



看懂拔罐后的罐印“密码”

拔罐有着悠久的历史，早期使用兽角和竹筒作为器具。随着技术的发展，拔罐器具经历了从金属到陶瓷再到玻璃的演变，现代则更多采用抽气罐、挤压罐和电磁罐。这些创新不仅提高了操作的便捷性，还扩展了拔罐的适用症状，使其从传统的吸拔脓血发展到能够治疗多种内外科疾病。

拔罐疗法的原理

拔罐疗法是一种通过在皮肤形成负压，从而促进血液循环、调节体内气血的传统中医疗治方法。常见类型有火罐、水罐、气罐等，各有适用症状与操作方法。

拔罐疗法的原理是在人体特定部位快速形成负压，使皮肤及下层组织抽吸上升，形成充血反应。这种物理吸引作用有以下功效：促进血液循环，使局部血管扩张、血流量增加，改善供血和供氧；通过反射作用调节神经系统功能，减轻痛感、放松肌肉；加速新陈

代谢，促进代谢排毒；通过物理拉伸解除肌肉紧张和疼痛。

适合拔罐的部位

很多疾病都是由于气血不通引起的，脊背作为气血循行的主干道，最害怕淤积。只有脊背这个枢纽通了，气血运行通畅了，才能带走淤积，滋养全身，祛除疾病，所以也有“捏脊治百病”的说法。膀胱经是人体最大的排毒通道，拔罐、按摩选择最多的部位就是后背，在后背还可以进行刮痧、捏脊、踩背等治疗。

拔罐的好处

1. 拔罐可逐寒祛湿、疏通经络、行气活血，能调整阴阳平衡、解除疲劳、增强体质，达到扶正祛邪、治愈疾病的目的。例如，中年人常见的筋骨疼痛属风湿入骨，拔罐可吸出湿气，促进血液循环，治疗风湿“痹痛”等不适。
2. 拔罐的调节作用基于负压或温热作用，例如，自家溶

血等良性刺激经向心传导至大脑皮层。负压作用下，皮肤表面有大量气泡溢出，加强局部气体交换。负压还使局部毛细血管发生通透性改变、破裂，产生瘀血和自家溶血现象，起到行气活血等良性刺激，促其恢复正常功能。

3. 火罐、药罐会产生温热作用，能使血管扩张，促进局部血液循环，加速体内废物和毒素排出，改变局部营养状态，增强抵抗力，起到温经散寒等作用，促使疾病好转。温热刺激经反射途径传到中枢神经系统，调节大脑皮层兴奋与抑制趋于平衡，加强其对身体各部分的调节功能，使患部组织代谢旺盛，促进机体恢复，调整阴阳失衡。
4. 调节微循环，提高新陈代谢，加强淋巴循环，活跃淋巴细胞吞噬能力。此外，拔罐后的自家溶血产生类组织胺物质，能刺激器官增强功能活力，有助于机体功能恢复，改善血液循环、放松身体。

拔罐后的身体反应

1. 罐印紧黑而暗，一般表示体有血瘀，如痛经或心脏供血不足。患部受寒较重，也会出现此印迹。如印迹数天不退，通常表示病程已久，需要较长的时间来调理；如走罐时出现大面积黑紫印，提示风寒所犯面积大，应以对症驱寒为主。
2. 罐印发紫伴有斑块的，一般提示有局部寒凝血瘀。
3. 罐印呈散在性的紫点，深浅不一，一般提示为气滞血瘀之症。
4. 罐印淡紫发表伴有斑块的，一般提示以虚症为主，兼有血瘀。如斑点在穴位处明显的，表明此相关内脏虚弱，比如在肾俞穴处呈现，则提示肾虚。
5. 罐印鲜红而艳，一般提示阴虚或气阴两虚，阴虚火旺证会出现。
6. 罐印呈鲜红散在点的，通常在面积走罐后出现，不

高出皮肤，如系在某穴及其附近集中，则提示此穴所相关的脏腑异常或存在病情。

7. 走罐或吸拔罐后没有罐印或不明显的，或虽有罐印但启罐后立即消失、恢复常色的，提示身体基本正常或病情尚轻。
8. 行罐或拔罐后容易起水泡的，提示湿气较重。若在患部出现较多小水泡时，预示由水湿所致，想达到理想的疗效，需要连续多次拔罐。

随着病情的好转，罐印也会随之减轻，且不易出现罐印。

拔罐的适应证与禁忌证

拔罐适用于各种急慢性病症，包括但不限于背痛、颈痛、关节炎、呼吸道疾病等。

禁忌证包括皮肤病患者、孕妇、血液病患者等，这些条件下使用拔罐，可能引起不良反应或加重病情。

（柳州市柳南区柳石街道社区卫生服务中心 蓝芳）

“体内特工”：输尿管软镜

一根细长柔软的“魔法镜”导管悄无声息地进入患者的身体，精准找到那些让患者痛苦的结石，并将它们一一粉碎。这不是科幻电影中的场景，而是现代医学中的一项先进技术——输尿管软镜技术。

