

浅谈中国与韩国刮痧疗法的研究简况及展望

李贤俏 杨金生 李基赫

(中国中医科学院针灸研究所, 北京, 100700)

摘要 探讨刮痧疗法在韩国的研究情况和发展现状, 本文通过对韩国刮痧疗法的发展简况、理论基础、临床运用、科研情况等方面进行分析, 发现近年来中国刮痧疗法作为一种非药物疗法在韩国得到了较为广泛的应用, 其基础与临床研究也在不断深入, 中国的刮痧疗法目前已成为中医特色治疗项目, 但在韩国, 刮痧疗法在医学界尚未得到公认, 普及范围还不是很广, 更多的只是在皮肤美容店、民间诊所中运用。现将其研究简况介绍如下。

关键词 刮痧疗法; 韩国刮痧

Current Stituation and Prospects on Scraping Therapy in China and South Korea

Li Xianqiao, Yang Jinsheng, Li jihe

(China Academy of Chinese Medical Sciences Institute of Acupuncture and Moxibustion China Academy of Chinese Medical Sciences, Beijing 100700, China)

Abstract For discussing about researching and current development of scraping in South Korea, this study analyses in terms of developing of scraping, basic theory, clinical application and scientific research of scraping in South Korea. It is shown that Chinese scraping, as a kind of non-medicinal treatment method, is used relatively universally in South Korea in recent years and the basic theoretical research and clinical research are becoming increasingly intensive. In China, scraping has been recognized as a treatment method that has specific characteristics of traditional Chinese medicine, whereas in Korea, scraping is not recognized by the academic field of medicine. Therefore, it is more likely used in skin beauty salons and private clinics rather than applied in a wider range. Following is introduction of the study.

Key Words Scraping; Scraping in South Korea

中图分类号: R244.4 文献标识码: A doi:10.3969/j.issn.1673-7202.2014.05.035

刮痧疗法历史悠久, 经过数千年的传承与发展, 目前已广泛应用于内、外、妇、儿科等的多种病症。作为一种具有保健与治疗双重功效的自然疗法, 在追求回归自然的国际医学大环境下有着良好的发展机遇。韩医一直非常重视中国传统中医学理论及疗法, 其中针法、灸法、按摩、拔罐等疗法在韩国被广泛应用。尤其是近年来, 韩国对中国刮痧这种非药物疗法的基础与临床有深入研究, 下面简要介绍韩国与中国刮痧疗法的发展简况、理论基础、临床应用及科研等情况。

1 韩国刮痧疗法

1.1 发展简况 韩国刮痧疗法原称为“清血疗法”, 是在经络理论指导下, 以清除秽浊的血液为目的, 用表面光滑的铜钱、勺子等工具, 通过在皮肤上刮、揪、鼓打等刺激, 达到内病外治, 强化人体自然治愈力的一种代替疗法。在韩国, 白女士是较早使用刮痧疗法治病的人, 20 世纪 50 年代白女士从青海省学习后, 用刮痧疗法给当时在韩国战争后因疾病受苦的很多难民治疗, 从

那时, 韩国人民开始逐渐知道了刮痧疗法。后来她把刮痧疗法传给自己的后人。李裕善在医科大学里也讲过这种独特自然非药物疗法, 从而开始了更深入的理论研究。1996 年李氏出版了关于刮痧疗法在韩国的第一本书《啊? 用勺子治疗疾病...》^[1], 同时创立了韩国刮痧协会, 举办各种培训活动, 拥有近 1000 名会员。韩国大众从这时开始认识了中国的非药物自然疗法 - 刮痧疗法。

李氏强调韩国刮痧疗法的理论依据包括西方的内脏体表反射理论^[2] (Reflexology) 和东方的全息经络理论。内脏体表反射理论指体内脏器的情况会反映在外部, 包括皮肤、肌肉等联系组织, 通过刺激头、躯干、四肢的皮肤反应点可反映整个身体的内部器官结构, 改善皮下毛细血管的血液循环, 从而达到治疗内脏异常的目的。这是 1913 年美国 Dr. William Fitzgerald 将欧洲广泛知道的地带理论^[3] (Zone therapy) 从别的角度审查、体系化的理论。韩国的刮痧疗法认为与皮肤相

