

中医外治疗法临床应用特点、影响因素与展望

王松涛

贵州省安顺市西秀区谢朝芳皮肤诊所, 中国·贵州 安顺 561000

摘要: 中医外治疗法的不断发展和临床实践的不断丰富, 给临床带来许多新手段, 同时也面临一些新困境。面对新时代下的中医外治疗法, 我们不能再用以前的眼光去看待、解决问题。论文从中医外治疗法的特征入手, 分析其现状, 归纳影响其应用的主要原因, 提出加强管理的对策, 思考今后的发展方向, 并呼吁大家一起关注中医, 关注中医外治疗法。

关键词: 中医外治疗法; 应用; 对策

Clinical Application Characteristics, Influencing Factors and Prospect of External Treatment of Traditional Chinese Medicine

Songtao Wang

Xie Chaofang Skin Clinic, Xixiu District, Anshun City, Guizhou Province, Anshun, Guizhou, 561000, China

Abstract: The continuous development of external therapy of traditional Chinese medicine (TCM) and the continuous enrichment of clinical practice have brought many new methods to the clinic, but also faced with some new difficulties. Facing the external treatment of TCM in the new era, we can no longer use the previous vision to look at and solve problems. This paper starts with the characteristics of external therapy of traditional Chinese medicine, analyzes its present situation, sums up the main reasons affecting its application, puts forward the countermeasures for strengthening management, considers the development direction in the future, and calls for everyone to pay attention to traditional Chinese medicine, attention to external treatment of traditional Chinese medicine.

Keywords: external therapy of traditional Chinese medicine; application; countermeasure

0 前言

中医外治疗法历史悠久, 功效显著, 在整个中医治疗过程中起着举足轻重的角色。然而, 由于诸多原因, 其应用领域广泛但不深入, 更多时候只是作为辅助治疗, 远远没有展现出它本有的价值。论文从中医外治疗法的历史、崛起的必然性、面对的现状、影响因素及对策建议等方面进行了论述。

1 中医外治疗法的发展

中医外治疗法, 顾名思义, 是指用药物、手法或器械施加于体表皮肤(黏膜), 从体外进行治疗的方法。

中医外治疗法在中医史上占有极为重要的地位。在中医刚发展的阶段, 是外治疗法先行出现, 如推拿、砭石等方法(按跷、导引), 而方药为主的内治疗法则是从汉朝时期才慢慢被人所知, 甚至当时还不被人接受。在那个时间段, 中医外治疗法为中医的发展立下了汗马功劳。

中医外治疗法在几千年的研究发展中, 也形成了超过百余种方法, 如针灸、按摩、熏洗、针刀、敷贴、膏药、脐疗、足疗、耳穴疗法等。针对不同的病症, 不同的患者, 可以使用不同的治疗方式, 而且效果既快又好。尤其是对于一

些危重病症, 更能显示出治疗的独特性。所以自古就有“良丁不废外治”的说法。

在当代, 中医走出国门, 走向世界的路上, 也是外治疗法先行, 针灸、推拿等已经在很多国家列入医药类院校必修科目。

2 中医外治疗法的现状

2.1 中医外治疗法与现代技术的有效结合

由于现代化科技的发展, 一些新的手段嫁接在中医外治疗法的辨证理论上面, 起到了一定的促进作用。

例如: 现代艾灸这一技术, 将高科技的艾灸治疗仪与传统的方法结合起来, 在实践中得到很好的运用。与传统的方法比起来, 该方法简化了操作流程, 也减少了火灾隐患的发生。再如过去的毫针刺法手段是一种通过对人体的经脉进行刺激, 实现对症治疗的有效方法。而今发明出来的电脑中频经络仪, 通过利用生化电对人体的经脉进行处理。除此之外, 还有很多先进的仪器投入使用, 不仅有利于病人的康复, 同时简化了操作的便利性与安全性。

2.2 中医外治疗法遍布大街小巷

由于经济市场发展越来越快, 人们生活品质需求越来越高, 诸如足疗、拔罐、艾灸等中医外治疗法, 出现在大街

小巷当中。养生会所、推拿馆、足疗店等机构，都在宣传、开展外治疗法。这在一定程度上，对中医外治疗法是一种推广、促进。

3 中医外治疗法推广面对的问题

现在，民间都知道中医外治疗法，但是大多对中医外治疗法认可度并不是很高，很多人只是把它看成一种辅助治疗手段，并没有真正认识到外治疗法的魅力。这也是中医外治疗法在推广时所面临的问题，其原因，笔者分析有以下几点。

3.1 外治疗法操作者的自身专业性。

有些疗法虽然看起来比较简单，如拔罐、刮痧等，但是，如果要做出效果，还是需要真正分析清楚病因病机，包括可能的传变等。每个人的情况并不相同，加之中医的治疗方案，会出现同病异治、异病同治，所以这对更专业的推广提出了挑战。