输尿管软镜技术是一项微创手术，医生将一根纤细、柔软的镜子导管（输尿管软镜）从患者尿道伸入体内，经过膀胱、输尿管，最终到达肾脏，找到结石并用激光将其粉碎。整个过程无需开刀，创伤极小，恢复也更快。简单来说，输尿管软镜就像“体内特工”，能够精准定位并消灭那些隐藏在泌尿系统中的“敌人”——结石。

输尿管软镜如何“消灭”结石

麻醉准备：手术开始前，患者会接受全身麻醉或腰麻，确保手术过程无痛。

软镜“潜入”：医生将输尿管软镜从患者尿道缓缓插入，经过膀胱进入输尿管或肾脏。软镜直径仅2毫米至3毫米，柔软灵活，能够轻松通过泌尿系统的狭窄通道。

锁定目标：软镜前端配备高清摄像头，能够将体内的实时影像传输到显示器上，帮助医生清晰地看到结石的位置、大小和形状。

激光“粉碎”：找到结石后，医生通过软镜的工作通道插入一根细小的激光光纤，利用激光的能量将结石击碎成微小颗粒。

清理“碎片”：粉碎后的结石颗粒可以通过软镜取出，或者自然随尿液排出体外。

哪些结石适合用输尿管软镜治疗

输尿管软镜技术适用范围

广泛，尤其适合以下情况：

输尿管结石：主要应用于位置较高、上移风险较大的输尿管上段结石，其结石清除率为85%至100%。

肾结石：适用于直径小于2厘米的肾盂或肾盏结石，大于2厘米的结石可能需要分期治疗。

特殊类型结石：如胱氨酸结石、尿酸结石等，体外冲击波碎石术效果不佳。

其他治疗失败或特殊的患者：如果体外冲击波碎石术或经皮肾镜取石术未能成功，输尿管软镜技术是一个很好的替代方案。另外也适合于极度肥胖的患者，及伴有轻度出血倾向或不能停用抗凝血药物的患者。

输尿管软镜技术的优势

微创无切口：无需开刀，通过自然腔道进入体内，创伤小，术后恢复快。

精准高效：高清影像帮助医生精确定位结石，激光碎石效率高，手术时间短。

适用范围广：可以处理多种类型的结石，特别是其他方法难以处理的复杂结石。

并发症少：相比传统手术或经皮肾碎石手术，该技术水

后感染、出血等风险较低，患者痛苦小。

住院时间短：大多数患者术后一两天即可出院。

输尿管软镜技术的局限性

尽管输尿管软镜技术优势明显，但也有一些局限性。

费用较高：相比体外冲击波碎石术，输尿管软镜技术的费用较高。

技术要求高：需要经验丰富的泌尿外科医生操作，以确保手术安全和效果。

部分结石难以处理：对于较大的结石（如直径超过2厘米）或特殊位置的结石，可能需要结合其他治疗方法。

注意事项

术前准备：进行血常规、尿常规、凝血功能等检查，确保身体状况适合手术。告知医生病史和用药情况，特别是抗凝药物（如阿司匹林）需提前停用。

术后护理：多喝水，每天饮水2000毫升至3000毫升，帮助碎石排出。注意观察尿液颜色，如果出现严重血尿或疼痛，需及时就医。遵医嘱服用抗生素，预防感染。

定期复查：术后需定期复查，通过B超或CT检查确认结石是否完全排出，并监测是否有复发。

如何预防泌尿系统结石

多喝水：每天饮水2000毫升至3000毫升，保持尿液稀释，减少结石形成的风险。

合理饮食：减少高盐、高脂、高糖食物的摄入，少吃草酸含量高的食物（如菠菜、巧克力）和嘌呤含量高的食物（如动物内脏）。

适量运动：运动可以促进新陈代谢，帮助预防结石形成。

定期体检：通过B超或尿常规检查，早期发现结石，及时治疗。

随着医学技术的不断进步，输尿管软镜技术也在不断升级，未来的输尿管软镜可能会更加纤细柔软，能够轻松通过更狭窄的输尿管，减少手术创伤；新型成像技术也将提供更清晰的影像，帮助医生更精准地定位结石；人工智能激光设备会根据结石的硬度和位置，自动调整能量和频率，实现更高效的碎石。

（柳州市柳江区中医医院泌尿外科 韦乃健）

推动健康知识普及 提高全民健康素养

健康科普

指导单位：柳州市卫生健康委员会 主办单位：柳州日报社
稿件投递：2971813915@qq.com 电话：13977219936