

配有操作演示
与讲解指导光盘



实用

SHIYONG XIAOER TUINA

小儿推拿

主编 任现志

(南京中医药大学)



小儿推拿按摩精美视频
专业手法图解
小儿推拿心得

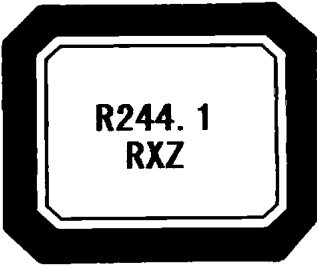


 科学技术文献出版社

R244.1 RXZ

实用·小儿推拿

主 编 南京中医药大学 任现志
编 委 蒋 斌 陈晓征 邵洁雯

A black octagonal label with a white border containing the text R244.1 RXZ.

R244. 1
RXZ

科学技术文献出版社

Scientific and Technical Documents Publishing House

图书在版编目 (CIP) 数据

实用小儿推拿/任现志主编. - 北京: 科学技术文献出版社,
2008.8

ISBN 978-7-5023-5932-4

I. 实… II. 任… III. 小儿疾病-按摩疗法 (中医) IV. R244.1

中国版本图书馆CIP数据核字 (2008) 第011311号

出 版 者 科学技术文献出版社
地 址 北京市复兴路15号(中央电视台西侧)/100038
图书编务部电话 (010)51501739
图书发行部电话 (010)51501720, (010)51501722(传真)
邮 购 部 电 话 (010)51501729
网 址 <http://www.stdph.com>
E-mail: stdph@istic.ac.cn
策 划 编 辑 付秋玲
责 任 编 辑 付秋玲
责 任 校 对 赵文珍
责 任 出 版 王杰馨
发 行 者 科学技术文献出版社发行 全国各地新华书店经销
印 刷 者 北京高迪印刷有限公司
版 (印) 次 2008年8月第1版第1次印刷
开 本 650×950 16开
字 数 240千
印 张 16
印 数 1~
定 价 28



© 版权所有 违法必究

购买本社图书,凡字迹不清、缺页、倒页、脱页者,本社发行部负责调换。

(京)新登字130号

内 容 简 介

小儿推拿是运用一定的手法作用于小儿体表的特定穴位，使经络通畅，气血流通，以调整脏腑功能，达到治病保健目的的一种方法。且小儿推拿对常见病、多发病均有较好疗效，尤其是消化道病症疗效最佳，对小儿某些慢性病及疑难病症均有显著效果。本书介绍了小儿推拿基础、小儿推拿穴位与手法，以及小儿推拿在临床的应用，包括小儿腹泻、呕吐、食积、厌食、便秘、腹痛、脱肛、感冒、咳嗽等。

本书适合儿科中医师、推拿针灸师阅读。

科学技术文献出版社是国家科学技术部系统唯一一家
中央级综合性科技出版机构，我们所有的努力都是为了使
您增长知识和才干。

上 篇 小儿推拿基础

第一章 小儿推拿发展简史 / 2

第二章 儿科学基本知识 / 5

第一节 小儿年龄分期特点与疾病保健 / 5

第二节 小儿生长发育指标 / 9

第三节 小儿生理特点 / 19

第四节 小儿病理特点 / 21

第五节 小儿四诊 / 23

第六节 小儿常用治法 / 31

第三章 小儿推拿基础知识 / 37

第一节 小儿推拿疗法特点 / 37

第二节 小儿推拿治疗原则 / 40

第三节 小儿推拿常用介质 / 45

第四节 小儿穴位定位方法 / 49

第五节 小儿推拿注意事项 / 51

第六节 小儿推拿禁忌证 / 52

第七节 小儿推拿意外的预防与处理 / 52

第四章 小儿推拿的原理 / 55

第一节 中医学对推拿原理的认识 / 55

第二节 现代医学和物理学对推拿原理的认识 / 58



中 篇 小儿推拿穴位与手法

第一章 小儿推拿常用穴位 / 66

第一节 头面颈部穴位 / 66

1. 攒竹 / 66
2. 坎宫 / 67
3. 太阳 / 68
4. 山根（鼻根） / 68
5. 人中 / 69
6. 百会 / 70
7. 高骨 / 70
8. 风池 / 71
9. 天柱骨 / 72
10. 准头 / 72
11. 迎香 / 73
12. 耳门 / 73
13. 桥弓 / 74
14. 牙关（颊车） / 75
15. 承浆 / 75
16. 印堂 / 75

