

● 少儿推拿专业系列教材

总主编 孙德仁

少儿推拿经络腧穴学

供少儿推拿专业用

主编 孙德仁

全国百佳图书出版单位
中国中医药出版社



责任编辑 王淑珍
特约编辑 张 燕

少儿推拿专业系列教材

少儿推拿中医学基础
少儿推拿儿科学基础
少儿推拿中医诊断学基础
少儿推拿解剖生理学基础
少儿推拿中药方剂学

● 少儿推拿经络腧穴学

少儿推拿手法学
少儿推拿治疗学
少儿推拿辅助调理
少儿亚健康推拿调理

ISBN 978-7-5132-1342-4



9 787513 213424 >

定价：78.00元



少儿推拿专业系列教材

总主编 孙德仁

少儿推拿经络腧穴学

(供少儿推拿专业用)

主 编 孙德仁

中国中医药出版社

· 北 京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

少儿推拿经络腧穴学/孙德仁主编. —北京: 中国中医药出版社, 2013.3
(少儿推拿专业系列教材)

ISBN 978-7-5132-1342-4

I. ①少… II. ①孙… III. ①少儿疾病-推拿-经络②少儿疾病-推拿-俞穴(五腧)
IV. ①R244.1②R224

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 035158 号

中国中医药出版社出版
北京市朝阳区北三环东路 28 号易亨大厦 16 层
邮政编码 100013
传真 010 64405750
北京亚通印刷厂印刷
各地新华书店经销

*

开本 787×1092 1/16 印张 18 字数 430 千字
2013 年 3 月第 1 版 2013 年 3 月第 1 次印刷
书号 ISBN 978-7-5132-1342-4

*

定价 78.00 元
网址 www.cptcm.com

如有印装质量问题请与本社出版部调换
版权专有 侵权必究
社长热线 010 64405720
购书热线 010 64065415 010 64065413
书店网址 csln.net/qksd/
官方微博 <http://e.weibo.com/cptcm>



序

少儿推拿学是中医学的一个组成部分，有着悠久的历史，是我国历代医家为保育儿童健康、防治少儿疾病的经验积累和理论升华，至今已形成一套在中医基本理论指导下具有独特专科临床体系的中医学科。

推拿古称按摩，远在战国时期，按摩在医疗中就被广泛应用，《史记》中就记载了名医扁鹊运用按摩、针灸成功抢救虢太子的尸厥病。我国第一部按摩专著《黄帝岐伯按摩十卷》（已佚）据考证也是秦汉时期著成的。魏晋至隋唐，推拿按摩更为发展，已有按摩专科，并设立按摩博士、按摩师，于“太医署”内教授按摩。隋唐时期已有膏摩疗法用以保健和防治少儿疾病。唐《备急千金要方》云：“小儿虽无病，早起常用膏摩囟上及手足心，甚避风寒。”又云：“治小儿夜啼，以小儿母手掩脐中，亦以摩儿头及脊，验。”从晚唐始，我国的按摩疗法已开始传入朝鲜、日本、法国，并流向世界，至今按摩在印度和西欧国家医学中仍被作为独立学科而得到重视。据考证，现在法语的“马沙适”就是根据唐朝称按摩为“摩沙”的译音。

宋代以后，推拿学得到进一步的发展，并且由经验积累上升为理论体系。至明代则完整地形成了少儿推拿学科的独立体系。如收集在《针灸大成》内的《保婴神术按摩经》是我国现存最早的少儿推拿专著，称按摩为推拿亦是从此书开始的。此后，涌现了一大批少儿推拿专著，如《小儿推拿方脉活婴秘旨全书》《小儿推拿秘诀》等。清代熊应雄的《小儿推拿广意》、骆潜庵的《幼科推拿秘书》、夏云集的《保赤推拿法》以及张筱衫的《厘正按摩要术》等是最具代表性的少儿推拿专著，影响很大，流传甚广。

在党的中医政策指引下，少儿推拿专科得到前所未有的发展。山西省运城中医小儿推拿学校作为我国第一所专门培养少儿推拿人才的专科学校应运而生。校长孙德仁主任医师带领该校专业人员认真开展教学、临床、科研工作，为我国少儿推拿人才的培养付出了辛勤的劳动、作出了突出贡献。通过20多年来的教学、临床实践，总结摸索出了培养中医少儿推拿人才的教学模式与系列教材。这套教材包括：《少儿推拿中医学基础》《少儿推拿中医儿科学基础》《少儿推拿中医诊断学基础》《少儿推拿解剖生理学基础》《少儿推拿中药方剂学》《少儿推拿经络腧穴学》《少儿推拿手法学》《少儿推拿治疗学》《少儿推拿

