

拔罐療法



 香港浸會大學
HONG KONG BAPTIST UNIVERSITY

School of  中醫藥學院
Chinese Medicine

 中醫藥發展基金
Chinese Medicine Development Fund

 政府資助計劃
Government-funded programme

目錄

拔罐功效	3
準備工具	4
操作過程	5-7
罐印顏色反映健康	8-9
如何拔罐治療？感冒	10
如何拔罐治療？慢性支氣管炎	11
如何拔罐治療？慢性鼻炎	12
如何拔罐治療？慢性胃炎	13
如何拔罐治療？便秘	14-15
如何拔罐治療？肩關節痛	16
如何拔罐治療？肘關節痛	17
如何拔罐治療？腕關節痛	18
如何拔罐治療？膝關節痛	19
注意事項	20
不宜進行拔罐人士	21

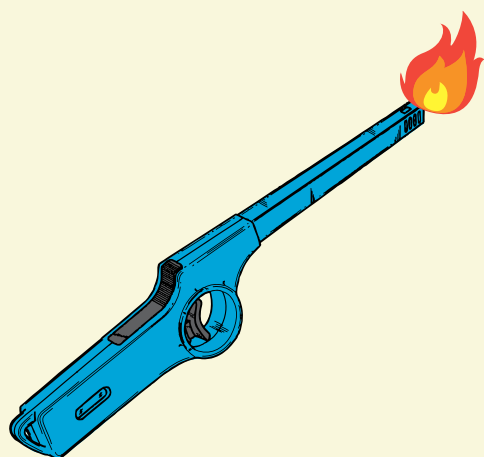
拔罐功效

1. 疏通經絡氣血、調理身子
2. 排走體內風寒和濕毒

透過簡單的補瀉方法為身體去除毒素，毒素即是淤塞或積聚在身體經絡的風寒和濕毒。簡單來說，拔罐是借助負壓和熱力，將玻璃罐中的空氣排走，從而產生吸力和刺激導致皮膚出現瘀血。



準備工具



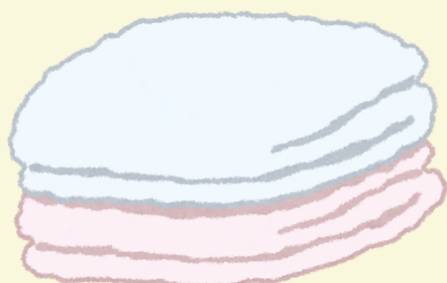
酒精棉球

火罐

打火機

跌打萬花油

乾毛巾



操作過程

- 1、在拔罐前首先用跌打萬花油在患處進行按摩。
- 2、完成按摩後，醫師會用乾毛巾去抹走多餘的按摩油。



操作過程

3、開始進行拔罐治療，醫師將含95 % 的酒精棉球點火，然後放進火罐內轉1至3個圈。

4、熱力會將罐內的空氣排出來，形成負壓環境產生吸力。最後將玻璃罐放在適當的穴位上，拔罐等待需時10分鐘。

操作過程

5、醫師會再次詢問患者有否感到不適，如果沒有的話會讓患者休息。

6、火罐在10分鐘後可以開始起罐，醫師會逐一慢慢把拔走。

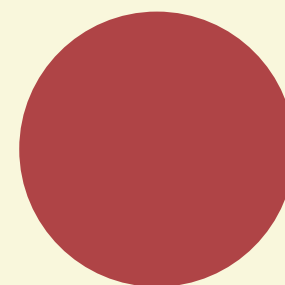
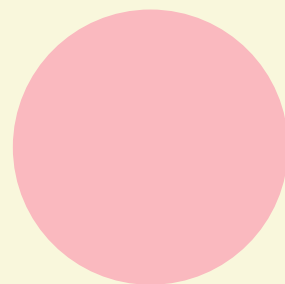
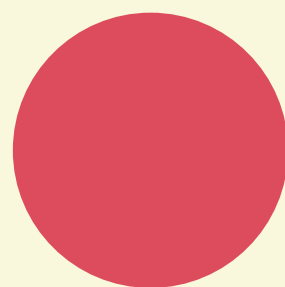
7、把所有火罐拔走後，醫師會用酒精綿球擦拭皮膚。