第二节 胸腹部穴位 / 76

1. 天突 / 76
2. 膻中 / 77
3. 中脘 / 78
4. 丹田 / 78
5. 天枢 / 79
6. 脐 / 79
7. 乳旁 / 80



8. 乳根 / 81

9. 肚角 / 81

10. 腹 / 82

第三节 腰背部穴位 / 83

1. 肩井 / 83

2. 大椎 / 83

3. 风门 / 84

4. 肺俞 / 84

5. 脾俞 / 85

6. 肾俞 / 86

7. 脊柱 / 86

8. 七节骨 / 87

9. 龟尾 / 88

10. 腰俞 / 89

第四节 上肢部穴位 / 89

1. 脾经 / 89

2. 肝经 / 90

3. 心经 / 91

4. 肺经 / 91

5. 肾经 / 92

6. 四横纹 / 93

7. 大肠 / 94

8. 小肠 / 94

9. 板门 / 95

10. 内劳宫 / 95

11. 内八卦 / 96

12. 小天心 / 97

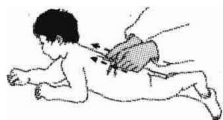
13. 三关 / 98

14. 天河水 / 98

15. 六腑 / 99

16. 二扇门 / 100

17. 上马 / 101



4 实用小儿推拿

Shi Yong Xiao Er Tui Na

18. 外劳宫 / 101
19. 一窝风 / 102
20. 曲池 / 103
21. 合谷 / 104
22. 十宣 / 104
23. 胃经 / 105
24. 肾顶 / 106
25. 肾纹 / 106
26. 掌小横纹 / 106
27. 小横纹 / 107
28. 总筋 / 107
29. 青筋 / 108
30. 白筋 / 109
31. 大横纹 / 109
32. 洪池 / 110
33. 少商 / 111
34. 老龙 / 111
35. 端正 / 112
36. 五指节 / 113
37. 威灵 / 113
38. 精宁 / 114
39. 外八卦 / 114
40. 甘载 / 115
41. 螺蛳骨 / 115
42. 膊阳池 / 116
43. 五经 / 116

第五节 下肢部穴位 / 117

1. 百虫 / 117
2. 足三里 / 118
3. 丰隆 / 119
4. 三阴交 / 119
5. 解溪 / 120



6. 涌泉 / 121
7. 箕门 / 122
8. 膝眼 / 122
9. 前承山 / 123
10. 后承山 / 124
11. 仆参 / 125
12. 昆仑 / 125
13. 委中 / 126

第二章 小儿推拿常用手法 / 127

第一节 基本手法 / 127

1. 推法 / 127
2. 揉法 / 129
3. 按法 / 131
4. 摩法 / 132
5. 掐法 / 134
6. 搓法 / 134
7. 拿法 / 136
8. 运法 / 137
9. 捏法 / 138
10. 擦法 / 139
11. 捣法 / 141
12. 捻法 / 141
13. 刮法 / 142
14. 摇法 / 143
15. 拍法 / 144

第二节 复式手法 / 145

1. 黄蜂入洞 / 146
2. 双凤展翅 / 146
3. 揉耳摇头 / 147
4. 按弦搓摩 / 147
5. 水底捞月 / 148



6

实用小儿推拿

Shi Yong Xiao Er Tui Na

6. 打马过天河 / 149
 7. 引水上天河 / 149
 8. 大推天河水 / 149
 9. 运土入水 / 150
 10. 运水入土 / 151
 11. 开璇玑 / 151
 12. 揉脐及龟尾并推七节骨 / 152
 13. 龙入虎口 / 153
 14. 二龙戏珠 / 154
 15. 双龙摆尾 / 155
 16. 乌龙摆尾 / 156
 17. 苍龙摆尾 / 156
 18. 丹凤摆尾 / 157
 19. 赤凤摇头 / 157
 20. 猿猴摘果 / 158
 21. 飞经走气 / 159
 22. 黄蜂出洞 / 160
 23. 天门入虎口 / 161
 24. 老汉扳辔 / 162
 25. 总收法 / 163
- 第三节 常用小儿推拿手法与穴位功效分类 / 163
- 第四节 小儿推拿常用手法组合 / 168