拿辅助调理》和《少儿亚健康推拿调理》，是一套比较系统、完整的中等职业少儿推拿专业教科书。我们还高兴地看到，该校在2010年开展的由国家中医药管理局委托的“中医养生保健技术操作规范·少儿推拿”课题已通过专家鉴定，该操作规范并作为国家标准在全国颁布实施。我们相信，这套少儿推拿专业系列教材将在教学实践中不断改进、不断丰富，必将为培养我国中医少儿推拿人才作出贡献。

A stylized, bold black ink signature of Zhu Jinshan, written in a cursive script.

2012年8月6日

（朱锦善，著名中医儿科学家，中华中医药学会儿科学会副会长，全国中医药高等教育学会儿科学会常务副理事长）



序

在山西运城有一所全国唯一的中医小儿推拿学校。该校自 1992 年创办至今，二十年中培养了数千名小儿推拿专业的学生。该校实施教学、临床、科研三结合的教育模式，突出实践教学，注重技能培养，学生动手能力强，很受用人单位欢迎和好评。目前，该学校办学规模不断扩大，得到了社会广泛赞誉。

当今社会十分注重学历和文凭，一所中专学校能发展到今天，很重要的一点是这所学校有一位真正热爱中医专业的领头人——校长孙德仁。他 1983 年自山西中医学院毕业后便从事儿科工作，在临床他亲眼目睹了少儿服药和打针的痛苦和不便，同时也发现小儿推拿不仅效果好，而且运用十分方便，容易推广。为此，他潜心钻研小儿推拿理论，虚心向名医名家学习推拿技巧，通过自己的努力终于成为一名很有名望的小儿推拿专家。不仅如此，他深知继承发扬中医事业不能单靠一个人或一代人，而是要靠代代传承，靠团队的力量。于是他多方筹措资金，克服种种困难，在运城开办了全国唯一的一所小儿推拿学校，并且二十年始终如一地从事小儿推拿教学、临床、科研工作，取得了丰硕的成果。

在办校过程中，孙德仁校长不仅自己身体力行，还带领学校的专家团队共同探索，努力办出学校自己的特色。这就是以小儿推拿“治未病”为发展方向，重点培养学生的推拿保健调理技术。孙德仁校长带领他的团队先后完成了《中医养生保健技术操作规范·小儿推拿》和《亚健康服务规范·小儿推拿调理》的编写工作，在全国产生了较大的影响。

在取得成绩的同时，他们不满足现状，不断追求。为了进一步提高教学质量，为社会培养更多高质量技术型人才，近年来在原有校内教材的基础上，孙德仁校长带领他的团队编写了一套更加规范的小儿推拿专业系列教材。这套教材不仅反映了他们 20 年来教学的丰富经验，而且得到了全国有关知名专家的悉心指导，使得小儿推拿专业系列教材在权威性、实用性、适用性上达到了更高的层次，能全面反映具有中医特色的小儿推拿疗法的内涵。

欲穷千里目，更上一层楼！希望他们继续努力，把学校办成一个传承中医小儿推拿技

术的基地，办出一个有他们自己特点的文化品牌。得知教材即将付梓，乐为之序！

金义成
2011年11月11日

（金义成，著名儿科推拿专家，《海派儿科推拿》主编，原上海中医学院推拿系儿科推拿教研室主任）

前言

医学的目的是使人健康，而不是给人找病治病。中医的一大特色就是保健，即所谓“上医医未病之病，中医医欲病之病，下医医已病之病”，注重保健则可“不战而屈人之兵”，就可以不得病，少得病，即使得病了也会很快康复。作为中医学的一个重要分支的少儿推拿养生保健调理，正是传承了这一重要理念并服务于少儿健康的，少儿推拿是造福千百万儿童的神圣事业。