8、拔罐治療就完成了。



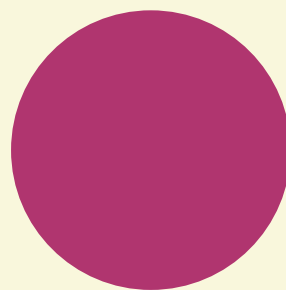
罐印顏色反映健康

- 紅色：反映身體有熱症。若感到皮膚紅腫熱痛，通常與經常勞累、捱夜等情況有關
- 微紅或微粉紅色：局部血氣循環良好
- 暗紅：與身體的血脂黏稠、血脂高、供血不足等情況有關

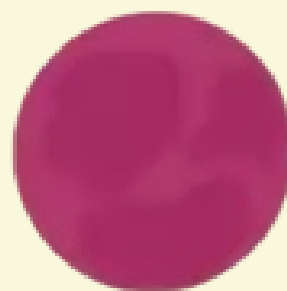


罐印顏色反映健康

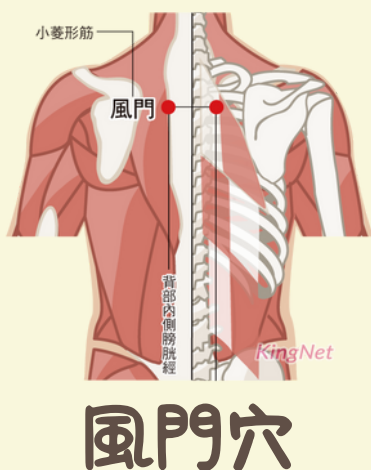
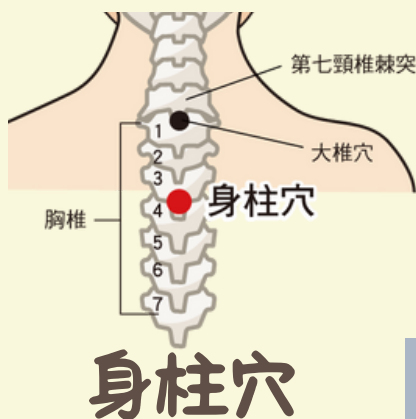
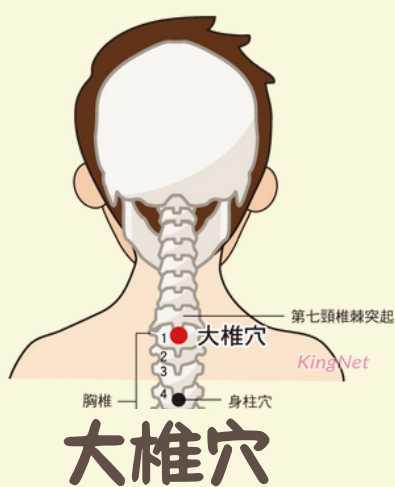
- 黑紫色：體內有瘀血，局部血液循環不良，尤其日常比較操勞人士。另外，受寒嚴重的位置都會出現黑紫色的罐印。



