

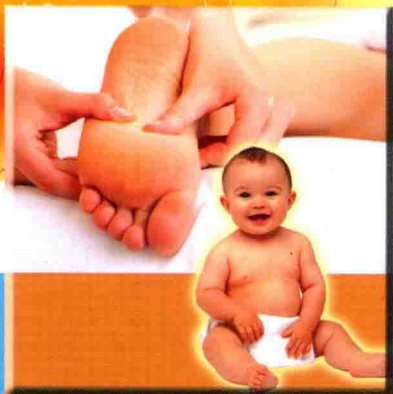
手指医生冯兴华

家庭实用小儿 常见病特效 推拿手册

冯兴华 史一焱 著

“手指医生”冯兴华，小儿推拿20年的经验实录
治愈30多种小儿常见病症
对症奇效，简便易学

學苑出版社



从医50年的祖母

诊医生到手指医生的小儿推拿治病实录

以用手为宝宝防病治病

宝身体健康保驾护航

手指医生冯兴华

家庭实用小儿常见病 特效推拿手册

冯兴华 史一焱 著

學苑出版社

图书在版编目(CIP)数据

手指医生冯兴华：家庭实用小儿常见病特效推拿手册 / 冯兴华，史一焱著. —北京：学苑出版社，2012.5
ISBN 978-7-5077-4012-7

I. ①手… II. ①冯…②史… III. ①小儿疾病-常见病-按摩疗法(中医)-手册 IV. ①R244.1-62

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第086866号

责任编辑：陈辉 付国英

出版发行：学苑出版社

社址：北京市丰台区南方庄2号院1号楼

邮政编码：100079

网 址：www.book001.com

电子信箱：xueyuan@public.bta.net.cn

销售电话：010-67675512、67678944、67601101（邮购）

经 销：新华书店

印 刷 厂：北京博图彩色印刷有限公司

开本尺寸：850×1168 1/32

印 张：5.375

字 数：70千字

印 数：0001—5000册

版 次：2012年5月第1版

印 次：2012年5月第1次印刷

定 价：18.00元

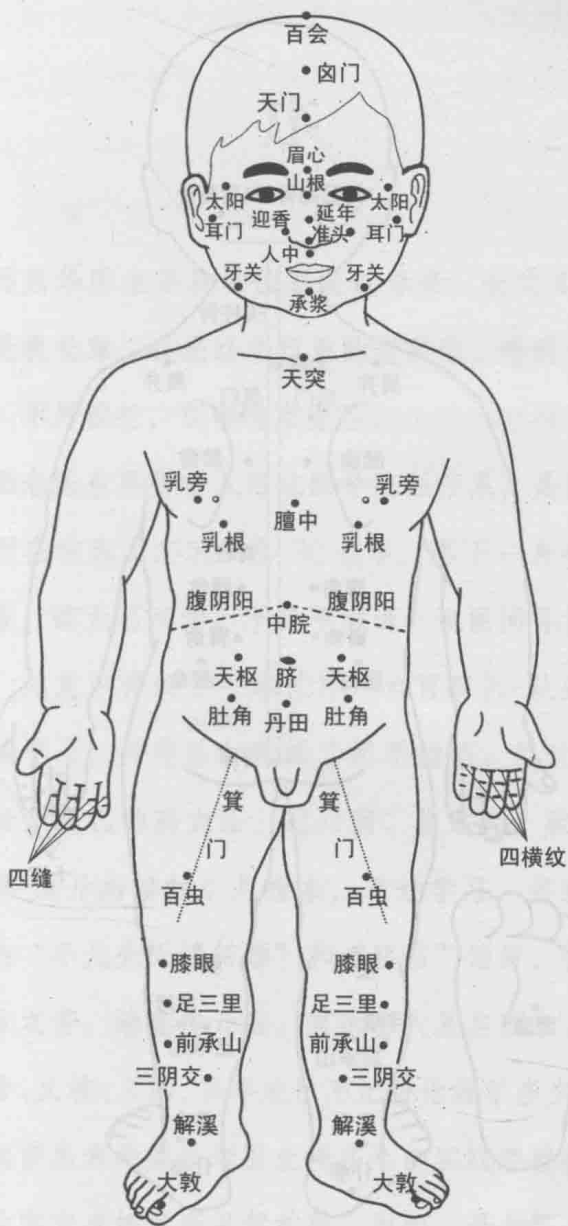


图1 小儿常用穴位 (1)