近的经穴(末梢神经)受到一定的刺激,循经络(神经网)通过传达气的流注(神经信息)或受到从脑神经传达而来的信息,反馈给末梢神经^[4]。

刮痧疗法在韩国的应用受到其推广度及熟识度的影响,刮痧疗法的主要理论依据是中医的整体观和经络学说。同时韩国刮痧疗法以地带理论为依据,是与中国全息理论相似的概念,刮痧疗法中运用的生物全息理论是通过刮拭各组织器官在体表的全息区和穴位,对机体进行全面的调节反应,以达到治疗和保健的目的。生物全息理论深化了中医学的整体观,它不仅为中医的各种诊断、治疗的方法提供了科学的依据,更使中医从理论到实践得到了升华。

1.2 刮痧理论基础 韩国的刮痧疗法机制与中国的几乎相同,其机理是在中医经络学说的指导下,使用水牛角刮板和刮痧油,在人体的一定部位,循经走穴刮拭,从而达到内病外治的作用。通过直接刮拭皮肤,促进微血管血液循环,加强新陈代谢,达到活血化瘀,疏通经络等作用,还可以通过经络信息的传递,调理人体内部气血、津液、脏腑,以及精神、情志等生理和病理状况,从而达到了沟通表里、运行气血、反映病邪、判断病情等作用。

如李裕善^[4]的“毛细血管网说”指出全身血液流动的原动力不在于心脏的泵血过程,而在于毛细血管与毛细管的旁路通道,即以静脉的推动力来完成的。李氏还发现刮痧能改善血浆的黏稠度、血液的流动速度,能促进毛细血管瓣的开放,导致微循环灌流量增加,改善人体血液循环,并提高红细胞的血液供氧能力,给予细胞全新的氧气与营养。他认为刮痧机制如下:1)强化毛细血管与毛细管的旁路通道,促进血液循环;2)刺激皮肤,帮助细胞呼吸氧气,帮助皮肤的四大作用:呼吸作用,调节体温作用,吸收作用,防御作用;3)冲击软弱的细胞,去除皮肤角质层的坏死细胞,促进血液的净化作用;4)通过组织活性促进激素的分泌,调节自主神经;5)通过刺激淋巴结增强抗体,从而提高机体的免疫力,达到抗御疾病的目的。

另外,白承龙^[5]通过观察刮痧治疗后1~2周内的血液中的乳酸浓度变化,认为刮痧疗法能调整乳酸浓度,改善糖代谢,改善末梢循环及组织供血与供氧情况,改善疾病预后。

由于地理位置的邻近,中国文化很早就传到了韩国,医学也不例外。传入韩国的中国刮痧疗法与本土治疗方法相结合,达到了很好的效果。通过笔者总结研究,从总体来看,韩国对刮痧方面的研究还存在一些不足。1)未对刮痧研究人数进行统计;2)对刮痧独特

的操作方法方面还没有标准化;3)刮痧疗法在韩国医学界上还没有地位,关于刮痧疗法的学术论文较少;4)刮痧只是一种自然代替疗法,还没有国家级管理机构,大部分只是用私人研究的经验来介绍刮痧,主要在网上收集、管理会员等。

1.3 科研情况 2000年李氏将中国刮痧专家杨金生^[6]的《治疗疑难病的中国刮痧疗法》翻译成韩文,向韩国人介绍中国的传统民间疗法,最终发展成特色的韩国刮痧疗法,并将“清血疗法”改称“刮痧疗法”,创办了韩国刮痧学会,培养了不少刮痧专家。如崔达熙^[7]在《为了皮肤炎我不再哭》中介绍了自己用刮痧治疗皮炎20年的经验。朴春熙^[8]强调刮痧增强免疫力,提高人体自然治愈力的作用。姜承浩^[9]给韩国人介绍中国民间疗法—刮痧,加深了人们对中国刮痧疗法的认识,还把中国吕季儒^[10]的刮痧专著《400个疾病刮痧处方》翻译成韩文,给韩国人介绍中国刮痧疏经健康法。