下 篇 小儿常见病证的推拿治疗

第一章 呼吸系统疾病 / 172

第一节 感冒 / 172

第二节 咳嗽 / 174

第三节 肺炎喘嗽 / 178



- 第四节 支气管哮喘 / 181
- 第五节 反复呼吸道感染 / 184

第二章 消化系统疾病 / 187

- 第一节 腹泻 / 187
- 第二节 呕吐 / 190
- 第三节 厌食 / 193
- 第四节 腹痛 / 196
- 第五节 营养不良 / 198
- 第六节 便秘 / 201
- 第七节 脱肛 / 204
- 第八节 消化不良 / 205

第三章 心肝系统疾病 / 207

- 第一节 夜啼 / 207
- 第二节 汗证 / 210
- 第三节 注意力缺陷多动症 / 213
- 第四节 多发性抽搐症 / 216
- 第五节 惊风 / 219
- 第六节 脑性瘫痪 / 223

第四章 泌尿系统疾病 / 228

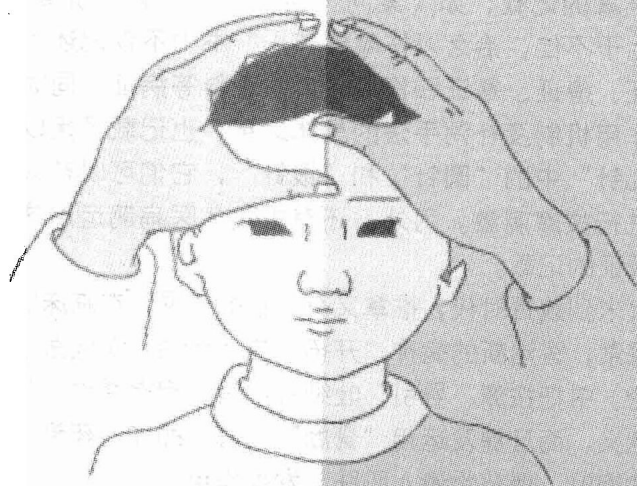
- 第一节 遗尿 / 228
- 第二节 佝偻病 / 230

第五章 其他疾病 / 233

- 第一节 近视眼 / 233
- 第二节 落枕 / 235
- 第三节 夏季热 / 236
- 第四节 慢性鼻炎 / 239
- 第五节 肌性斜颈 / 241

上篇

小儿推拿基础





第一章 小儿推拿发展简史

小儿推拿是运用一定的手法作用于小儿体表的特定穴位，使经络通畅，气血流通，以调整脏腑功能，达到治病保健目的的一种方法。小儿推拿历史悠久，源远流长，是人类最早的医疗方法之一。它是古代劳动人民在长期与疾病作斗争的实践中，不断发展与完善起来的一门临床科学。

推拿是一种古老的医治疾病的方法，起源于人类早期的劳动与生活实践，原始人类在劳动及与大自然作斗争的过程中，不可避免地会造成身体的损伤，实践中发现了推拿能使疼痛缓解、减轻或消失，在此基础上便逐渐形成了推拿疗法。

早在公元前14世纪，关于按摩和儿科的知识已有文字记载。从马王堆三号汉墓中出土的《五十二病方》中就有用推拿治疗“婴儿瘕”和“癰”的记载。如“令病者北（背）火灸之，两人为靡（摩）其尻（臀），癰已”，这是我国现存最早的按摩治疗的医方。《汉书》中记载有《黄帝岐伯按摩经》十卷，此书后来散失无存。在《内经》中有不少推拿的记载，如《素问·血气形志论》：“形数惊恐，经络不通，病生于不仁，治之以按摩醪药。”书中不仅记述了使用按摩疗法治疗痿证、痹证、寒证和胃痛、口眼歪斜等病证，同时初步探讨了按摩疗法作用机制及补泻手法的具体运用，也记载了用以按摩的针具，就是“九针”中的“圆针”和“银针”，它们可以在人体特定的部位或穴位进行按摩刺激。另外，还有古代名医扁鹊运用这种疗法治疗虢太子尸厥证的记载。

自汉末到魏晋时代，推拿又有了新的进展，在临床实践的具体运用中不断探索，医治新的病种，开拓了应用范围。汉代医家张仲景在《伤寒杂病论》中把按摩、导引、吐纳针灸诸法相提并论，认为其具有预防保健的意义，而且提及运用“膏摩”之法，即加入药膏作为推拿媒介物质，在按摩时，使药物渗入肌肤，发挥作用。