面对一个患者，我们需要望闻问切，四诊合参，运用中医基础理论和中医诊断学的知识，诊断出该患者究竟什么病什么证。下一步，又需要通过内科学、外科学、经络腧穴学等学科，分析出该病证需要运用何种方式，怎样去调理。例如，该患者用推拿的方法更好，具体推拿哪里，怎么样去推。确定了这些之后，还需要有专业的手法来操作，才可以让正确的思路保质保量的作用在患者身上，从而达到效果。

正因为中医外治疗法内在的专业性很强，所以很多推广开来的只有其表，没有推广到内在的精髓。这也导致很多患者并不了解真正的、有精髓的中医外治疗法，自然不会发自内心的信服。

3.2 市场上的野蛮生长

因为外治疗法有安全有效的优点，很多操作即使做不到位，甚至做错了，也没有生命危险，所以导致市场上鱼龙混杂，除了各种医院之外，还有遍布大街小巷的推拿馆、养生会所、足浴城，也在操作着外治疗法。

这些人有些并没有进行专业的学习，个别甚至岗前培训一个星期就可以上岗。“反正顾客肩颈腰背酸痛，揉一揉总是舒服的。”“反正艾灸下，总是好的。”更有甚者，有些场所培训的都不是中医类知识，而是培训的是如何和患者沟通，如何把产品、项目卖给顾客的技巧。

这种情况虽然表面上表现出中医外治疗法欣欣向荣，比比皆是的繁荣景象，但实际上是在消费中医外治疗法几千年传下来的经典口碑。

而这种情况的泛滥，也让很多民间百姓认为，中医外治疗法只能调理，不能治疗。现在甚至很多中医师都这么认为，觉得拔罐刮痧没啥大用、可有可无。这种理解大错特错。并且带动着把中医外治疗法在民间心目中的地位一降再降，完全没有往日的风采。

其实，每一种流传下来的外治疗法，都是经过上千年的沉淀、积累。能在历史滚滚长河中，没有被淘汰，一定是

有其原因。无论是刮痧，还是拔罐，只要辨别症状，制定了合理的方案，并且操作的到位，一定是有良好的效果。

4 中医外治疗法之崛起

中医外治疗法的崛起是必然的，同时也是众望所归的。

4.1 中医外治疗法有别的治疗方法不可取代的优势。

中医外治疗法安全、副作用少。

比起内治吃药来说，无论是西药还是中药，药物都是需要进入胃肠道，消化吸收后，通过肝肾分解、排泄。所以或多或少都会刺激胃肠道，增加肝肾功能的负担，所以古话有云“是药三分毒”。

而外治疗法则很少需要用到药物。就算是需要用到少量药物，也不经过体内，大多经过皮肤、黏膜吸收，药物成分进入体内需要通过多层屏障，所以对肝肾损害微乎其微。尤其是很多外治疗法，单纯的经过对穴位、皮部、肌肉等进行刺激，从而疏通经络、调整机能，更是没有副作用。

此外，中医外治疗法还有见效快，适应证广的优势。同时有些简单平和的外治疗法，可以自己操作，如艾灸、药浴等。更有助于中医走进千家万户。

4.2 现代人更需要

中医上认为，人的生命健康需要阳气充盈，所谓“得阳者生，失阳者亡”。而现代人生活节奏过快，很多习惯都在耗损阳气。比如说：古代人几乎没有在 10 点，11 点之后才入睡，而现代人则反过来，几乎没有在 10 点之前入睡的习惯。众所周知，白天属阳，晚上属阴。人们的作息应该随着太阳起落相匹配，才能吸纳阳气，也才会更健康。除此之外，现代人还喜欢吃冷饮、喝冰啤酒、吹空调、穿露肩露脐露踝装、好吃肥甘厚腻等，这些都是让人耗损阳气的行为。所以总的来说，现代人体质更偏寒、偏湿，所以更需要通过很多中医外治疗法来排寒湿、调理身体。

同时，随着国家的富强，老百姓生活品质越来越高，除了温饱之外，大家的预防保健意识和需求也在提高。我国从古至今都有“治未病”的说法，在春秋战国时候就有“上医治未病，中医治欲病，下医治已病”的说法。到现在已经有 2000 多年了。大家也越来越意识到预防大于治疗。而中医外治疗法，对我们身体的保养、调理方面有着得天独厚的优势。

如果每个人都了解中医外治疗法，都关注身体健康，注重治未病，则每个人的病痛会少很多。而每个个体好了，那么家庭的健康程度、和谐程度，也会好很多。每个家庭好了，我们的社会也更好了。这对我们中华民族伟大复兴也是有着促进意义。毕竟没有任何一个病恹恹的民族能够强大。