韩国刮痧在美容方面的研究,如李景美^[11]的《美丽整容刮痧》介绍了美容刮痧的理论依据,常用经穴。李颖哲^[12]在《自然治愈学》中提出了将刮痧疗法作为保健医疗与自然治疗的新范式,作为维持健康文化的先锋,他提出了西方医学与东方医学的差异,认为东方医学重视治未病。还提出了刮痧疗法是加强人体免疫力的一种自然疗法。《修订刮痧疗法》^[13]介绍了刮痧疗法与磁石、刮痧刺激针、肌肉刺激配合应用。郑圭范^[14]在《图解刮痧疗法》中用图解的方式来解释刮痧疗法。此外还有《无痛刮痧》^[15]、《新世纪自然疗法—刮痧》^[16]、《101个症状刮痧排毒疗法》^[17]等20余部刮痧临床著作^[18-21]。

1.4 临床应用 在韩国刮痧疗法应用的范围很广,如呼吸系统、循环系统、消化系统、泌尿系统、神经系统、免疫性疾病、代谢及内分泌疾病,男科、妇科、儿科等各科疾病。刮痧疗法能达到疏经活络、调整骨关节的结构和功能。金湘骏^[22]采用刮痧疗法改善颈肩筋膜痛症候群的疼痛,结果颈肩部疼痛消失,活动自如,无运动障碍,能恢复正常的工作和运动。姜美英^[23]等应用刮痧疗法减少血脂,增强血管弹性度,提供了刮痧疗法能调整体内脂类代谢状况的依据。另外,文美珍、李连玉等^[24-25]利用美容刮痧法研究体形与颜面大小的变化,发现刮痧可以产生良性的体形变化与缩小颜面大小的效果。金庆熙等^[26]采用刮痧疗法既全面有效地改善人体皮肤状况,又起到对抑郁患者的各项躯体症状的改善作用。李裕善^[4]采用刮痧治疗感冒、高血压、头痛、腹痛、肩胛痛、腰痛、鼻炎、关节炎、膀胱炎,甚至

治疗疑难杂病,例如骨髓癌、中风、口眼歪斜、不孕、交通事故后遗症等,还有近视、慢性疲劳感等,明显改善了亚健康人群的生理状态。

2 中国刮痧疗法

2.1 理论基础

2.1.1 开腠理、行气血 元·危亦林《世医得效方》中绳擦法:“治沙证,但用芝麻蘸水于颈项、两肘臂、两手腕等处夏掠,见得血凝皮肤中,红点如粟粒状,然后盖覆衣被,吃少粥汤,或清油生葱茶,得汗即愈。此皆使皮肤腠理开发郁利,诚不药之良法也。”^[27],明代医家如虞抟《医学正传》谓:“刮、放、焮诸法,皆能使腠理开通,血气舒畅而愈”^[28]。丁凤《医方集宜》云:“北方刺青脉以出气血,南方括胸背手足以行气血,俱为散之义也”^[29]。

2.1.2 通经络、散邪毒、调脏腑 王肯堂《肯堂医论》称:“痧胀由于十二经络清浊不分,流溢于奇经,致奇经脉现,则为病也,乃邪气滞于经络,每见刮刺,开通经络,而效尤捷也”^[30]。张景岳《景岳全书》则称:“今东南人有括沙之法,以治心腹急痛,盖使寒随血聚,则邪达于外而脏气始安,此亦出血之意也”^[31]。

2.2 现代临床应用 近年来刮痧疗法在临床得到了广泛应用,根据文献报道统计,刮痧疗法已应用到内、妇、骨伤、儿、皮肤科各科。刮痧不仅作为单一治疗方法应用,为加强治疗效果,还多配合有针刺、艾灸、推拿、刺血、拔罐等中医传统治疗方法,适宜病种更加广泛。现总结如下。

内科:单纯性肥胖症、发热、肺癌、风湿病、肝炎、肝硬化、感冒、冠心病、黑眼圈、急慢性胃肠炎、急性腹泻、咳嗽、慢性咽炎、慢性阻塞性肺病、面瘫、偏头痛、前列腺炎、上呼吸道感染、失眠、头痛、胃肠功能紊乱、胃痉挛、胃脘痛、消化性溃疡、眩晕、周围性面神经麻痹、咽喉病。