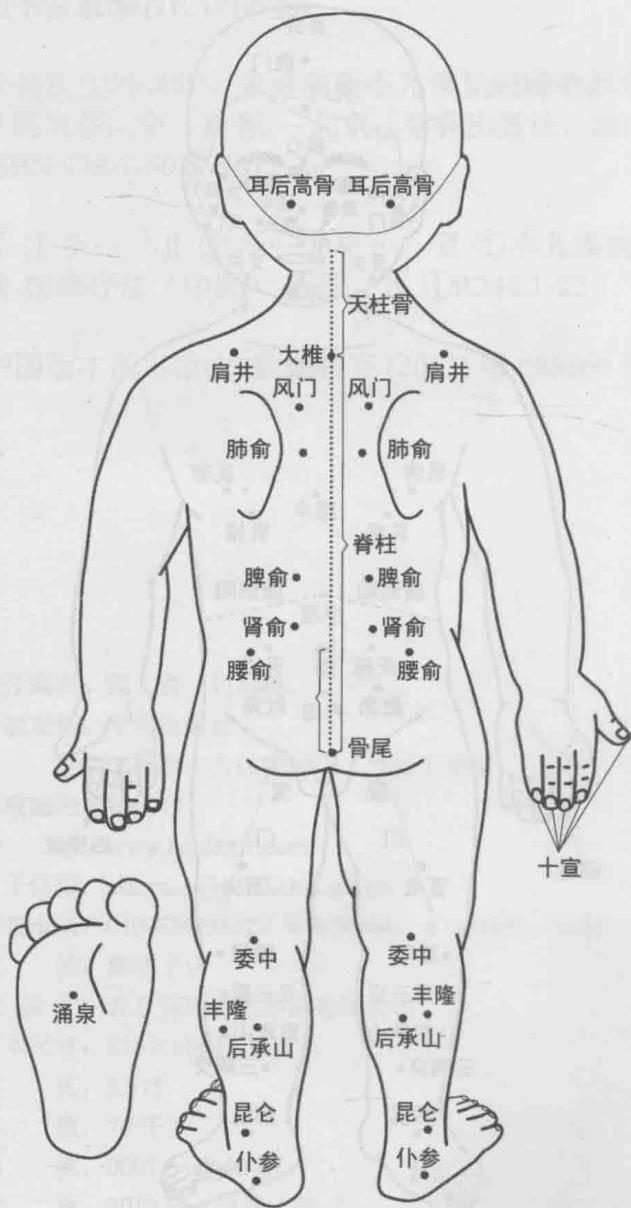


图2 小儿常用穴位 (2)

序

冯兴华医生是我一位朋友的母亲，长我40岁有余，是我长辈，也是这个行业的老前辈，邀我为本书写序，不好推托，但确有点惶恐。

冯老医生早年考入河北医学院医疗系，是西医出身，因在临床上忘我工作30余年，落下一身病，吃药无数，却无药可治，不得不病退，到民间寻找治病良方。无意中得到了一本《耳穴治百病》，从此如饥似渴地学习，并将耳针变成了用手指掐。经过四年，她治好了自己的高血压、冠心病、胆囊炎、胆结石。1989年她开始接触小儿推拿，通过学习，将家中外孙女的“小儿先天性斜颈”和“脐疝”治好，使之免遭手术之苦。消息传开后，有很多人慕名而来，她都是义诊、义教、义治，多年来已不记得治好了多少病人。

很多患者希望冯老医生将多年的实践经验整理出来，为宝宝身体健康保驾护航。为此，冯老医生不顾年迈，编写了《家庭实用小儿推拿手册》，记录了她

对小儿推拿的认识和感悟。因治病不打针、不用药，全凭手指推拿，所以病人称她为“手指医生”。冯老医生热爱中医，志在传播中医，其精神难能可贵。书中若有疏漏之处，望读者不必过多苛求，我们已得到了一位老人大半生的心血，应该感到庆幸。

在西药的毒副作用和追求自然疗法思潮日益兴盛的今天，小儿推拿正日益受到广大市民的重视，作为一种非药物、无痛苦、易接受且有效的自然疗法，既可治疗，又能预防保健，非常值得推广应用。值此书付梓之际，写此为序。