魏晋时代，按摩法在继续发展，一是膏摩法不断增加，二是按摩的具体手法不断丰富。在葛洪《肘后备急方》、陈延之《小品方》、龚庆宣《刘涓子鬼遗方》等医著中都有详尽记载。如就膏摩而言，葛洪在《肘后备急方·卷八》中就载有“治百病备急九散膏诸要方”，其中膏摩药方就有8首，藉以治疗有关病证。

隋唐时期，按摩技术取得了新的进展。隋朝开始创设了按摩科，据《新唐书·百官志》记载，有按摩博士一人，按摩师四人。后逐渐发展成为小儿按摩专科，自成体系。该时期的医学文献中，也有不少关于推拿和儿科方面的记载，如孙思邈的《千金要方》中记载有用于小儿的膏摩方。

按摩学盛于隋唐，儿科学形成于宋朝，按摩学和儿科学的成熟，为小儿推拿学的形成奠定了基础。小儿推拿独特的治疗体系形成于明代，其标志为《保婴神术按摩经》、《小儿推拿方脉活婴秘旨全书》和《小儿推拿秘诀》3部小儿推拿专著的问世。明代是小儿推拿发展历史中的发达时期，在当时政府的医疗机构“太医院”中医十三科中，成立了“按摩科”。同时小儿推拿的理论水平不断提高，在治疗小儿疾病方面已经积累了丰富的经验，形成了小儿推拿的独特体系，如小儿推拿的穴位有点状穴、线状穴、面状穴等。在小儿推拿临床实践的基础上，又编写了不少小儿推拿著作，如小儿推拿最早的专著《保婴神术按摩经》，又称《小儿按摩经》，这本书1601年被收集在《针灸大成》之内。书中记载的手法有15种（包括小儿按摩八法），穴位40多个。基本上形成了小儿推拿的特有手法和特定穴位。书内重视望诊，提出补泻方法，“视病之虚实，虚则补其母，实则泻其子”。推拿方法上强调推有定数，不可乱推等，并认为小儿之疾多在肝、脾二脏。总之，该书对小儿推拿从诊法、辨证、穴位、手法、治疗等方面做出了全面的论述，对小儿推拿的发展起到了重要的作用。此处还有龚廷贤的《小儿推拿方脉活婴秘旨全书》、周岳甫的《小儿推拿秘诀》、徐用宣的《袖珍小儿方论》等。

至清代小儿推拿又有了新的发展，具体表现在两个方面：一是在明代小儿推拿的基础上，继续推进推拿术在儿科领域的运用，二是推拿手法为骨科所采用，自我保健按摩仍然广泛存在，发明了按摩器，并应用到养生保健上。此期的专著也较多，清初，熊应雄集明代诸书之长，著



有《小儿推拿广意》，是清代最早的一部小儿推拿著作。全书3卷，上卷总论说明推拿在治疗上的应用，次叙儿科疾病的诊断方法。强调望、闻二诊，然后结合主治病症，配合图文，分别介绍推拿部位和方法。中卷分述各种儿科常见疾病及其推拿疗法。下卷列举内服、外治应用方剂180多个，是当时最完备的小儿推拿专著。自此以后，小儿推拿专著出版渐多，其中影响较大的有夏禹铸著的《幼科铁镜》，骆如龙著的《幼科推拿秘书》，夏云集著的《保赤推拿法》，徐崇礼著的《推拿三字经》，张筱衫著的《厘正按摩要术》等。

解放后，在各级政府卫生部门的大力扶植下，中医事业犹如枯木逢春，小儿推拿不断发展，不少院校成立了推拿系或推拿专业，小儿推拿学的教学工作不断进展和提高，不仅有小儿推拿专著出版，并有小儿推拿学的教材问世。随着相关学科的发展，物理学、化学、数学等不断向生物医学领域渗透，新疗法、新技术得到广泛应用。运用现代科学技术对小儿推拿加以研究，是推动小儿推拿发展的重要环节。北京、安徽等地采用现代研究手段，观察小儿推拿在临床上的运用取得可喜成果，如证实了捏脊疗法与人体的胃泌素变化、肺功能的增强、血压升降以及免疫功能的提高等有着密切的关系。青岛医学院观察在推穴位，加运内八卦穴前后胃的运动以及胃液对蛋白质消化的分解情况，证明推拿能促进胃的运动和消化功能。山东中医学院还研制成功了推拿力学信息、计算机处理系统等，对测量、分析推拿手法力学信息和由此产生的生物效应提供了便利。总之，随着生物分子学、生物力学等新兴学科的建立，有望揭开小儿推拿对新陈代谢、能量转换、神经传导的影响作用，从而阐明其作用机理。