骨伤科:风寒湿型痹证、背部肌筋膜炎、第三腰椎横突综合征、肱骨外上髁炎、股外侧皮神经炎、关节炎、踝关节损伤、急慢性肩周炎、急性菱形肌损伤、肩胛背部软组织劳损、肩胛提肌损伤、肩袖损伤、肩周炎、急性软组织损伤、急性腰扭伤、颈椎病、眶上神经痛、菱形肌损伤、落枕、强直性脊柱炎、膝关节骨性关节炎、纤维肌痛综合征、胸椎小关节紊乱、腰肌劳损、腰扭伤、腰椎间盘突出症。

妇科:产后缺乳、更年期耳鸣、更年期综合征、急性乳腺炎、盆腔炎、乳腺炎、乳腺增生、痛经。

皮肤科:痤疮、带状疱疹、带状疱疹后遗神经痛、皮肤瘙痒、神经性皮炎、黄褐斑、脱屑性红皮症。

儿科:小儿抽动一秽语综合征、小儿发热、小儿腹泻、小儿感冒、小儿食积、小儿哮喘、小儿厌食症、小儿遗尿、小儿支气管肺炎、儿童多动症。

五官科:假性近视、麦粒肿、慢性鼻窦炎、眼科病。

急性病症:中暑、胃肠痉挛、高热。

其他:慢性疲劳综合征、慢性疼痛、亚健康、抑郁症。

刮痧作为中医特色疗法,是一种兼治疗和保健双重功效的自然疗法,具有活血化瘀,疏筋通络,通经止痛,调血行气,祛邪排毒,清热解毒,开窍醒神,健脾和胃等作用。尤其在当前,随着科技的发展,人类平均寿命不断增长,同时老年病、疑难病也在增多,医药费用昂贵,且药物有不良反应,现今人们对生活质量要求的提高,更加崇尚自然健康的生活方式和治疗方法。刮痧具有方法简便易行、作用持久、无不良反应、价格低廉、应用广泛、疗效显著等特点,并可收到有病治病、无病强身之效果。是中国传统医学自然疗法之一,适应当今时代的需求,作为非药物疗法具有很好的推广实用价值。

刮痧的报道多是个案报道,缺乏系统的研究,且操作方法及疗效评定尚无统一认识,所以为推广刮痧疗法在普通群体中的应用,需要加强刮痧操作与疗效标准的研究,这次选取刮痧疗法与针刺疗法治疗非特异性腰痛,就是评价刮痧疗效,为刮痧的推广应用提供数据支持。

2.3 现代规范操作研究 刮痧在临床上已广泛应用,现在使用刮痧技术的主要有三类职业:一是临床医师,如针灸科、理疗科、中医科、康复科医师或社区医务人员等;二是中医刮痧师,主要指专业的刮痧技师;三是保健刮痧师,主要从事刮痧保健的人员^[32]。为规范刮痧实际应用,相关部门分别制定了与其相对应的操作规范。临床医师和中医刮痧师进行刮痧治疗时应遵守两个规范:一是《针灸技术操作规范 - 刮痧(审批)》(GB/T21709.22)。二是由国家中医药管理局国家职业技能鉴定指导中心于2009年组织编写的《国家中医药行业特有工种职业技能鉴定培训教材 - 中医刮痧师》^[33],保健刮痧师操作规范有3个:一为2005年由劳动保障部中国就业培训技术指导中心组织编写的《保健刮痧师国家职业资格培训教程》^[34];二为2010年由中华中医药学会和世界中医药学会联合会中医特色诊疗研究专业委员会联合发布的中医行业标准《中医保健技术操作规范 - 保健刮痧》(ZYYXH/T159-2010)^[35];三为国家中医药管理局医政司组织编写的《常用中医养生保健方法技术指南 - 刮痧》。

