

(1) 火罐法

利用燃烧时火焰的热力，排去空气，使罐内形成负压，将罐吸着在皮肤上。具体有下列几种方法：

①投火法：将薄纸卷成纸卷，或裁成薄纸条，燃着到 1/3 时，投入罐里，将火罐迅速叩在选定部位上。投火时，不论使用纸卷和纸条，都必须高出罐口一寸多，等到燃烧一寸左右后，纸卷和纸条都能斜立罐里一边，火焰不会烧着皮肤。初学投火法，可在被拔地方，放一层湿纸，或涂点水，让其吸收热力，以保护皮肤。

②闪火法：用 7~8 号粗铁丝，一头缠绕石棉绳或线带，作好酒精棒。使用前，将酒精棒稍蘸 95%酒精，用酒精灯或蜡烛燃着，将

带有火焰的酒精棒一头，往罐底一闪，迅速撤出，马上将火罐扣在应拔的部位上，此时罐内已成负压即可吸住。闪火法的优点是当闪动酒精棒时火焰已离开火罐，罐内无火，可避免烫伤。

③滴酒法：向罐子内壁中部滴 1~2 滴酒精，将罐子转动一周，使酒精均匀地附于罐子内壁上（不要沾罐口），然后用火柴将酒精燃着，将罐口朝下，迅速将罐子叩在选定部位上。④架火法：准备一个不易燃烧及传热的块状物，直径 2~3 厘米，放在应拔的部位上，上置小块酒精棉球，将棉球燃着，马上将罐子扣上，立刻吸住，可产生较强的吸力。

(2) 水罐法

一般应用竹罐。先将罐子放在锅内加水煮沸，使用时将罐子倾倒入用镊子夹出，甩去水液，或用折叠的毛巾紧扣罐口，乘热按在皮肤上，即能吸住。

(3) 抽气法

先将青、链霉素等废瓶磨成的抽气罐紧扣在需要拔罐的部位上，用注射器从橡皮塞抽出瓶内空气，使产生负压，即能吸住。或用抽气筒套在塑料杯罐活塞上，将空气抽出，即能吸着。现已有专

门应用的抽气式拔罐器。

2. 基本步骤

(1) 准备

①仔细检查病人，以确定是否适应症，有无禁忌。根据病情, 确定处方。

②检查应用的药品、器材是否齐备，然后一一擦净，按次序排置好。

③对患者说明施术过程，解除其恐惧心理，增强其治疗信心。

(2) 选位

病人的体位正确与否，关系着拔罐的效果。正确体位应使病人感到舒适，肌肉能够放松，吸拔部位可以充分暴露。一般采用的体位有以下几种：①仰卧位：适于前额、胸、腹及上下肢前面。

②俯卧位：适于腰、背、臀部及上下肢后面。

③侧卧位：适于侧头、面部、侧胸、髋部及膝部。

④俯伏坐位及坐位：适于项部、背部、上肢及膝部。

(3) 选罐

根据病患部位的面积大小，患者体质强弱、及病情而选用大小适

宜的火罐或竹罐及其他罐具等。中医多用竹筒，如找不到，玻璃瓶、陶瓷杯都可以，只是口一定要厚而光滑，以免火罐口太薄伤及皮肉，底部最好宽大呈半圆形。

在应用中，可选用单罐头或多罐。单罐主要用于病变范围较小或压痛点；多罐用于病变范围比较广泛的疾病。可按病变部位的解剖形态等情况，酌量吸拔数个乃至拾数个。

(4) 擦洗消毒

在选好的治疗部位上，先用毛巾浸开水洗净患部，再以干纱布擦干，为防止发生烫伤，一般不用酒精或碘酒消毒。如因治疗需要，必须在有毛发的地方或毛发附近拔罐时，为防止引火烧伤皮肤或造成感染，应行剃毛。

(5) 温罐 冬季或深秋、初春等季节，天气寒冷，拔罐前为避免患者有寒冷感，可预先将罐放在火上燎烤。温罐时要注意只烤烘底部，不烤口部，以防过热造成烫伤。温罐时间，以罐子不凉和皮肤温度相等，或稍高于体温为宜。

(6) 施术

首先将选好的吸拔部位显露出来，术者靠近患者身边，顺手(左或右手)执罐按不同方法扣上。一般有两种排序：

①密排法：罐与罐之间的距离不超过 1 寸。用于身体强壮且有疼痛症状者。有镇静, 止痛消炎之功，又称“刺激法”。

②疏排法：罐与罐之间的距离相隔 1~2 寸。用于身体衰弱、肢体麻木、酸软无力者。又称“弱刺激法”。

(7) 询问

火罐拔上后，应不断询问患者有何感觉，如用玻璃罐，还要观察罐内皮肤反应情况。如罐吸力过大，产生疼痛即应放入少量空气。

方法是用左手拿住罐体稍倾斜，以右手手指按压对侧的皮肤，使之形成一微小的空隙，使空气徐徐进入，到一定程度时停止放气，重新扣好。拔罐后病人如感到吸着无力, 可起下来再拔 1 次。

