

拔罐的好处

现代社会生活节奏快，各行各业、各个领域的竞争激烈，再加上营养配置不合理、环境污染严重、体育锻炼少、活动空间狭窄，人们常常会觉得精神紧张、身体疲惫，医学上称这种感觉为精神紧张综合征。拔罐疗法对于消除精神紧张、解除大脑疲劳有很好的作用：膀胱经走罐可以疏通五脏六腑的经气，改善全身的血液循环；能加速大脑皮层的血液循环，促进大脑皮层的氧气及各种营养物质的供应，促进大脑皮层的二氧化碳及各种毒素的排除；另外还通过脊神经根反射性地刺激中枢神经，从而调节神经系统的功能活动，避免或消除精神紧张和大脑的疲劳状态。

拔罐消除疲劳综合征

疲劳综合征的主要症状表现为疲劳乏力、失眠多梦、耳鸣健忘、腰酸背痛、头发脱落及须发早白等。其特点是症状持续反复发作，持续时间 6 个月以上，充分休息也不能解除。

选穴：肩井、心俞、肝俞、脾俞、肾俞。

操作：采用留罐法。患者取俯卧位，找准穴位，并进行常规消毒，选择大小适宜的火罐。一手持夹着酒精棉的镊子，一手持罐，将酒精棉点燃后伸入罐内旋转片刻，迅速将棉球抽出，即可将罐拔于穴位上。根据所拔罐的负压大小及患者的皮肤情况留罐 10-15 分钟。每日或隔日 1 次

拔罐治疗缓解痛经

痛经是指妇女在月经期间或行经前后，出现下腹部及腰部疼痛，甚则

剧痛难忍，随着月经周期持续发作的病症。

选穴：气海、关元、中极、归来。



图片来自：www.wenhuaqiang.net

操作：患者取卧位，将所选穴位进行常规消毒，用三棱针点刺每穴3-5下，点刺范围应小于瓶口，深度以刺破表皮，略见血水样渗出物为度，顺皮纹或直刺针刺间距离约1个米粒左右，点刺部位应避开血管。然后加压拔罐，在负压的作用下，拔出少量血液，一般每穴出血

1-3 毫升为宜。起罐后擦净皮肤上的血迹，每日 1 次。

拔罐治疗腰椎间盘突出症



图片来自：www.wenhuaqiang.net

拔罐疗法是借助热力排除罐中空气，利用负压使其吸着于皮肤，造成瘀血现象的一种治病方法。由于它能行气活血、祛风散寒、消肿止痛，所以对腰椎间盘突出症有一定的治疗作用。在治疗腰腿病时，一般可采用留罐、走罐法，对气血瘀滞型的患者，可在肾俞、大肠俞、

次 等穴使用刺络拔罐法，即拔罐前先用三棱针点刺几下，然后拔罐，使之出血，加强治血祛瘀的作用。拔火罐操作简便，疗效可靠，在临床中非常实用，但对发热的患者、肌肉过于消瘦或腰部有湿疹和皮肤破损的患者，以及患腰椎间盘突出症的孕妇，都不宜进行拔罐治疗。

拔罐疗法的中医原理

1.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之力，其吸拔力作用在经络穴位上，可将毛孔吸开并使皮肤充血，使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。

2.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

查看完整版

付费下载



【百万古籍库】

<https://www.fozhu920.com/list/>

【易】【医】【道】【武】【文】【奇】【画】【书】

1000000+ 高清古书籍

打包下载





【风水】风水命理资料合集_9500 本

阴宅阳宅、风水堪舆、八字命理、手相面相、符咒卦象、奇门遁甲、紫微斗数.....



【中医】中华传统医学资料大全_15000 本

针灸、推拿、正骨术、汉医、苗医、民间秘方偏方、药洒药方、祖传医术、珍本...



【道术】道家法术\茅山术\符咒术\气术_3000 套

修真秘籍、丹道、道家秘术、胎息功、内丹术、茅山法术、道家符咒、巫术、...



【武术】传统武术与现代搏击术_6200 册

少林、武当、太极拳、形意拳、八极拳、咏春拳、气功、散打、格斗、拳击、...



【集藏】经史子集库_13300 卷

【经史子集】楚辞、汉赋、诗集、词集、宝卷、正史、编年、别史、纪事本末、地理志...



【国画】传世名画 _ 6100 卷

唐、金、辽、宋、元、明、清 800 多位画家近 6000 多幅传世...



【县志】方志\地方县志\乡志\地理志_8100 册

府志、区志、乡志、地理志..... 此合集为全国范围地方县志\府志古籍影印电子版，...



【国学】中华古籍库—32 万册古籍书

32 万册《中华古籍库》 【32 万册影印古籍 + 20 多亿字，带检索器和阅读工具】 包括各地方志、日本内...

【更多】 >> <https://www.fozhu920.com/list/>