图 解 按 摩 除 百 病 丛 书（第2版）
南京中医药大学　查　炜　邵永红　主编

图解小儿按摩除百病

（第 2 版）

查　炜　王茵萍　邵永红　赵凌杰　编著

凤 凰 出 版 传 媒 集 团
江 苏 科 学 技 术 出 版 社

需要全本请访问 www.ertongbook.com

图书在版编目（**CIP**）数据

图解小儿按摩除百病 / 查炜等编著. —2版. —南京:
江苏科学技术出版社，2006.1
（图解按摩除百病丛书）
ISBN 7－5345－4681－8

Ⅰ.图... Ⅱ.查... Ⅲ.小儿疾病－按摩疗法(中医)
－图解 Ⅳ.R244.1-64

中国版本图书馆CIP数据核字（2005）第123253号

图解小儿按摩除百病（第二版）

编　　著　查　炜等
责任编辑　傅永红
责任校对　刘　强
责任监制　曹业平

出版发行　江苏科学技术出版社（南京市湖南路47号，邮编：210009）
网　　址　http://www.jskjpub.com
集团地址　凤凰出版传媒集团（南京市中央路165号，邮编：210009）
集团网址　凤凰出版传媒网http://www.ppm.cn
经　　销　江苏省新华发行集团有限公司
照　　排　南京展望文化发展有限公司
印　　刷　通州市印刷总厂有限公司

开　　本　889 mm×1 194 mm　1 / 32
印　　张　6
字　　数　150 000
版　　次　2006年1月第2版
印　　次　2006年1月第1次印刷

标准书号　ISBN 7—5345—4681—8 / R·925
定　　价　17.00元

图书如有印装质量问题，可随时向我社出版科调换。

《图解按摩除百病丛书》（第 2 版）编委会

主　编　查　炜　邵永红
副主编　丁志刚　吴云川　顾一煌

编　委（以姓氏笔画为序）：
丁志刚　王茵萍　李守栋　吴云川
陈守鹏　邵永红　范刚启　赵凌杰
查　炜　顾一煌　谢　卫　窦　建



前言

小儿按摩自明清创立其独特的治疗体系以来，一直在民间广为流传。明代儿科专家万全对小儿按摩也颇有心得，其著作中屡见运用小儿按摩治疗的记载。21世纪的今天，医疗技术得到迅速发展，尤其是西方医学传入中国后，传统的小儿按摩面临着严峻的挑战。虽然，小儿按摩风光不再，大多数儿科疾病也以药物治疗为主，但是，对于某些病症，小儿按摩还是具有独特的疗效，如婴幼儿腹泻、厌食、营养不良、小儿斜颈、脑瘫等。因此，在绝大多数中医院，小儿按摩还是具有一席之地。

拙作《图解小儿按摩除百病》自上世纪末问世以来，深受广大读者的好评，并提出许多建设性的意见，在此深表谢意。应广大读者和出版社的要求，我们对全书进行了全面的修订，删除了一些小儿推拿临床不太常见的病症，如肠梗阻、麻疹、水痘等，增加了“小儿肌性斜颈”。书末增加了对治疗具有指导意义且广为流传的一些小儿推拿歌赋。

囿于编者水平，缺点不足在所难免，恳望广大读者不吝赐正！

编　者

需要全本请访问 www.ertongbook.com

目录 MULU

一、概述 \ 1

小儿按摩的特点 \ 2

小儿按摩的作用 \ 4

小儿生理病理特点 \ 6

小儿按摩须知 \ 7

二、小儿按摩常用穴位 \ 10

1. 头面颈项部 \ 10

2. 胸腹部 \ 19

3. 腰背部 \ 22

4. 上肢部 \ 27

5. 下肢部 \ 40

三、小儿按摩常用手法 \ 43

单式手法 \ 43

复式手法 \ 52

常用推拿操作法分类 \ 57

四、小儿常见病症按摩 \ 59

感冒 \ 59

急性支气管炎 \ 62

慢性支气管炎 \ 65

婴幼儿肺炎 \ 67

支气管哮喘 \ 71

发热 \ 74

惊风 \ 77

暑热症 \ 80

咳嗽 \ 83

婴幼儿腹泻 \ 86

细菌性痢疾 \ 89

呕吐 \ 92

呃逆 \ 94

厌食 \ 96

营养不良 \ 99

佝偻病 \ 102

盗汗 \ 106

滞颐 \ 107

便秘 \ 109

鹅口疮 \ 111

夜啼 \ 113

遗尿 \ 115
脱肛 \ 118
荨麻疹 \ 120
流行性腮腺炎 \ 122
小儿麻痹 \ 125
急性扁桃体炎 \ 129
慢性扁桃体炎 \ 131
鼻出血 \ 134
过敏性鼻炎 \ 136
近视 \ 138
斜视 \ 140
小儿肌性斜颈 \ 142
小儿桡骨头半脱位 \ 144
髋关节滑囊炎 \ 144
小儿脑性瘫痪 \ 146