少儿推拿源于小儿推拿。随着时代的变迁，社会的进步，医疗模式的转变，小儿推拿由医疗领域进入了“治未病”的养生保健领域，扩大了服务的范围和适应证。2009年在中华中医药学会主办的全国首次小儿推拿学术沙龙上，孙德仁主任医师提出了“少儿推拿”这个概念，与会专家达成共识。2011年由国家中医药管理局立项、山西省运城中医小儿推拿学校起草、中华中医药学会颁布实施的《中医养生保健技术操作规范·少儿推拿》正式规范了“少儿推拿”的概念。

少儿推拿是以中医理论为指导，辨证施治为原则，辅以中药草本药油，运用手法技巧于少儿体表特定部位或穴位之上，疏通经络，调和气血，平衡阴阳，扶助人体正气，改善机体的内部环境，调节脏腑器官生理功能，促进少儿健康生长发育，增强抗病能力，保健身体及防治少儿亚健康及疾病的一门学科。少儿推拿建立在中医儿科学和中医推拿按摩学的基础之上，是中医学的一个重要分支。

明代的周岳甫在其著作《小儿推拿秘诀》中充分肯定了少儿推拿的效果：“其去轻病，如汤之泼雪；其去重病，如笮之拂尘，渐次亦净。用药犹有差池，而推拿毫无差池。”翻译成现代语言就是：应用少儿推拿治疗较轻的疾病，如同热水泼洒在雪上，可谓立竿见影；应用少儿推拿治疗较重的疾病，就好比用笮帚清扫灰尘，虽然稍慢，但逐渐也能见效。如果说用药物保健身体或治疗疾病还可能会有意外或失误的话，应用推拿是不会有问题的。由此可见，少儿推拿操作方法安全，防治效果显著，是真正的绿色疗法。

少儿推拿疗法是一个节约资源、绿色环保的健康工程。少儿推拿是一种单纯的手法操作，可以在家庭环境中操作，少儿容易接受，能消除少儿在疾病治疗过程中的恐惧心理。在实施推拿操作过程中少儿没有任何痛苦感，甚至感到是一种享受，使少儿在轻松愉快甚至是游戏之中恢复和保持健康，避免了家长“是药三分毒”的担心，完全符合当今医学界推崇的“无创伤医学”和“自然疗法”的要求。

为适应新时期大卫生的根本要求，党和国家站在历史和时代发展的战略高度，提出了

医疗卫生工作的“战略前移”。此前移就是抓预防、“治未病”，真正贯彻“预防为主”的方针，它包括了思想观念前移、经费投入前移、研究内容重点前移等内容，改变了传统的“重治疗、轻预防”的思想观念。这一政策的实施也将给我国中医药事业带来深刻影响。

那种认为养生保健是老年人的事，孩子只要吃好穿好，没有什么养生问题，是一个认识的误区。在人的一生中，少儿的生长发育变化是最为显著，最具特点的。少儿养生保健不仅重要而且非常必要，它决定着孩子一生的健康。少儿推拿就是根据孩子成长的不同年龄阶段的生理、病理特点，有针对性地进行养生保健调理，真正实现健康养生从孩子抓起。

利用少儿推拿养生保健技术来调整少儿健康状态有着悠久的历史 and 广泛的医疗实践基础，越来越受到家长和医务人员的重视。

少儿推拿之生命在临床，临床之关键在疗效。如何提高少儿推拿的养生保健治疗效果，做到一旦临证，机触于外，巧生于内，法从手出，手随心转，手到意到，意到气到，气到功到，手到而病除？精准的辨证和熟练的技术手法是必不可少的条件。而精准的辨证和熟练的技术手法，则建立在认真学习、理解和掌握中医学基础、中医儿科学基础、经络腧穴学、推拿手法学等相关基础学科知识之上。唯如此，才能学好少儿推拿，准确辨证施治，为少儿的健康成长提供优质服务。

少儿推拿已经有几千年的历史，为少儿的健康成长和少儿疾病的预防和治疗作出了巨大的贡献。但几千年来，少儿推拿的教学还是停留在师带徒或在家庭内部父传子的传统方式上。目前，少儿推拿的服务整体水平低下，少儿推拿服务手段缺乏规范，少儿推拿服务管理整体混乱，少儿推拿的专业人才严重匮乏，特别是少儿推拿专业人才的数量匮乏和质量低下已经成为制约少儿推拿养生保健调理事业发展的瓶颈。