2.4 现代实验研究

2.4.1 形态学研究 “痧象”是皮肤经刮拭后所出现的皮下充血和出血改变。因为刮痧主要作用于皮肤组织,皮肤包括表皮、真皮、皮下组织,皮下含丰富的微血管及末梢神经。经过刮痧手法刺激可导致皮下微血管扩张变形,甚至扭曲破裂,导致血细胞聚集瘀滞成团,血液外溢,皮肤局部形成瘀血斑,这就是“痧”,即“痧象”。

田宇瑛^[36]等用轻重不同手法刮拭健康家兔脊柱两侧中段皮肤,采用激光多普勒血流成像技术观察其刮痧后皮肤血流灌注量的变化和皮肤组织形态学变化情况,结果显示无论是轻手法还是重手法,局部血流灌注量较之前都有明显升高,皮肤形态学显示重刮区皮肤血管扩张并有瘀滞成团的血细胞存在,轻刮区皮肤血管扩张不如重刮区明显,未见有瘀血现象存在。

2.4.2 生理学研究 从现代医学观点来看,刮痧作用机理可能在于它使微细血管扩张或者破裂,造成充血或瘀血,化为一种刺激源,形成一种反射,以活跃生理机能并改善血液循环,促进细胞代谢,促进毒素排泄,增强机体免疫力,以达到抗御疾病,促进身体康复的作用。

Musial F^[37]等从神经生物学方面对刮痧疗法进行了研究,提出刮痧作为一种反射疗法用于慢性疼痛的治疗,其作用机理可能是在伤害感受器(Nociceptor)和脊髓水平。

刘荣花^[38]等通过建立大鼠耐力训练模型,研究经络刮痧对训练大鼠肝脏组织抗氧化能力及运动能力的影响,实验证明:经络刮痧可提高大鼠肝脏 SOD, CAT, GSI - Px 等抗氧化酶的活性,加速 MDA 的消除速度,使自由基的消除加快和产生减少。另外,经络刮痧可以降低由于长时间力竭运动造成的血清 ALT 的升高,保护肝脏组织,促进糖原的合成。能协同运动训练延长大鼠跑台运动时间,延缓运动性疲劳的发生,提高运动能力。

中国中医科学院中医基础理论研究所的刮痧专题组^[39]对高血脂症家兔脊背沿督脉刮痧,术后不但能降低血清脂质含量,改变脂蛋白成分,还能降低全血黏度及血浆黏度,对红细胞聚集性的增强与红细胞变形能力的减弱均有抑制作用,并能抑制血小板聚集,而使家兔主动脉和心肌各部位血管内脂质斑块的形成减少。说明刮痧对家兔实验性高血脂症和动脉粥样硬化有明显的防治作用。

2.4.3 免疫学研究 刮痧能够引起血液中白细胞的变化,能调节粒细胞和淋巴细胞数量,增强人体的免疫

作用,从而达到治病、防病的效果。

曾上劫^[40]研究观察经络刮痧治疗痧证时对白细胞的影响变化,发现刮痧能对白细胞系统产生一种良性的增高刺激,并且在粒细胞显著性增高的同时,淋巴细胞数也显著性增高。崔向清^[41]研究了刮痧疗法对大鼠和人体抗氧化及免疫功能的影响,认为刮痧具有抗氧化和提高免疫力的作用。王珂^[42]等人在白鼠背部督脉刮痧后得出结论:刮痧作为一种诱导因素能够降低白细胞的炎性反应,这可能是其临床退热的作用机理之一,还能明显升高体内总胆红素水平,是对疾病良好治疗作用的部分机理。

分析目前刮痧的实验研究,临床作用机理的探讨较少,而基础实验研究更少,对其作用机理的认识停留在推测阶段,尤其是对其作用通路的研究尚属空白。由此可以看出,刮痧所谓的活血化瘀、改善微循环,排毒解毒、促进新陈代谢,补益气血、提高人体免疫力等功效,多为学者根据临床效果推测而来。所以刮痧疗法作用机制的基础研究亟待开展,以便更好的指导刮痧的临床应用,为刮痧疗法的推广提供更加充足的现代科学理论支持。