五、小儿保健按摩 \ 149
安神保健按摩法 \ 149
健脾和胃按摩法 \ 151
健脾保肺按摩法 \ 153
益智保健按摩法 \ 155
眼保健按摩法 \ 157
强身保健按摩法 \ 159
防感保健按摩法 \ 160
小儿生长痛保健按摩法 \ 161
小儿脊柱保健按摩法 \ 162

附 小儿推拿歌赋选 \ 163
（一）各穴用法总歌 \ 163
（二）推拿头面各穴歌 \ 164
（三）推拿指掌肢体各穴歌 \ 165
（四）掌面推法歌 \ 169
（五）手法歌 \ 170
（六）杂症推拿手法歌 \ 172
（七）推五脏虚实病源治法歌 \ 174
（八）要诀 \ 175
（九）手法治病歌 \ 176
（十）卓溪家传秘诀 \ 177
（十一）手法同异多寡宜忌辨明秘旨歌 \ 180
（十二）拿法 \ 181
（十三）推拿三字经 \ 182
（十四）推拿代药赋 \ 184
（十五）推拿代药骈言 \ 184
（十六）推拿独穴抵汤头歌 \ 185

一、概　述

GAI　　SHU

小儿按摩，又称小儿推拿，是按摩医生在医学理论指导下，运用一定的按摩手法，在小儿相应体表的部位或穴位进行按摩推拿来治疗儿科疾病的一种治疗方法。小儿按摩是中国传统推拿疗法的一个重要组成部分，其独特的治疗体系形成于明清时代，具有疏通经络、行气活血、调和营卫、平衡阴阳、调整脏腑功能、增强机体的抗病能力等作用。因此，小儿按摩不但能治疗许多儿科疾病，而且具有预防保健作用。小儿按摩治疗疾病，不需要复杂的设备，不用打针吃药，因而不会带来药物的副作用，也不会给患儿带来打针吃药的恐惧感，易为患儿所接受。小儿按摩操作简便，易学易会，通过按摩增强了小儿的免疫能力，有利于小儿的生长发育。小儿按摩不但可以治疗小儿内、外、骨伤、五官各科病症，而且用于治疗初生儿疾病、杂病和部分传染病。临床证明小儿许多疾病应用按摩治疗取得的效果较为满意。小儿保健按摩也在进一步丰富和发展。

由于小儿生长发育的特点与成人相比，有很大的差异，因此，小儿按摩也就有别于成人按摩。诸如按摩手法、按摩用穴、按摩宜忌、适应病症等都有自身的特点。本书将以小儿按摩手法、穴位和常见病症为重点，简要介绍小儿按摩疗法，供广大读者参考。

小儿按摩的特点

小儿按摩与成人按摩相比，在手法、用穴和病种等方面也有明显的差异。现将小儿按摩的特点分述如下。

■ 1．历史悠久，体系独特

明清以前，小儿按摩已在民间广泛运用，主要用在预防、保健方面。《千金要方》中就有许多有关小儿预防保健按摩的记载，如“小儿虽无病，早起常以膏摩囟上及手足心，甚辟寒风”。说明膏摩囟门和手足心可以预防风寒外感。至明代其独特的治疗体系已经形成，并广泛运用于小儿临床治疗。这期间，出版了大量的小儿按摩专著，如龚云林的《小儿推拿方脉活婴秘旨全书》、周于蕃的《小儿推拿秘诀》、熊应雄的《小儿推拿广意》、徐谦光的《推拿三字经》等。专业的儿科医生也广泛运用小儿按摩，明代儿科专家万全在其儿科专著《幼科发挥》中就记录了许多运用小儿按摩治疗儿科病症的经验体会，小儿按摩因此得到进一步的发展。

在治疗选穴方面，除了运用十四经经穴和经外奇穴之外，还有许多特定穴位，且大多分布于手部。这些特定穴位不仅有点状，还有线状和面状。如天门、三关、六腑、天河水、脊柱等，就是线状穴；板门、脾、胃、腹等就是面状穴。

