

## 警告：切勿侵犯版權

閣下將瀏覽的文章 / 內容 / 資料的版權持有者為消費者委員會。除作個人非商業用途外，閣下不得以任何形式傳送、轉載、複製或使用該文章 / 內容 / 資料，如有侵犯版權，消費者委員會必定嚴加追究法律責任，索償一切損失及法律費用。

# 拔罐不得其法易受傷

有人採用拔罐輔助防治病痛，亦有不少人在香港甚至北上拔罐以紓緩疲勞，但若拔不得其法隨時出意外。

去年3月有報道指有香港女士北上接受水療拔罐，懷疑治療師用火酒過量導致起火，身體被灼傷。上月又再有報道指有女士在內地拔罐期間，懷疑治療師打翻酒精，令她臉部及身體遭燒傷，連忙返港就醫。

究竟拔罐是什麼？有何效用？市面上有哪些家用拔罐工具？使用時如何避免出意外？



## 什麼是拔罐？

拔罐是一種中醫外治療法，在台灣被視為一種民間療法，通常選用口徑大小不一的瓶子（或稱罐）為工具，常見的是玻璃瓶，也有陶製、竹製的，原理是用火將瓶內的氧氣燒掉而形成負壓，再將瓶子吸附於受用者身上肌肉豐滿部位的皮膚或穴位，根據中醫理論，負壓加上溫熱刺激，會使淺層肌肉中已老化的毛細血管破裂，瓶子吸附的部位會出現充血、瘀血甚或瘀塊，體內的廢物、毒素加速排出，可加快局部血液循環，促進新陳代謝，達到防治疾病的功效。

現時市面上亦有家用真空膠吸瓶

出售，瓶上設有氣閥，將瓶子放在皮膚上，旋轉扭掣或用抽氣槍抽出空氣造成真空，作用與拔罐相同，但缺乏了用火產生餘溫的溫暖功能，每套售價由百多元至數百元不等，視乎瓶子多寡、設計及抽氣方法而定。

## 拔罐留下的紅印一般很快消褪

拔罐後受用者身上會出現紅點和紅印，這些紅印一般三數天內會自動消褪，中醫認為印的顏色深淺和消褪需時的長短可反映病情的輕重，一般來說，顏色深反映病情較重。不過一些血管較薄，或血

管與皮膚較貼近的人士，若拔罐不當，留下的瘀紅色印痕可能不易消散，或須找中醫師治理才好轉。

## 有何功效？

綜合網上資料，拔罐在歷代中醫文獻中論述頗多，《本草綱目拾遺》提及：「罐得火氣合於內，即牢不可脫……肉上起紅暈，罐中有氣水出，風寒盡出。」根據中醫理論，拔罐有行氣活血、舒筋活絡、消腫止痛、清熱排毒、驅風除濕的功效，亦可用以輔助治理風濕痛、胃痛、咳嗽、扭傷、腹痛泄瀉等。

在外國亦不時有拔罐效用相關的研

## 各式拔罐工具



旋轉扭掣抽出空氣的設計，抽氣速度較慢。

真空膠瓶毋須用火，有大小不同的口徑，以配合拔罐的身體部位。

用抽氣槍抽出空氣的設計，抽氣速度較快。



玻璃瓶通常會用火，同樣有大小不同的口徑。

究，2009年6月出版的痛楚期刊 (Journal of Pain) 便刊登了德國一項針對腕管痛症 (carpal tunnel syndrome) 的研究報告，認為在肩膀施用拔罐療法，能有效減輕腕管痛患者的痛楚。

## 施行拔罐

拔罐要有技巧地施行，過程才會暢順、安全和舒服。

- 器具應保持清潔，使用前以75%濃度的火酒擦拭消毒。

- 進行拔罐的地點以安靜、光線明亮、通風及溫度適宜的室內環境為佳。

- 拔罐時受用者可依實際需要選擇仰臥、俯臥、側臥或坐着，拔罐的時間約為5至10分鐘，期間須不時觀察皮膚顏色的變化。在拔罐過程中，應盡量不要移動身體，以免因肌肉活動產生漏氣而使瓶子掉下。

- 拔罐時，依實際需要選擇瓶口大小，通常平坦肉多的地方（如胸背、腰、臀、大腿）可選用大口瓶，而肉少或有骨骼突起處（如關節位或穴位）則應用小口瓶。若發覺不易吸附，可塗抹凡士林於有關部位，以加強瓶口與皮膚間的緊密度。

- 拔罐完畢時，用手指沿瓶口按壓皮膚讓空氣進入瓶內，瓶即脫落，應避免用力

## 投訴個案：拔罐後背上長出水泡

本會近年收到有關拔罐的投訴不多，兩年來共有兩宗投訴，其中一宗的詳情如下：

投訴人稱前往某健康中心進行拔罐療程，期間醫師在其背上拔罐，約數分鐘後投訴人感到背部痛楚，但醫師已離去，房中並無召喚設施，投訴人又不能自行除去身上的罐，只好繼續忍痛。約10分鐘後醫師回來發現投訴人背上長出水泡，隨即用針刺穿水泡，再給投訴人數包消毒藥物及敷料等。其後兩星期，投訴人均按醫師指示處理傷口，但因傷在背部，自己難以檢視傷口的癒合情況。雖然醫師堅稱傷口癒合理想，但投訴人卻感到傷口未復原。約一個月後，投訴人認為情況不妙，到醫院求醫，方發現傷口已受感染，需繼續到醫院洗傷口，共支付醫療費\$3,300及傷口護理費\$522。投訴人向本會投訴，稱若事先知道會有長出水泡的風險，會慎重考慮是否進行療程，欲向健康中心追討醫藥費及身心受創的賠償。