3 展望

3.1 需要加强刮痧疗法作用机理研究 通观所搜集文献,在众多韩国的刮痧治疗当中,大多为临床应用报道和疗效观察,作用机理的探讨较少,其实实验研究甚少。因此,要加强相应的工作,把临床观察和实验研究结合起来,从多角度、多层次阐述刮拭穴位、经络和部位的关系;探讨刮痧与针灸、按摩之间的异同,使刮痧疗法的作用机理更加明确,以促进刮痧疗法在临床中的推广应用。

3.2 需要开展刮痧对单一疾病治疗规范临床研究

迄今为止,韩国刮痧疗效评定标准无统一认识,这直接影响对疾病疗效的比较分析和客观评价。刮痧疗法具有严格的刮拭方向、时间、手法、强度和适应证要求,如果操作不规范,就容易出现不良反应,甚至加重病情,因此对刮痧疗法的规范研究具有重要意义。中国 2009 年已有《刮痧技术操作规范》国家标准的制定,这对提高中医刮痧临床疗效、规范刮痧临床应用、加快中医药技术标准化进程具有深远意义。根据不同病症研究并制定相应的操作规范,使之成为外治法体系中既具有实用性又具有科学性的一门学科,以便更好地普及和推广。

3.3 需要建立国家级、全国性的统一标准管理 在中国,刮痧疗法一直被中国人民所熟知,其不仅可被应用于保健,亦可被应用于疾病的治疗,具有防、治两大作

用。同时刮痧疗法具有简、便、验、廉的特点,因此在中国的传统医疗评定中,刮痧疗法一直为中国人民所采用。然而在韩国刮痧疗法仅被少数医生应用治疗,不仅掌握该技术的人员较少,而且其适应证亦有所缩减,不能充分发挥刮痧疗法“防、治”的特点。在韩国医学界对刮痧疗法还没有彻底认识,研究不如中国活跃,没有像中国国家级管理,通过正规的学习和培训进行鉴定考核。而且在韩国,刮痧协会发放的是“刮痧疗法师”资格证,其使用对象主要包括两类:一是临床医师,如韩医科、针灸科和社区医疗人员等;二是保健刮痧师,主要在诊所或者皮肤美容店从事刮痧保健的人员施用。这对刮痧治疗的环境有了限制。因此需要建立一个全国性的统一标准,使其规范化,这样才能对刮痧行业人才的培养起到促进作用。

韩国的刮痧疗法是传统中医在韩国继承发展并显出神奇效果的一项医学技术,它有神奇的功效,却因其不能适应快节奏社会的发展而日渐式微。希望更多的人关注韩国刮痧疗法,从而充分发挥其优势和特色,并利用现代科技克服其弊端。