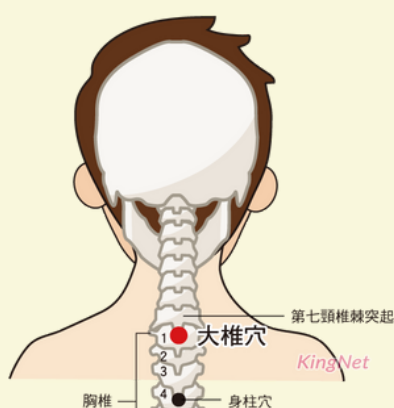
- 紫色：伴有黑斑點：氣血運行不暢通



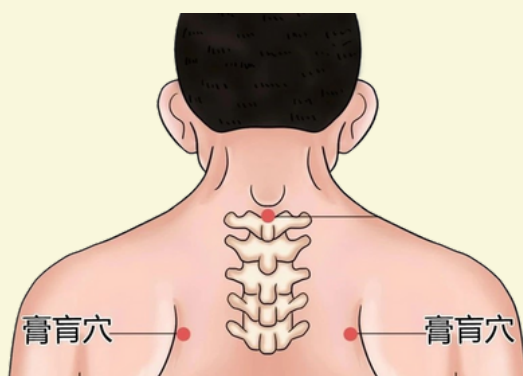
如何拔罐治療？感冒



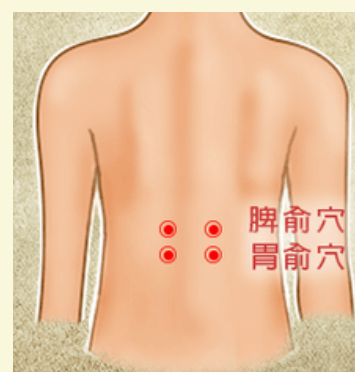
如何拔罐治療？慢性支氣管炎



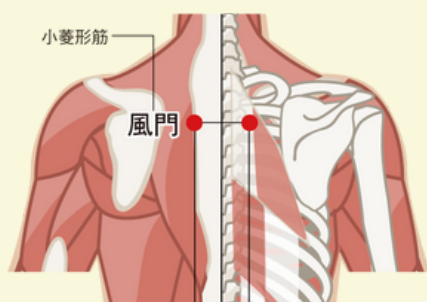
大椎穴



膏肓穴



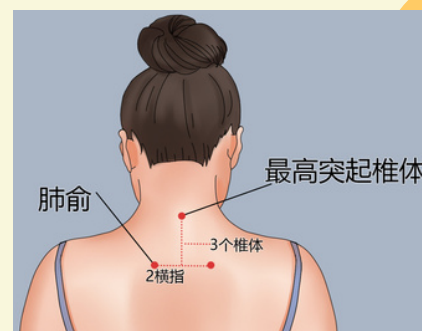
脾俞穴



風門穴



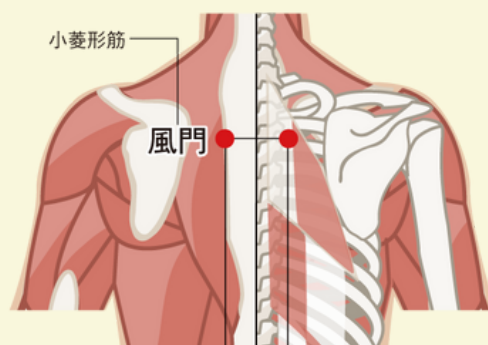
腎俞穴



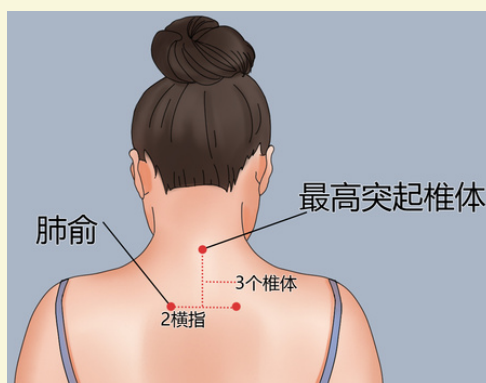
肺俞穴

如何拔罐治療？慢性鼻炎

風門穴



肺俞穴



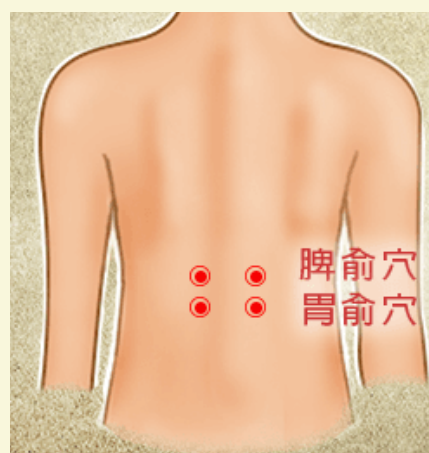