深圳市儿童医院教授 万力生博士

2010年10月于深圳

前 言

我的妈妈冯兴华今年 79 岁，河北省博野县小庄头村人。我小时候经常随母亲住在外祖父家，外祖父是位秀才，是方圆百里有名的中医，妈妈经常见有人套着马车来接“先生”去看病。我的外祖母是个识文断字的大家闺秀，从小跟着她的父亲学习中医，擅长治妇科、儿科病。妈妈从几岁就学读《神农本草经》、《汤头歌》。不幸的是她 6 岁的时候得了麻疹，合并“走马疳”连续三天发高烧，一夜就掉了五颗牙，差点没命了，是她的外祖父用中医中药把她从死神手中夺了回来。长大后，妈妈立志学医，治病救人，1954 年考入河北医学院医疗系，是村里的第一个大学生。临床工作的 30 年里，她一心扑在病人身上，经常加班加点，废寝忘食，自己也落下一身病：肾盂肾炎、胆囊炎、胆结石、颈椎病、高血压、冠心病……吃了无数的药，病情反反复复越来越重，她一直想找到能够治疗自己疾病的办法。1986 年，多年没有提职提级的妈妈就

在将要提级提职的关键时刻，毅然病退，到民间寻找治病良方。她先后通过跑步、气功治好了肾盂肾炎等疾病，但高血压、冠心病、胆囊炎、胆结石始终需要用药物维持治疗。1996年她得到了一本《耳穴治百病》，从此如饥似渴地学习，并将耳针变成用手指掐。四年间她治好了自己的高血压、冠心病、胆囊炎、胆结石。

1989年她在带大外孙女（我姐的女儿）的时候，接触到了小儿推拿按摩。她通过学习实践，不用针不用药，给大外孙女治好了平常的小儿感冒、发烧等多种常见病和急性乳突炎、流感等急症病例。大外孙女跟着她长到11岁，除了预防针没打过其他针，没吃过药。2000年，我的女儿出世了，一出世就头向右侧偏，睡眠时右侧脸着枕，左边脸向上，头呈三角形；在哭或咳嗽的时候脐部经常膨出一个有弹性的似鸡蛋大小的肿物；头发前发际很高，而且不清，两鬓没头发。妈妈说这种头偏斜叫“小儿先天性斜颈”，脐部肿物叫“脐疝”，两鬓没头发叫“鬓秃”。她和我每天坚持为女儿按摩，20天后“脐疝”就好了，两个月后“斜颈”也好了。可是孩子到了3岁“鬓秃”还不见好，我很发愁，女孩子长大了就这样多难看。妈妈制定了个治

疗方案：每月剃头一次，每日鲜姜芽擦前发际及两鬓。半年之后女儿缺少的头发全部长齐了。

每次传染病（感冒、手足口等病）流行的时候，妈妈就叫我与她一起给我的女儿推拿，以防感染。在孩子得病初期刚出现一点症状的时候就积极进行治疗，她说这叫“治未病”。她为孩子治病的过程满满记了两大本，她常说是两个外孙女让她又学会了一门技术。妈妈非常热心，还经常主动为邻居、亲朋推拿治病。日久天长消息传开，很多人慕名而来，她都是义诊、义教、义治，从不嫌烦，多年来不知教了多少病人推拿治病，十几年来我也学会了用推拿按摩治疗常见病、多发病。妈妈教病人治病的过程又记录了五大本。一次记者采访她，问治好那么多病分文不收感觉亏不亏？她斩钉截铁地说：“不亏！我为别人治病而在实践中得到了丰富的保健知识和治疗经验，这使我也健康起来了。健康是老年人最大的幸福，健康是用钱买不到的。”

78岁高龄的妈妈是我家最勤奋的人，退休20多年来，她退而不休，不断学习新的医学保健知识，经常去书城看书买书，市里只要有医学讲座，她就去听，

因为她治病都是不用针不用药，全凭手指推拿，有人叫她手指医生，她也自豪地称自己为“手指医生”。妈妈生活非常规律，每天晚上 10 点睡觉，早上 6 点起床，中午休息 40 分钟。上、下午不停地干家务或看书写书，并坚持锻炼身体。她经常说：“老了，看书写字半小时眼就疲劳，脑子也不清楚。”这时她就去干家务活，她说：“这叫科学利用时间。这样能使脑力与体力平衡，平衡才能不得病或少得病，也能推迟老化，延年益寿。”妈妈身体很好，每天买菜、做家务、带孩子……是家里的顶梁柱，还是我家的保健医。