小儿推拿不仅是推拿学和儿科学的组成部分，而且是推拿学的一个重要分支学科。在以后的发展中，小儿推拿将发挥中医药学的优势，为儿童的卫生健康做出更大服务。



第二章 儿科学基本知识

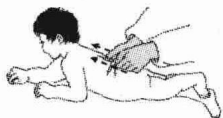
第一节 小儿年龄分期特点与疾病保健

儿童生命的开始，起于阴阳两精相互交结而形成的胚胎，《灵枢·本神》说：“故生之来谓之精，两精相搏谓之神。”新的生命产生之后，小儿处于连续不断的生长发育过程中，各系统器官组织逐渐长大，功能亦渐趋成熟。在小儿年龄的分期中，对儿童年龄上限的认识，历代医著不一，《灵枢·卫气失常》说：“十八以上为少，六岁以上为小。”是以18岁为上限，现代则一般按《小儿卫生总微论方·大小论》的说法：“当以十四岁以下为小儿治。”

在不同时期，小儿的形体精神、生长发育、生理病理、养育保健、疾病防治等都有着不同的特点。可根据其解剖、生理、病理等特点，人为地划分为七个不同阶段或年龄期，从而有利于掌握保健和医疗工作的重点。各期之间既有区别，又有联系，我们应以整体、动态的观点来考虑小儿疾病问题和保健措施。

一、胎儿期

从精子和卵子结合，新生命的开始，直到小儿出生统称为胎儿期。为时40周，280天（从孕妇末次月经第一天算起，至分娩），以四周为1个妊娠月，即“怀胎十月”。第1周，受精卵从输卵管移动到子宫腔，同时细胞不断分裂；第2周，从受精卵着床到形成内胚层和外胚层；第3周，形成中胚层；第4周，形成体节，心脏开始跳动，以后器官迅速分化。在受精后第8周末各器官的原基均已形成，胚胎初



具人型，故怀胎最初8周为胚胎期，是机体各器官原基分化的关键时期，此时如受到各种不利因素的影响，便可影响胎儿各器官的正常分化，从而造成流产或各种畸形，因此孕期保健必须从妊娠早期开始。从第9周起到出生为胎儿期，是以组织与器官的迅速生长和功能渐趋成熟为其主要特点。

临床上将整个妊娠过程分为3个时期：①妊娠早期：从形成受精卵至满12周，胎儿在此期末基本形成，并可分辨出外生殖器；②妊娠中期：13周至28周，胎儿各器官在此期内迅速成长，功能逐渐成熟，胎龄28周时体重约有1000g，此时肺泡结构基本完善，已具有气体交换的功能，故常以妊娠28周定为胎儿有无生存能力的界限；③妊娠晚期：自满28周至婴儿出生，此期胎儿以肌肉发育和脂肪积累为主，体重迅速增加。

胎儿完全依靠母体而生存，这一时期的保健对于人的一生有着深远的影响。由于胎盘和脐带的异常或其他原因引起的胎儿缺氧、各种感染、理化因素刺激，或孕妇营养不良、吸烟酗酒、心理创伤等不利因素均可使胎儿生长发育障碍，并导致死胎、流产、早产或先天畸形等严重后果，因此加强孕期保健和胎儿保健十分重要。我国古代一向重视胎儿保健，称之为“护胎”、“养胎”、“胎教”。尤其是胚胎期的护养，若有不当则易于伤胎而造成流产、死胎、先天性畸形等不良后果。

二、新生儿期

自出生后脐带结扎时起，至生后满28天，为新生儿期。出生不满7天的阶段称新生儿早期。新生儿期，小儿刚刚脱离母体，是小儿生后适应外界环境的阶段，此时小儿开始独立生活，内外环境发生了剧烈变化，由于其生理调节和适应能力还不够成熟，因此发病率高，死亡率也高，在发达国家约占婴儿死亡率的2/3，尤其以生后第1周死亡率最高。新生儿期保健特别强调加强护理，如保暖、喂养、消毒隔离、清洁卫生等。

围产期包括胎儿期的一部分和新生儿期的一部分或全部，国内普遍采用的定义是指胎龄满28周(体重 $\geq 1000\text{g}$)至生后7足天，这一时期包括