足三里穴



如何拔罐治療？慢性胃炎



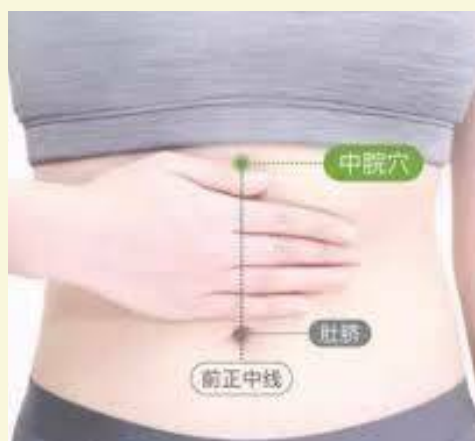
胃俞穴



脾俞穴



足三里穴

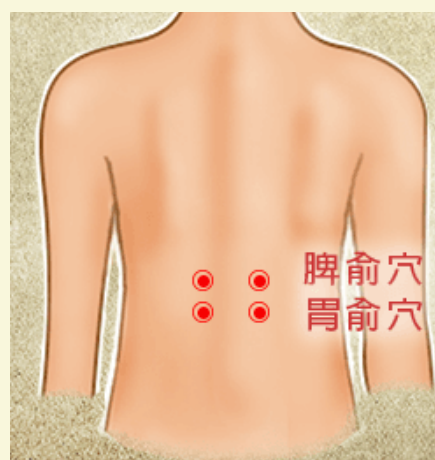


中脘穴

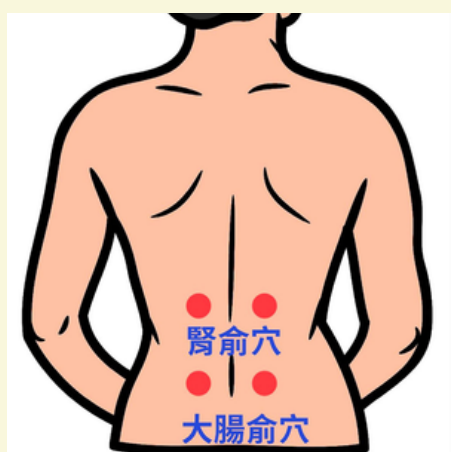
如何拔罐治療？便秘



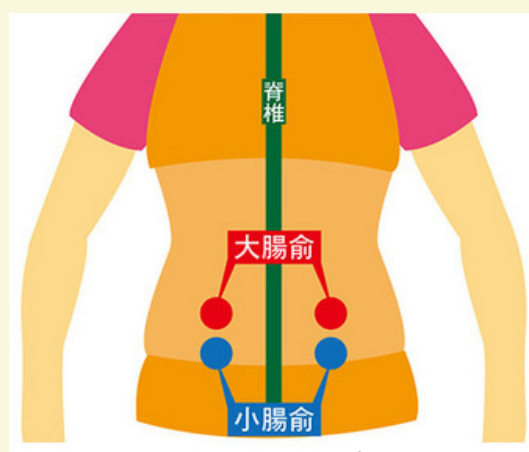
胃俞穴



脾俞穴

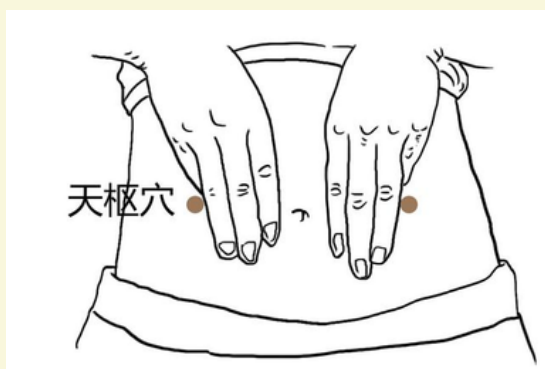


大腸俞穴

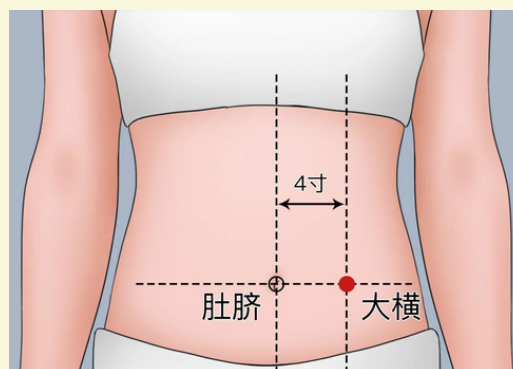


小腸俞穴

如何拔罐治療？便秘



天樞穴



大橫穴



腎俞穴



水道穴

如何拔罐治療？肩關節痛

肩前穴



肩髃穴、
肩髃穴



如何拔罐治療？肘關節痛

曲池穴

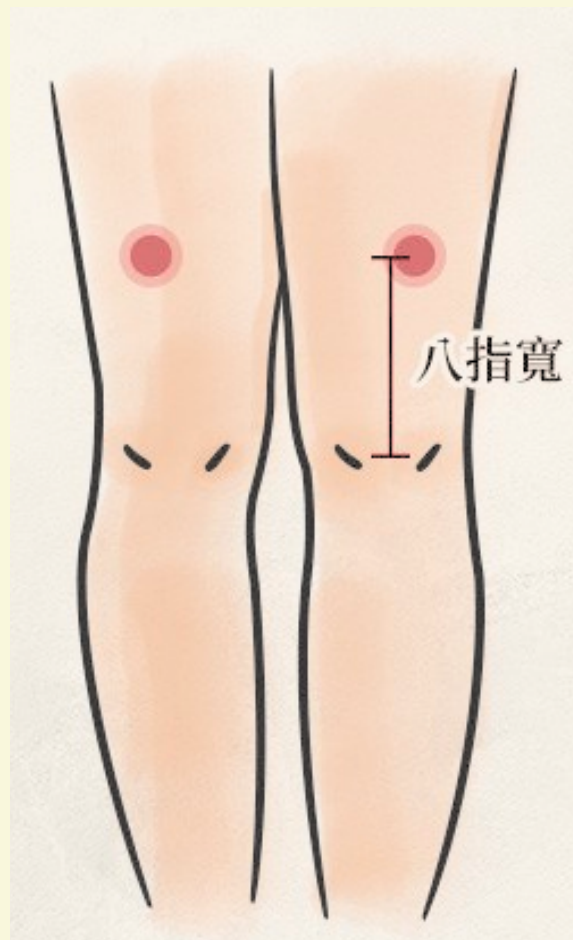