在手法操作方面，要求轻快柔和，时常辅以中药润滑制剂，如滑石粉、葱姜汁等，并讲究先头面、次上肢、胸腹、腰背，最后下肢的操作顺序。操作过程中不仅有许多单式手法，而且有不少特定的复式手法，如打马过天河、黄蜂入洞、运水入土等。

小儿抵抗力相对较差，易受外邪侵袭；但发育迅速，需要大量营养物质，易因贪食而伤及脾胃。所以，小儿多见外感和伤食之证。因此，治疗上以解表、清热、消食导滞等治疗方法多用。小儿脏气清灵，病因单纯，少受情志因素影响，若治疗及时，易趋康复。

■ 2．经济实用，疗效显著

小儿按摩疗法是一种很经济实用的自然疗法，既不必服用药物，也不必备有医疗器械，只要一双手就可以防病治病了。因此，学会小儿按摩疗法，可以极大地节约医疗开支，节省许多宝贵时间，对个人、对集体、对国家都有利。

长期临床实践证明，小儿按摩治疗一些儿科疾病，如小儿腹泻、便秘、遗尿、斜颈等，疗效显著。即使脑瘫、小儿麻痹后遗症，只要有恒心坚持按摩，也多有明显的改善。这一疗法不用打针吃药，无创伤性，无任何副作用，有病治病，无病可以强身，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。

■ 3．简便直观，操作方便

小儿按摩疗法不需任何药物和医疗器械，也不讲究诊治场所，只凭视觉、触觉和痛觉，就可直接从小儿身体上某些穴位得知各脏腑、组织、器官的生理病理变化，及时作出诊断。进行治疗时用双手施术即可。每日利用空余时间，按照书上所提供的处方、按摩步骤和方法，为小儿按摩1～2次，每次15～20分钟，就可以达到防病治病的目的。相对于我们现行的某些常规诊疗方法来说，小儿按摩应该说是更简单、更直

观、更易行。

小儿按摩疗法是一种无针、无药、无创伤、无副作用的物理疗法，是一种标本兼治的全身治疗方法。不受时间、地点、环境、条件的限制，又具有易学、易掌握、易操作、方便灵活、见效快的优点。小儿按摩用穴多在头面和上肢部，取穴方便。因此，小儿按摩疗法适用每一个家庭，有病治病，无病防病。

小儿按摩的作用

小儿按摩的作用可概括为平衡阴阳、调和脏腑、疏通经络、行气活血、扶正祛邪等。

小儿按摩治疗时采用或轻、或重、或缓、或急、或刚、或柔等不同刺激量的手法，以改变人体内部阴阳失调的病理状态，从而达到恢复阴阳相对平衡的目的。这种调整阴阳的功能，主要是通过经络、气血而起作用的。按摩手法作用于局部，在局部通经络、行气血、濡筋骨，并通过气血、经络影响到相应脏器及其他部位。如对肠蠕动亢进者，在背部和腹部的俞、募穴上使用适当的手法，可使亢进受到抑制而恢复正常。反之，肠蠕动功能减退者，亦可通过手法使其蠕动恢复正常。有人通过穴位按摩观察胃的运动，对两侧脾俞、胃俞、足三里等穴位进行按摩，结果表明：脾俞、胃俞在按摩后引起胃运动的增强，足三里则引起胃运动抑制；进一步研究发现，在胃运动增强时，按摩后往往使胃的运动减弱，而在胃的运动减弱时，按摩后往往使胃的运动增强。

按摩调和脏腑的作用，主要是运用手法作用于小儿身体的某一部位，通过经络的联系，使其体内相应的脏腑产生相应的生理变化，补虚泻实，以达到治疗的目的。现代生理研究表明：

需要全本请访问 www.ertongbook.com

对某一组织来说，弱刺激能活跃、兴奋其生理功能，强刺激能抑制其生理功能。在临床上，对脾胃虚的患儿，治疗时，在脾俞、胃俞等穴用轻柔的一指禅推法进行较长时间的有节律的刺激，可取得好的疗效；胃肠痉挛患儿，则在其背部相应的俞穴，用点、按等较强的手法作短时间刺激，痉挛即可缓解。按摩虽无直接补、泻物质进入体内，但从本质上看，依靠手法在体表一定部位的刺激，可起到促进脏腑功能或抑制其亢进的作用。在按摩治疗中，手法的频率和方向对调和脏腑功能亦起着重要的作用，手法的频率在一定范围内变化，仅是量的变化，但超过一定范围的变化，则出现了从量变到质变的飞跃。高频率的手法，能量扩散少，能有效地深透于组织中起到“清、消、托”等作用，称之为泻，反之则为补。手法的方向在特定的治疗部位有不同的补泻作用，如在腹部摩腹，手法操作方向与治疗部位移动的方向为顺时针时，有明显的泻下作用，若手法的操作方向为逆时针，而治疗部位的移动方向为顺时针时，则能增加肠胃的消化功能，起到补的作用。在沿经络的按摩中，一般顺经按摩为补，逆经按摩为泻。

