

一、認識拔罐療法

拔罐是一種中醫外治法，透過將罐內空氣抽出形成負壓，吸附於身體各經絡或穴位，有助緩解疼痛、促進血液循環、祛風散寒與調節身體機能。

二、治療前需知

1. 保持清潔，移除敷貼藥膏等異物。
2. 穿著寬鬆衣物，便於露出治療部位。
3. 避免空腹或過飽治療，保持輕鬆情緒。
4. 建議由家屬陪同，治療過程保持穩定臥姿。
5. 若您有皮膚病、出血傾向、懷孕、心臟病、癲癇等病史，請務必告知醫師，以利評估是否適合治療。

三、治療中需知

1. 拔罐時可能感覺緊縮、牽拉感、發熱或輕微刺癢為正常反應；如有頭暈、胸悶、冒汗、呼吸不順或強烈疼痛，請立即告知醫師或護理人員。
2. 請勿自行移動身體或改變姿勢。

3. 一般治療時間為5~10分鐘，不宜過長，以免產生水泡或皮膚損傷。

四、治療後需知

1. 拔罐部位起罐後局部皮膚呈現紅紫色、微濕潤、有罐口深痕，中間凸起為正常現象，數小時後或2~3天會自行消失，保持清潔乾燥即可。
2. 建議多喝溫開水，促進新陳代謝，避免喝冷水或冰品。
3. 拔罐處如有水泡，不可自行刺破，請使用乾淨紗布覆蓋並持續觀察，避免感染。
4. 若有發燒、紅腫、劇烈疼痛等症狀，應立即就醫。

五、拔罐禁忌

1. 皮膚潰瘍、皮膚病變處。
2. 肌肉消瘦、骨突明顯處、大血管及毛髮過多部位。
3. 極度虛弱或全身浮腫者。
4. 孕婦之下腹部、乳頭、心前區等部位禁止拔罐。
5. 六歲以下兒童或七十歲以上長者須由醫師評估後進行。

6. 血友病、重度心臟病患者不建議接受拔罐。

六、各種臨床常見的罐印顏色說明：

1. 青色：表示有瘀血或痛症。
2. 紫色：表示病位較深以及有瘀血在裡面的病症。
3. 紫黑色：印痕紫黑或丹痧明顯，表示寒濕重或患有血瘀證，代表局部受寒邪，導致氣血不通的寒瘀證。
4. 鮮紅色：罐印鮮紅，大多是熱證或中暑、暑痧及外感風熱等現象。
5. 暗紅色：多為局部或相應經絡、臟腑有積熱；大多伴隨罐內有蒸氣或水氣，表示體內或局部有水氣聚集，多為濕證。
6. 鮮紅帶有水泡：代表體內或局部有濕熱現象。
7. 黑色：代表寒邪較重或有瘀血。色澤灰而乾，代表瘀血日久，病體較虛。黑色發亮，則表示寒濕深重。

治療過程若有印痕、異常感覺和反應逐漸減少或消失，表示病情逐漸好轉。

七、參考文獻

張文強、李明芳(2020)·拔罐療法在慢性疼痛病患之應用探討·*中醫藥學報*，38(2)，45 - 51。

陳志豪、吳佩雯(2021)·拔罐治療後皮膚反應與照護指引初探·*台灣中醫護理雜誌*，20(1)，12 - 18。

Wang, X., Zhang, X., Elliott, J., Liao, F., Tao, J., & Jan, Y. K. (2020).Effect of Pressures and Durations of Cupping Therapy on Skin Blood Flow Responses. *Frontiers in bioengineering and biotechnology*,8,608509.
<https://doi.org/10.3389/fbioe.2020.608509>

義大醫院

地址：高雄市燕巢區角宿里義大路1號

電話：07-6150011

義大癌治療醫院

地址：高雄市燕巢區角宿里義大路21號

電話：07-6150022

義大大昌醫院

地址：高雄市三民區大昌一路305號

電話：07-5599123

本著作權人非經著作權人同意不得轉載翻印或轉售

著作權人：義大醫療財團法人

19.8×21cm 2025.10 印製 2025.10 新設 HA-8-0029(1)

中醫拔罐 治療須知



 義大醫療財團法人
E-DA HEALTHCARE GROUP