为使大家更好地学习和掌握少儿推拿的理论和手法，提高少儿推拿的教学、实践和科研水平，造就更多的少儿推拿养生保健调理技术人才，推广普及少儿推拿事业，让更多的少儿享受少儿推拿养生保健服务，全面提高少儿健康水平，使他们不得病、少得病，即使得病了也容易康复。作为全国唯一的以教授少儿推拿为专业的中等专业学校——山西省运城中医小儿推拿学校，在国家中医药管理局和中和亚健康服务中心的指导和帮助下，邀请全国知名儿科专家和推拿大师，从教材规划、编写大纲审定、教材质量的最后审查都进行了严肃、认真的工作。根据学校20年教学经验和学生素质特点，在参考大量文献资料的基础上，转益多师是吾师，转益他法为吾法，兼收并取国内专家、学者之所长，在继承传统理论的基础上，择优吸收现代研究成果，历时3年有余，编写了这套“少儿推拿专业系列教材”，包括《少儿推拿中医学基础》《少儿推拿中医儿科学基础》《少儿推拿中医诊断学基础》《少儿推拿解剖生理学基础》《少儿推拿中药方剂学》《少儿推拿经络腧穴学》《少儿推拿手法学》《少儿推拿治疗学》《少儿推拿辅助调理》和《少儿亚健康推拿调理》。

本系列教材以养生保健调理为中心，以少儿推拿为特色，以中医学理论为基础，结合现代医学知识和科学技术手段，注重启迪学生的思维和实践能力的培养，以培养少儿推拿调理师所必备的基础知识和能力为主要目的，重在提升少儿推拿调理师的服务水平，注重教材的基础性、实用性和全面性，为有志于学习、推广、普及少儿推拿事业的社会各界人

士提供一个学习平台，开辟一条通往成才的道路，使他们学有所学，学以致用。愿天下每个孩子都能享受到少儿推拿的佑护。

由于少儿推拿养生保健调理体系的研究是一项全新的工作，且“少儿推拿专业系列教材”为首次编写，虽经编写人员的共同努力，仍有许多不尽如人意之处，真诚希望各位学员及专家、学者多提宝贵意见，我们将在今后的教学、临床、科研中，对本系列教材不断修订，不断增加新知识、新观点、新内容，使之更加丰富和完善。

“少儿推拿专业系列教材”编委会

2012年7月

《少儿推拿经络腧穴学》编委会

主 编 孙德仁

副主编 贺 磊 师晓乐 张九龙

编 委 (以姓氏笔画为序)

王 娜 王亚光 师晓乐 刘晓玲

闫小林 李 雪 李晓斌 张九龙

张月珂 贺 磊

编写说明

《经络腧穴学》是少儿推拿专业的基础课程和主干课程之一。经络腧穴理论既是针灸推拿学科的核心内容，又是中医基础理论的重要组成部分。全书分为两章和附录，系统阐述经络、腧穴理论的形成、发展及其在临床上的应用。第一章为经络腧穴学总论，概述经络与腧穴的基本理论以及对临床的指导意义，并且讲述标本根结、气街、四海理论和经络腧穴的现代研究进展。第二章为经络腧穴学各论，主要介绍十二经脉和奇经八脉的经脉循行、主治病证和络脉、经别、经筋以及腧穴定位和主治，重点介绍少儿特定穴位。附录中有足部反射区按摩疗法基本知识、经络腧穴歌赋选和少儿推拿穴位歌诀选。

本教材采撷了多版中医药院校本科、专科教材的一些内容和同道的成果。在此，谨对各位专家、学者和主编及出版社表示衷心的感谢。

由于时间紧张及限于我们的水平和能力，疏漏不足之处在所难免，敬请同道及学员多提宝贵意见，以便再版时修订。

《少儿推拿经络腧穴学》编写组
2013年1月

目 录

CONTENTS

第一章 经络腧穴学总论	1
第一节 经络总论	1
一、经络系统的组成	1
(一) 十二经脉	1
(二) 奇经八脉	5
(三) 十二经别	7
(四) 络脉	8
(五) 十二经筋	9
(六) 十二皮部	10
二、经络的作用及其临床应用	12
(一) 经络的作用	12
(二) 经络的临床应用	13
第二节 经络的纵横关系	14
一、标本与根结	14
(一) 标本	14
(二) 根结	15
二、气街与四海	15
(一) 气街	15
(二) 四海	16
第三节 腧穴总论	16
一、腧穴分类	17
(一) 经穴	17
(二) 奇穴	18
(三) 阿是穴	19
二、腧穴的命名	19
(一) 依据解剖部位命名	20
(二) 依据中医理论命名	20