手三里穴



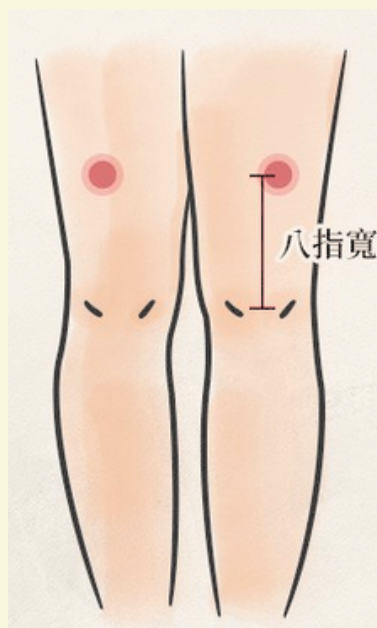
如何拔罐治療？ 臍關節痛

伏兔穴

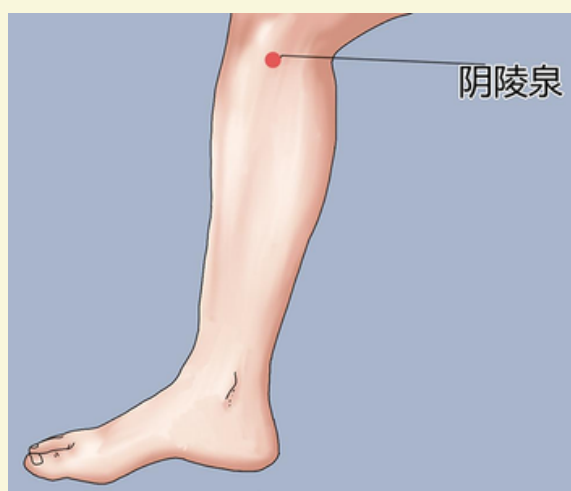


如何拔罐治療？膝關節痛

伏兔穴



陽陵泉穴





注意事項

1. 最多每星期進行1次拔罐，並選擇肌肉比較豐厚的位置，例如肩膊、腰背、大小腿、腹部及臀部等進行拔罐
2. 無論玻璃或是塑膠罐，拔罐停留時間大約10分鐘，以免產生水泡
3. 拔罐後，皮膚毛孔會打開，建議3小時內不應洗澡，同時要做好保暖，避免著涼感冒

不宜進行拔罐人士

1. 容易皮膚過敏、皮膚發紅、起水泡，或皮膚病患者
2. 發燒等患病期間
3. 罹患血小板減少症、出血性疾病
4. 孕婦、心腎或呼吸功能衰竭、嚴重水腫人士不宜
5. 本身太過疲勞、狀態較差都不適合



如有任何疑問，
請諮詢註冊中醫師



如要了解更多中醫藥知識，
可掃描以下二維碼