本會進行調解時，健康中心負責人認為拔罐過程中，皮膚出現水泡顯示投訴人嚴重「濕熱」，醫師已馬上為投訴人刺穿水泡及護理皮膚，數天後傷口已開始痊癒，但投訴人其後又到醫院由醫護人員剪掉皮膚及護理，健康中心因而表示不會承擔有關責任，但為了息事寧人，願負責約半數的醫療費用\$1,600及傷口護理費\$522。投訴人不接受有關款項，表示會入稟小額錢債審裁處索償。



拉扯皮膚引致不適。

● 拔罐後皮膚會出現紅印，可穿闊大及鬆身衣物遮掩。

### 不是所有人都可拔罐

下列人士不宜進行拔罐：

- 血友病或有凝血功能障礙患者
- 患活躍性肺結核、惡性腫瘤、糖尿病等傳染病或重症者
- 患有精神病或昏迷人士
- 皮膚易過敏或在要拔罐的部位有皮膚病者
- 身體極端枯瘦、露骨不平、毛髮多、肌肉失去彈性人士
- 6歲以下的兒童或70歲以上長者
- 婦女妊娠期間下腹部、胸部、心臟部位不可拔罐，其他部位手法宜輕

過飽、過飢、過渴、醉酒等均不宜拔罐。此外，應避開神經、動脈、心臟等重要腑臟和器官、頸前、頸側等，以免高壓造成血栓導致中風。

### 拔罐可能出現的意外

由於拔罐要利用火酒、火等消毒及減少罐內空氣，如處理不善或技巧欠佳，拔罐過程中受用者可能遭燒傷、燙傷或感疼痛。當火酒塗於受用者的皮膚上但未完全揮發，而火源又接近時，有可能燒傷皮膚，又或於瓶內燒火時過於接近玻璃瓶口、起瓶手法過於急進或吸附在皮膚較細嫩之部位等，都有可能引致受用者受傷，必須小心行

事。提供拔罐服務人士為受用者進行拔罐時，應小心觀察其狀態、反應和變化，隨時適度改變療程或起罐，不宜置受用者不理或自行離開為其他人服務。

### 不懂拔罐勿自行嘗試

有中醫師呼籲市民，如不懂拔罐療法，切勿貿然購買拔罐的器具自行嘗試，尤其需用火的玻璃瓶，因拔罐不得其法後果可大可小，而且每人的體質、病因和狀態不同，若用不得其法，小則可能引致灼傷，嚴重者可令病者暈倒甚至休克，建議有病者應尋求專業人士的治療。

### 內地將訂定保健服務行業標準

根據內地全國保健服務標準化技術委員會的資料，未來將針對內地保健服務行業的技術、服務、管理各方面問題作統一規範，預計最早可望於2010年公布，其中經營足療、洗浴、按摩及拔罐等企業將先受影響。標準規範出台後，經營足療、洗浴、按摩及拔罐的企業需達統一標準，據稱，未達標者將一律不准開業。換言之，目前內地保健服務業的水平尚未有標準或規範，消費者到內地接受服務時應留意服務單位及提供服務人員的質素。

### 衛生署意見

市民若有不適，應向醫護人員求診，以尋求最適當的治療方法。衛生署建議市民在考慮接受拔罐療法時應諮詢中醫師或

有關醫護人員的意見。若以有關的儀器舒緩病情，應對症下藥，配合中醫理論以達到最佳效果。若不當使用不但局限了療法的效用，甚至可能危害病人安全。

### 香港大學中醫藥學院意見

香港大學中醫藥學院姚韜敏助理教授表示，拔罐療法一般多用在風寒濕痹、腰背肩臂腿痛、關節痛、胃痛、傷風感冒、哮喘、扭傷、腹痛泄瀉等病症。中醫師會在適用的病理情況下建議用拔罐作為治療方法，一般中醫須受訓5年，中醫學生在第5年的實習階段可進行拔罐治療。

### 香港註冊中醫學會意見

香港註冊中醫學會會長馮玖中醫師表示，現時本港並沒有特別規定為顧客提供拔罐服務人員的資歷，據悉，大部分註冊中醫師都曾接受相關的訓練，消費者找註冊中醫師進行有關的療程會較穩妥。由於拔罐會應用火酒和火燃燒罐內的空氣達到吸附皮膚的目的，故中醫師拔火罐時一般會非常注重拔罐的安全。拔罐療法對驅風、止痛、初期感冒、濕氣重、風濕和關節痛等有療效，中醫師通常會應用拔罐療法作為此等病症的輔助治療。馮醫師又表示坊間有不少真空拔罐的工具出售，這些拔罐工具較用火的玻璃瓶安全，不易摔碎又不用火，市民可考慮自用保健，但須留意拔罐時間不宜太長。

### 本會意見

本會認為用火、火酒和玻璃瓶的拔罐方法危險性較大，即使使用真空的拔罐工具亦會涉及拉扯皮膚，若由未曾受過適當訓練和技術欠熟練的人士進行，一旦出錯或失手，可能導致損傷甚至影響受用者的健康。本會希望有關當局留意內地將推出的保健服務行業的規範模式作為借鏡，並鼓勵本港相關行業制定行業守則，保障用者安全。



真空拔罐毋須用火，較為安全。