妈妈希望将多年的实践材料整理出来，以供更多的爱好者及家庭参考。真正做到防病在病前，治病在病初，为宝宝的身体健康保驾护航。

因水平有限，书中难免有疏漏或不尽人意之处，真诚渴望读者不吝指正。此外小儿病情多变，必须密切观察，正确诊断，细心而确切地推拿。有些疾病还须咨询医生之后方可施行推拿。

史一焱（冯兴华女儿）

2010 年 10 月 28 日

目 录

概述	1
小儿推拿的基本知识	3
一、操作注意事项	4
二、推拿基本手法	6
1. 推法	6
2. 拿法	6
3. 揉法	6
4. 运法	7
5. 掐法	7
6. 按法	7
7. 点法	7
8. 分法	7
9. 合法	7
三、常用穴位	8
1. 百会穴	8
2. 天门穴	8

3. 攒竹穴.....	8
4. 鱼腰穴.....	9
5. 丝竹空穴.....	9
6. 黄蜂入洞穴.....	10
7. 人中穴.....	10
8. 脾土穴.....	10
9. 肝木穴.....	11
10. 心火穴.....	11
11. 肺金穴.....	12
12. 肾水穴.....	12
13. 少商穴.....	13
14. 中冲穴.....	13
15. 左端正.....	14
16. 右端正.....	14
17. 肾顶穴.....	15
18. 肾纹穴.....	15
19. 大肠穴.....	15
20. 小肠穴.....	16
21. 四横纹穴.....	17
22. 小横纹穴.....	17

23.	板门穴	17
24.	小天心	18
25.	内劳宫	18
26.	内八卦	19
27.	运土入水穴	20
28.	运水入土穴	21
29.	分阴阳	21
30.	合阴阳穴	22
31.	合谷穴	23
32.	二扇门	24
33.	精宁穴	24
34.	二人上马穴	24
35.	外八卦穴	25
36.	外劳宫穴	26
37.	乙窝风	27
38.	总筋穴	28
39.	列缺穴	28
40.	阳池穴	29
41.	上三关	29
42.	退六腑	30

43.	天河水	31
44.	天突穴	32
45.	气海穴	32
46.	龟尾穴	33
47.	涌泉穴	34
48.	桥弓穴	34
49.	天柱骨穴	34
50.	肩井穴	35
51.	老龙穴	36
52.	十宣	36
53.	胃经	36
54.	七节骨	37
55.	耳门	38
56.	听宫	38
57.	翳风	39
58.	足三里	39
59.	丰隆	40
60.	腹	40
61.	天枢	40
62.	曲池	41

小儿常见病治疗·····	43
一、呕吐·····	44
二、夜啼·····	48
三、鹅口疮·····	52
四、自汗、盗汗·····	54
五、小儿脐疝·····	57
六、腹股沟疝·····	61
七、小儿肌性斜颈·····	64
八、泄泻·····	68
九、腹痛·····	72
十、外感咳嗽·····	76
十一、感冒、高烧、惊风·····	79
十二、腮腺炎·····	83
十三、鬓秃·····	86
十四、哮喘·····	88
十五、遗尿·····	92
十六、口疮·····	96
十七、乳蛾（即急性扁桃体炎）·····	101
十八、疳积（营养不良）·····	104
十九、手、足、口病·····	107

二十、睑板腺囊肿·····	110
二十一、急性化脓性中耳炎·····	112
二十二、睑腺炎·····	115
二十三、尾骨骨折或脱位·····	117
二十四、目赤痛（红眼病）·····	119
二十五、痢疾·····	122
二十六、荨麻疹·····	126
二十七、小儿癫痫·····	131
二十八、鼻衄、齿衄（鼻出血、齿出血）·····	135
二十九、小儿脑性瘫痪·····	138
三十、便秘·····	146
三十一、脱肛·····	150
参考文献·····	153