(三) 依据穴位功能命名	20
(四) 依据自然现象命名	20
(五) 借助动、植物命名	20
(六) 借助建筑物、生活用具命名	21
三、腧穴的定位法	21
(一) 骨度分寸法	21
(二) 体表标志法	24
(三) 手指比量法	25
(四) 简便取穴法	26
四、特定穴	26
(一) 五输穴	26
(二) 原穴	31
(三) 络穴	33
(四) 背俞穴	34
(五) 募穴	36
(六) 郄穴	37
(七) 下合穴	38
(八) 八会穴	39
(九) 八脉交会穴	41
(十) 交会穴	43
五、腧穴的作用	43
(一) 输注气血的作用	43
(二) 反映病证的作用	44
(三) 协助诊断的作用	44
(四) 防治疾病的作用	45
六、腧穴的主治规律	47
(一) 分经主治规律	47
(二) 分部主治规律	49
第四节 经络腧穴理论的形成与发展	51
一、腧穴概念的形成	51
二、腧穴学的发展	51
第二章 经络腧穴学各论	54
第一节 手太阴经络与腧穴	54
一、手太阴经络	54
(一) 手太阴经脉	54
(二) 手太阴络脉	56
(三) 手太阴经别	57
(四) 手太阴经筋	57
二、手太阴腧穴	58

第二节 手阳明经络与腧穴	62
一、手阳明经络	62
(一) 手阳明经脉	62
(二) 手阳明络脉	63
(三) 手阳明经别	64
(四) 手阳明经筋	64
二、手阳明腧穴	65
第三节 足阳明经络与腧穴	70
一、足阳明经络	70
(一) 足阳明经脉	71
(二) 足阳明络脉	73
(三) 足阳明经别	73
(四) 足阳明经筋	73
二、足阳明腧穴	75
第四节 足太阴经络与腧穴	85
一、足太阴经络	85
(一) 足太阴经脉	86
(二) 足太阴络脉	87
(三) 足太阴经别	88
(四) 足太阴经筋	88
二、足太阴腧穴	88
第五节 手少阴经络与腧穴	94
一、手少阴经络	94
(一) 手少阴经脉	94
(二) 手少阴络脉	95
(三) 手少阴经别	96
(四) 手少阴经筋	96
二、手少阴腧穴	97
第六节 手太阳经络与腧穴	99
一、手太阳经络	99
(一) 手太阳经脉	100
(二) 手太阳络脉	101
(三) 手太阳经别	101
(四) 手太阳经筋	102
二、手太阳腧穴	103
第七节 足太阳经络与腧穴	107
一、足太阳经络	107
(一) 足太阳经脉	108
(二) 足太阳络脉	109

(三) 足太阳经别	110
(四) 足太阳经筋	110
二、足太阳腧穴	111
第八节 足少阴经络与腧穴	125
一、足少阴经络	125
(一) 足少阴经脉	125
(二) 足少阴络脉	127
(三) 足少阴经别	127
(四) 足少阴经筋	127
二、足少阴腧穴	128
第九节 手厥阴经络与腧穴	135
一、手厥阴经络	135
(一) 手厥阴经脉	135
(二) 手厥阴络脉	136
(三) 手厥阴经别	136
(四) 手厥阴经筋	137
二、手厥阴腧穴	137
第十节 手少阳经络与腧穴	140
一、手少阳经络	140
(一) 手少阳经脉	140
(二) 手少阳络脉	142
(三) 手少阳经别	142
(四) 手少阳经筋	143
二、手少阳腧穴	143
第十一节 足少阳经络与腧穴	148
一、足少阳经络	149
(一) 足少阳经脉	149
(二) 足少阳络脉	150
(三) 足少阳经别	151
(四) 足少阳经筋	151
二、足少阳腧穴	152
第十二节 足厥阴经络与腧穴	163
一、足厥阴经络	163
(一) 足厥阴经脉	163
(二) 足厥阴络脉	164
(三) 足厥阴经别	165
(四) 足厥阴经筋	165
二、足厥阴腧穴	166
第十三节 奇经八脉	171