按摩行气活血的作用通过健脾和胃、疏肝理气等方法来体现的。临床治疗经常用摩腹来促进胃的通降功能；用揉法、按法等作用于脾俞、胃俞、足三里等穴或用捏脊及横擦左侧背部脾胃区域，以促进脾胃功能，加强气血的运行。按摩治疗时可用按揉肝俞、清肝经等方法来疏肝理气。在四肢和背部的[illegible]、揉、搓或轻拿肩井等可直接行气活血。瘀血是因血行失度而使机体某一局部的血液凝聚而形成一种病理产物，而这一产物在机体内又会成为某些疾病的致病因素，按摩也可以通过适当的手法行气活血，从而消除瘀血。

小儿按摩具有扶正祛邪的作用。扶正，即使用扶助正气的按摩方法，并配合恰当的营养及功能锻炼，增强体质，提高机体的抗病能力和自然修复能力，以达到祛除病邪、恢复健康的目的。祛邪，就是使用清热解表、消食导滞、化痰祛瘀等按摩方法，祛除病邪，以达到邪去正复的目的。临床可根据具体病情，或以祛邪为主，扶正为辅；或以扶正为主，祛邪为辅；或先扶正，后祛其邪，或先祛邪，然后扶正，灵活运用。

小儿按摩的穴位以头面和上肢两肘以下分布最多。除了取用方便外，主要是因为这两个部位经络分布广泛，神经分布丰富，按摩刺激可通过经络或神经传递到相应的脏腑、组织和器官，调节其生理病理状态，从而起到治疗作用。

小儿生理病理特点

小儿从初生到成年，处于不断生长发育的过程中，无论在形体、生理、病理等方面都与成人有所不同，年龄越小，差异越显著。因此，不能简单地把小儿看成是成人的缩影。

历代儿科医家有关的论述很多，归纳起来，其生理特点主要表现为：① 脏腑娇嫩，形气未充，即小儿时期机体各器官的形态发育和生理功能都是不成熟和不完善的，五脏六腑的形和气都相对不足，尤其以肺、脾、肾三脏更为突出。② 生机蓬勃，发育迅速。由于脏腑娇嫩，形气未充，所以在生长发育过程中，从体格、智力以至脏腑功能，均不断向完善、成熟方面发展，年龄愈小，生长发育的速度也愈快。

其病理特点主要表现为：① 发病容易，传变迅速，年龄越小越突出。由于小儿对疾病的抵抗力较差，加上寒暖不能自

调，乳食不知自节，一旦调护失宜，则外易为风、寒、暑、湿、燥、火等六淫之邪所侵，内易为饮食所伤，因此外感时邪和肺、脾二脏的病证更为多见。肺主气而司呼吸，外合皮毛。小儿卫外功能未固，外邪每易由表而入，侵袭肺系，故时行病、感冒、咳嗽、肺炎、哮喘等病证最为常见。脾胃为后天之本，主运化水谷和输布精微，为气血生化之源。小儿运化功能尚未健全，而生长发育所需水谷精气，却较成人更为迫切，故常易为饮食所伤，出现积滞、呕吐、泄泻等证，而且小儿患病又容易出现高热、惊风等证。② 脏气清灵，易趋康复。儿科疾病在病情发展、转归过程中，虽有传变迅速、病情易恶化的一面，但小儿为“纯阳之体”，生机蓬勃，活力充沛，脏气清灵，反应敏捷，且病因单纯，又少七情的伤害。因此，在患病以后，经过及时恰当的治疗及护理，病情好转比成人快，容易恢复健康，即使出现危重症候，只要分秒必争，全力以赴，积极进行各种综合措施的抢救，预后也往往是较好的。掌握这些特点，对小儿的健康保育和疾病的诊断、防治，都具有极其重要的意义。