所以说外治疗法的崛起是必然趋势，同时也是众望所归。

5 推广中医外治疗法的策略

5.1 各级中医院起好“根据地”的作用

各个地方的中医院除了治病救人，还应该做好对中医

的宣传教育工作。

现在很多老百姓，口头上觉得中医好，但是实际上感冒生病之后，不会想着吃方药，不会想着针灸拔罐刮痧推拿等，而是吃各种西药。所以，想要将中医治疗方法普及开来，还需要“攻占”老百姓的心。

各级中医院，尤其是基层中医院，不能仅仅治病救人，要做好对中医的宣传教育工作。

宣传方面：可以每周一次针对有医院的百姓的公开课，讲讲生活中一些运用中医的方法。例如，煮红豆薏米粥可以除湿气，感冒发烧头晕可以按揉一下指间十宣，牙疼可以刮痧颊车穴、大迎穴，等等这些实用、常用的方法。老百姓操作过后认可效果，并且简单易学易传播，还不需要花费，自然会认可中医外治疗法，这样中医外治疗法一定会得到普及。

培训方面：可以每周一次针对民间各种推拿师、康复师、足疗手艺人，等进行免费培训。分级别，分课时，进行中医基础理论，中医诊断学，推拿手法等一些基础学科的培训。这样整体提升一线操作者的理论水平和操作手法，不仅能更专业的造福一方百姓，更能够通过他们传递给广大老百姓对中医的认可。这对于中医外治疗法的推广，乃至整个中医的推广都是有着深远意义的。

5.2 有关部门进行监督、管理

有关部门做好有效的监督。监督各级中医院是否按时进行免费培训、宣传。同时，各个开展中医外治疗法的场所是否有按时派人去中医院学习，是否有通过考试等。相信在监督管理下，各培训、宣传一定会有序的进行。待持续一段时间后，民间会整体形成学习中医、探讨中医、运用中医的良好气氛。

6 中医外治疗法的前景

6.1 创新突破，结合现代科技，古法今用

流传到今天的中医外治疗法，经受了历史的考验，必然是精华。同时，现代科技的发展，也是日新月异。很多科技的发展更是源于现代人的需求。所以，几千年发展的中医外治疗法走到了新时代，与现代科技的结合，也是一种发展方式，也更能适应现代人快节奏的生活。

中医外治疗法在未来是要走进千家万户，融入人们的生活中去，一定是需要更方便、干净、安全。而和现代科技结合起来，以中医为魂，以科技为形，古为今用，也才能更适应大众，才能走的更广更远。

6.2 中西医结合也可以是中医外治疗法的方向

理智客观的看待，传统中医与现代医学都有着自身的优点，同时也存在着自身的缺陷。因此，在传统的中医外治疗法中，也可以吸取现代医学的优势，不断完善和充实自己，从而达到改善临床效果和提高病人生活品质的目的。而这中西医的结合，对于促进中国传统医学的健康发展也是具有十分重大的现实意义。

6.3 全民传承中医文化

笔者年幼偶尔有感冒发烧的时候，祖母会用筷子给刮痧，有些时候会拿着小瓶子拔罐，甚至会针刺指尖放血。等之后学了中医，认识了那些穴位，知道了祖母那时候操作的原理，原来这些都是中医知识。

现在回想起来，确实是祖母那时候操作过程存在很多不足，比如消毒、卫生等方面。但是，祖母小学都没有毕业，却会这些方式治疗，而且大多也效果显著。笔者认为这就是中医文化的传承，这就是我们自己的文化，自己的根。反观现在，但凡稍有不舒服，就是吃药打针，甚至输液。把我们祖传的一些中医文化都丢掉了。

现在，国家对包括中医在内的传统文化提供了足够的支持，我们国人也越来越文化自信。再加上我们所有医护人员的努力，一定可以让中医走进所有人心中，走进千家万户，真正为国人的健康保驾护航。

7 结语

中医外治疗法历经数千年，传承到了现在。期间为中华民族无数子民的健康保驾护航，在民族历史长河中立下赫赫功勋。

今天，接力棒交到我们这一代人身上，我们有责任继承、发扬，让中医外治疗法在新时代中散发它应有的光彩。我相信，有我们大家的一起努力，中医外治疗法的普及与崛起也一定会实现。

参考文献：

- [1] 戴宛琳. 中医护理技术应用存在的问题及对策[J]. 中西医结合心脑血管病电子杂志, 2018, 6(8): 16-17.
- [2] 刘丽媛. PDCA在中医护理技术临床推广应用的效果分析[J]. 中国继续医学教育, 2017, 9(24): 231-232.
- [3] 杨艳明, 李清, 秦元梅, 等. 中医护理技术临床应用推广难点及对策[J]. 中医临床研究, 2017, 9(14): 120-122.

作者简介：王松涛(1991-), 男, 中国山西长治人, 本科, 从事针灸推拿研究。