大罐吸力强，1 次可拔 5~10 分钟；小罐吸力弱，1 次可拔 10~15 分钟。此外还应根据患者的年龄、体质、病情、病程以及拔罐的施术部位而灵活掌握。拔罐次数以每日或隔日 1 次为宜，一般 10 次为 1 疗程。

(8) 起罐

起罐时，一般先用一手持火罐，另一手将火罐口边缘的皮肤轻压一下，使空气徐徐进入罐内，罐子自然就会与皮肤脱开。假如罐

吸附过紧时，切不可硬拔或旋转提拔，以免损伤皮肤。若起罐太快，易造成空气快速进入罐内，则负压聚减，易使患者产生疼痛。

(二) 治疗方法

我国传统医学中的拔罐疗法有多种，在火罐共性的基础上，不同的拔罐法各有其特殊的作用。现将其有关操作方法及抗疲劳用途，分别介绍如下。

L 刺血火罐疗法

刺血火罐疗法，是用三棱针在施罐部位点刺出血，然后迅速置以火罐，拔吸出血，达到疏通经络、活化气血、改善局部营养、调整脏腑阴阳的作用。此法适用于疾病和运动引起的疲劳征候，如腰腿痛、肩胛上背综合征、急性胃肠道炎症的治疗。

(1) 操作方法及应用

对应患部选取穴位后，先以 2.5% 的碘酒棉球消毒穴位处，再以 75% 的酒精棉球消毒脱碘，以消毒备用之三棱针于穴位处呈三角形或四边形刺入 5 分左右，使之出血。后迅速以 95% 酒精闪火法置罐，置罐后随时观察出血量，如罐内出血量不超过 15 毫升，则将罐留置 20~30 分钟。起罐时一手持灭菌纱布，一手用指压起罐法起罐，用无菌纱布拭去血迹，用 75% 酒精棉球擦拭按压针孔，无

出血则不用包扎。

基本应用如下：

①肩胛上背部疼痛性疲劳：秉风、曲垣、风门、肺俞、督俞，每次于患侧取 2~3 穴，放血置罐，三棱针点刺深度不超过 3 分，留罐 15~20 分。

②腰部疼痛性疲劳：肾俞、腰俞、膀胱俞、阳关、十七椎，每次取 2~3 穴，双侧同时放血置罐，留罐 15~20 分钟。

③坐骨神经痛性疲劳：气海、中膂俞、环跳、承扶、承山、秩边，每次于患侧取 3 穴，放血置罐，留罐 15~20 分钟。

④一般运动性疲劳：肾俞、承山、承扶、阳关，每次取 3 穴，放血置罐，留罐 15~20 分钟。

⑤应激性疲劳：大椎、至阳、心俞、命门、委中、肾俞，每次取 3 穴，放血置罐，留罐 15~20 分钟。

(2) 注意事项

在临床中施行刺血火罐法时，主要应注意针刺入穴勿深，特别在背部及有动、静脉血管走行部位尤应注意，勿造成气胸和血管损伤。在操作过程中，还应注意无菌操作，所有用具必须经消毒，

并且应一人一针，禁止一针多人应用。

2 . 走罐疗法

走罐是指在罐子扣上以后，用一只手或两只手抓住罐子，微微上提，推拉罐体在患者的皮肤上移动。可以向一个方向移动，也可以来回移动。本法适用于运动性疲劳、背部疼痛性疲劳及支气管炎、哮喘等疾病性疲劳。亦可用于医疗健康保健、疾病预防，消除各种原因所致的疲劳症候等。走罐时应注意在欲走罐的部位或罐子口涂抹一些润滑剂，以防止走罐时拉伤皮肤。

走罐具有与按摩疗法、[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，对关节、肌腱可增强弹性和活动性，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。循经走罐还能改善各经功能，有利于经络整体功能的调整。

（1）操作方法及应用

选定部位，沿经络运行方向（由上至下或由下至上）或疼痛区域（由一端到另一端），皮肤薄涂一层凡士林或油质香皂沫，同时在罐口处涂上一些凡士林或皂沫，用酒精闪火法，由一端腌穴迅速扣罐。待罐吸紧后，以左手扶罐，右手推罐向指定方向滑走，每到一处留罐片刻再向前走。然后退走回原位，再沿经推移。如此反复，直到走罐部位皮肤红紫时起罐。一般以连续走罐 5~7 次为宜。

基本应用如下：

- ①一般运动性疲劳：沿督脉上起大椎，下至腰俞，从下至上反复起落 7 次。
- ②肩胛上背综合征疲劳：沿足太阳膀胱之大杼穴起，风门、肺俞、厥阴俞、督俞至膈俞止，从上至下反复走罐 5 次。
- ③腰骶部疲劳：从足太阳膀胱肾俞穴起，经气海、大肠、关元、小肠、膀胱、中膻、白环俞止，从上至下反复 7 次。

（2）注意事项

走罐法多用在机体表面较平坦部位，如肩、背、腰、上腹、侧

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/448023110143006052>