总之，小儿疾病中寒热虚实的变化，比成人更为迅速而错综复杂。故对小儿疾病的诊治，必须强调辨证清楚，诊断正确，治疗及时。

小儿按摩须知

（1）小儿按摩应选择避风、避强光和噪声少处，室内保持清静、整洁，空气清新，温度适宜。

（2）按摩时保持双手清洁温暖。操作者指甲要常修剪。

（3）小儿按摩适用对象为6周岁以内的小儿，尤其是3周

岁以内的婴幼儿。

（4） 由于小儿肌肤柔弱，因此进行手法操作时必须配合适当的介质，根据病情之不同，季节的变化，配合不同的介质。一般四季常用的介质有滑石粉、葱姜水、麻油等。也可以根据不同的病情选用介质，如寒证可用葱姜捣汁，蘸其汁进行按摩，以散寒解表、舒通经络，热证可用蛋清入麻油加雄黄，既可以安神定志，又可解毒凉肌，虚证可用吴茱萸泡汁等。使用适当的介质，既可以提高按摩的治疗效果，又可防止在按摩过程中擦伤皮肤，一举两得，相得益彰。

（5） 小儿按摩手法的操作顺序，一般先头面，次上肢，再胸腹腰背，最后是下肢。也可先重点，后一般。或先主穴，后配穴。拿、掐、捏、捣等强刺激手法，除急救以外，一般放在最后操作，以免小儿哭闹不安，影响治疗的进行。小儿按摩手法操作时间的长短，应根据病情、体质而定，因病因人而异。在临床实践中以推、揉法次数为多，而摩法时间较长，掐、按则重少快。如果仅按摩一侧手部穴位，可不论男女，均用左手。

（6） 小儿按摩每天1次；急症、重症，也可每天2～3次；慢性疾病可隔天1次。

（7）小儿按摩手法的补泻作用，也应多加注意。一般来说，顺、上、轻、缓为补，逆、下、重、急为泻。如手法动作方向与经络走行方向有关，则顺经操作为补，逆经操作为泻。又如手部脾、肝、心、肺、肾五穴，按摩补泻多以旋推为补，向指根方向直推为泻。手法刺激轻重与补泻也有关系，一般认为轻刺激为补，重刺激为泻。手法速度快慢与补泻也有关系，如急摩为泻，缓摩为补。治疗时虚则补、实则泻，虚中夹实先补后泻；实中夹虚，先泻后补，应随证施用。

（8）在施行手法时要注意小儿的体位姿势，原则上以使小儿舒适为宜，并能消除其恐惧感，同时还要便于操作治疗。按摩后注意避风，忌食生冷。

（9）小儿按摩的主要适应证有：腹泻、疳积、便秘、呃逆、脱肛、遗尿、惊风、夜啼、咳嗽、佝偻病、斜颈、桡骨头半脱位、小儿麻痹后遗症、脑瘫等。

（10）小儿按摩的禁忌证有：骨折、皮肤破损、溃疡、皮肤病、出血、结核病、传染性疾病、癌症及危重症候等。

（11）最后一点，也是最重要的一点，小儿按摩治疗前，必须有明确的诊断。如果你不能肯定，请速去附近的医院！小儿疾病，瞬息万变，刻不容缓，急性病症尤其如此。

二、小儿按摩常用穴位

XIAOER ANMO CHANGYONG XUEWEI

小儿按摩穴位，除在治疗中，可参考运用成人的经穴和奇穴外，尚有根据小儿生理、病理特点逐渐形成和归纳出的一些特定穴位，这些穴位虽多不在经脉的循行线上，但亦多分布在经气相对活跃的四肢肘膝关节以下，尤其是古人所说的“小儿百脉汇于两掌”的手掌与手背部位。这些特定穴位对于手法等外界刺激的感觉比较敏感，故易于接受并传递这些治疗因素至体内有关脏腑，从而发挥治疗和防病的作用。小儿按摩特定穴位的形态，从经穴的点状进而发展形成线状和面状，多根据脏腑名称（如心经、大肠、膀胱等），人体部位（如五指节、腹、脊柱等），五行学说（如脾土、肝木等），作用功能（如端正、精宁等），山川河流（如山根、洪池等），还有建筑物体（如天庭、三关等），动物名称（如老龙、龟尾等），哲学名词（如阴阳、八卦等）等来命名的。迄今为止，小儿推拿穴位已达200多个，极大地丰富了小儿按摩临床工作的实践。现将最常用的小儿按摩特定穴位介绍如下。

■ 1．头面颈项部（图1）

●（1）天门

【位置】两眉中间至前发际成一直线。

【操作】两拇指自下而上地交替直推，称开天门（图2）。若用两拇指自下而上交替推至囟门为大开天门。推30~50次。

需要全本请访问 www.ertongbook.com