参考文献

- [1] 李裕善. 啊? 用勺子治疗疾病…[M]. 首尔文化社,1996:3.
- [2] Pauline Wills. The reflexology manual: an easy - to - use illustrated guide to the healing zones of the hands and feet[M]. Healing Acts Press, 1995.
- [3] William H. Fitzgerald, Edwin F. Bowers, White George S. Zone therapy [M]. Health Research Books,1994.
- [4] 李裕善. 清血疗法与中国刮痧健康疗法[J]. 韩国精神科学学会报, 2000,4(12):11-19.
- [5] 白承龙. 清血疗法对血液中乳酸浓度的影响[J]. 大韩物理治疗学会报,1997,9(1):147-156.
- [6] 杨金生,李裕善,李贤俏. 治疗疑难治病的中国刮痧疗法[M]. academybook,2000:03.
- [7] 崔达熙. 我不再哭为了皮疹[M]. academybook,2004:08.
- [8] 朴春熙. 自然治愈总论[M]. arthousebook,2009:06.
- [9] 姜承浩,高恒俊,刘镇浩. 关于刮痧疗法的考察[J]. 大韩针灸学会报,2000.17(3):45-56.
- [10] 吕季儒. 400 个疾病刮痧处方[M]. 韩首出版社,2005:11.
- [11] 李景美. 美丽整容刮痧[M]. 辉星出版社,2008:07.
- [12] 李颖哲. 自然治愈学[M]. arthouse,2008:05.
- [13] eBook 编辑部. 修订刮痧疗法[M]. 光门阁,2005:01.
- [14] 郑圭范. 图解刮痧疗法[M]. 英楠出版社,2004:10.
- [15] 清月. 无痛刮痧[M]. 艺拿路,2011:08.
- [16] 郑圭范. 新世纪自然疗法 - 刮痧[M]. 英楠出版社,2001:03.
- [17] 金福映. 101 个症状刮痧排毒疗法[M]. 辉星出版社,2009:09.
- [18] 郑圭范. 神秘的刮痧疗法[M]. 雄振出版社,2006:03.
- [19] 南山. 刮痧疗法[M]. 早晨出版社,2008:04.
- [20] 李邱那,林郑道,松仁钟. 刮痧疗法(专家用)[M]. 长门山出版社, 2006:07.
- [21] 金恩纪. 刮痧疗法[M]. 大星医学社,1999:07.
- [22] 金湘骏. 刮痧疗法对颈肩筋膜痛症候群的疼痛减少引起的效果 [C]. 国际同代代替医学学会,2011.
- [23] 姜美英等. 刮痧疗法对女大学生的身体组成,血中脂质与血管弹性度引起的影响[J]. 韩国人体美容艺术学会,2011.12(1):127-142.
- [24] 文美珍等. 利用美容刮痧法的体形变化研究[C]. 韩国时尚事业学会,2008.
- [25] 李连玉,郑仁庆. 利用刮痧道具的经络按摩对颜面大小变化的效果研究[J]. 大韩皮肤美容学会报,2010.8(4):1-11.
- [26] 文美珍,金庆熙. 利用美容刮痧法解除生活压力与抑郁症的研究 [J]. 韩国美容学会,2008(1):123-125.
- [27] 危亦林编著. 王育学点校. 世医得效方[M]. 北京:中国中医药出版社,1996:36.
- [28] 虞岭. 医学正传[M]. 北京:人民卫生出版社,1965:20.
- [29] 丁凤. 医方集宜[M]. 上海:上海科学技术出版社,1988:74.
- [30] 王肯堂. 肯堂医论. 见:陆拯. 王肯堂医学全书[M]. 北京:中国中医药出版社,1999:2422.
- [31] 张介宾. 景岳全书[M]. 上海:上海科学技术出版社,1959:443.
- [32] 王莹莹. 指导:杨金生中国刮痧规范研究现状及展望[J]. 中国中医药信息杂志. 2011,18(12):4-6.
- [33] 杨金生. 国家中医药行业特有工种职业技能鉴定培训教材一中医刮痧师[M]. 北京:中国中医药出版社,2009.
- [34] 劳动和社会保障部中国就业培训技术指导中心. 保健刮痧师国家职业资格培训教程[M]. 北京:中国劳动社会保障出版社,2005.
- [35] 中华中医药学会,世界中医药学会联合会中医特色诊疗研究专业委员会. 中医保健技术操作规范 - 保健刮痧[S]. 北京:中国医药科技出版社,2010.
- [36] 田宇瑛,王莹莹,杨金生,等. 刮痧对家兔皮肤血流灌注量及组织形态学影响比较研究[J]. 中医外治杂志,2009,18(6):8-9.
- [37] Musial F, Michalsen A, Dobos G. Functiongal chronic pain syndromes and naturopathic treatments; neurobiological foundaions [J]. Forsch Komplementmed,2008,15(2):97-103.
- [38] 刘荣花,马亚妮,熊正英. 经络刮痧耐力训练大鼠肝组织抗氧化能力及运动能力的影响[J]. 陕西师范大学学报:自然科学版,2010,39(5):102-108.
- [39] 中国中医研究院基础理论研究所,刮痧专题组,康而福国际健康事业(北京)有限公司. 刮痧对家兔血液流变学的影响[J]. 河南中医,1996,16(1):26-27.
- [40] 曾上劼. 经络刮痧前后细胞变化分析[J]. 黑龙江中医药,2003(1):41.
- [41] 崔向清. 刮痧疗法对大鼠和人体抗氧化及免疫功能影响的初步研究[D]. 北京:中国中医科学院,2009.
- [42] 王珂. 蒋燕. 张秋菊. 等. 刮痧前后大鼠胆红素,SOD,IL-1,IL-6 白细胞的变化[J]. 北京中医药大学学报,2009,32(9):618-620.