



栾长业 单永进 编绘

小儿推拿图解

人民卫生出版社

(京)新登字081号

内 容 提 要

《小儿推拿图解》一书是山东省烟台地区威海疗养院栾长业、单永进等同志集三十余年的小儿临床推拿经验编绘而成的。

该书共分六大部分。第一部分为小儿推拿常用手法，第二部分为小儿推拿常用穴位，第三部分为常用穴位主治作用类别，第四部分为应用小儿推拿应掌握的基本知识，第五部分为小儿常见病症推拿穴位处方，第六部分为古书有关歌诀选录。

全书约5万字，100余幅图，主要供中级医务工作者、农村基层乡医，以及广大小儿推拿业余爱好者学习和参考用。

小 儿 推 拿 图 解

栾长业 单永进 编绘

人民卫生出版社出版

(北京市崇文区天坛西里10号)

北京市卫顺印刷厂印刷

新华书店北京发行所发行

787×1092毫米32开本 3 $\frac{3}{4}$ 印张 77千字

1986年1月第1版 1994年12月第1版第4次印刷

印数：82 586~87 585

ISBN 7-117-00346-4/R·347 定价：3.40元

〔科技新书目333—194〕

小儿推拿图解

栾 长 业
单 永 进 编 绘

人 民 卫 生 出 版 社

序 言

推拿古称“按摩”，是由“导引”和“按跷”发展而来的，在我国已有几千年的历史，早在《汉书·艺文志》中就载有《黄帝·歧伯按摩十卷》专门著作传世。由于推拿疗法具有疗效显著和简便、经济的特点，故深受广大人民群众欢迎，它是祖国医学宝库中的一颗瑰丽的明珠。

《小儿推拿图解》一书的作者栾长业医师从事推拿工作已三十余年，有丰富的临床经验，在手法和理论方面亦有一定的研究。他编著的《推拿疗法》一书，以其简明、实用、易学等特点，博得了广大医务工作者的欢迎；他对多种疾病的临床治疗经验，在国内产生了一定影响；他编绘的《推拿挂图》填补了推拿挂图的空白，丰富了推拿学科的内容。

《小儿推拿图解》一书是作者继承了前人的经验；融汇了他多年临床心得著成的。书中对常用手法操作，穴位部位与主治功效，作了比较详尽的介绍，内容丰富，实用，文图并茂，易学易用，是一本比较理想的小儿推拿专著。它既是广大医务工作者的参考用书，也是广大推拿初学者和爱好者的良师益友。

相玉忠

八四·六月

前 言

推拿疗法是祖国医学中的重要组成部分之一。它出自《内经》，又称按摩、按跷、导引。其特点是：临床治病不是借助药或针的作用，而是凭医者熟练的手法施术于人体产生的机械性刺激和经络受术后的传导感应作用，激发机体内部的生理功能，使其旺盛，从而达到扶正祛邪的目的。

由于推拿治病具有经济简便、施治安全、疗效显著，又无副作用等优点，故常可在术后收到立杆见影的效果。古今大量临床资料和编者切身体验也证明：推拿确属施之可行，行之必效的疗法。这种古老的传统推拿疗法，至今仍不失其科学性和独特性，乃为人民所需要和欢迎。

为继承、发扬、整理、提高祖国医学遗产，并基于广大群众防病治病的需要，编绘者根据本人30多年的推拿临床实践，又参考了一些有关文献，编绘出《小儿推拿图解》这本小册子以贻读者。

本书的特点是：所介绍的手法和穴位均以黑白线条图表示，图示清晰，手法穴位准确，并有简明扼要的文字说明，一般读者都能看得懂，学得会，用得上。适应于中级医务工作者、农村基层乡医，以及广大小儿推拿业余爱好者学习和参考之用。

本书在编绘过程中，曾蒙烟台地区卫生局相玉忠和威海疗养院党委段润平、王成云、吕以思等领导同志的大力支持和鼓励，在此一并致谢。

编绘者

一九八四年三月一日于威海

目 录

文字部分

一、小儿推拿常用手法····· 1

(一) 推法····· 1

1. 直推法 ····· 1

2. 分推法 ····· 3

3. 旋推法 ····· 3

(二) 运法····· 4

1. 拇指运法 ····· 4

2. 摇肘肘法 ····· 5

(三) 揉法····· 6

1. 指揉法 ····· 6

2. 掌揉法 ····· 6

3. 鱼际揉法 ····· 6

(四) 摩法····· 7

1. 指摩法 ····· 7

2. 掌摩法 ····· 7

3. 旋摩法 ····· 7

(五) 掐法····· 8

(六) 拿法····· 9

(七) 按法····· 9

(八) 捏法····· 11

1. 捏脊法 ····· 11

2. 挤捏法 ····· 11

(九) 捣法····· 13

(十) 搓法····· 14

(十一) 扯法····· 15

(十二) 滚法····· 15

(十三) 挪法····· 15

(十四) 擦法····· 16

二、小儿推拿常用穴位····· 18

(一) 头面颈项部穴位

与手法····· 18

1. 天门 ····· 18

2. 坎宫 ····· 22

3. 天庭 ····· 22

4. 山根 ····· 23

5. 延年 ····· 23

6. 准头 ····· 24

7. 人中 ····· 24

8. 承浆 ····· 24

9. 牙关 ····· 25

10. 耳风门····· 25

11. 太阳····· 25

12. 黄蜂入洞····· 27

13. 囟门····· 27

14. 百会····· 27

15. 天突····· 29

16. 桥弓····· 29

17. 高骨····· 29

18. 天柱·····	31	24. 小横纹·····	53
19. 大椎·····	31	25. 五经纹·····	53
20. 揉耳摇头·····	32	26. 运水入土·····	54
21. 双凤展翅·····	33	27. 运土入水·····	54
(二) 上肢内侧及掌面穴		28. 打马过天河·····	55
位与手法·····	33	(三) 上肢外侧及掌背面	
1. 三关·····	33	穴位与手法·····	55
2. 天河水·····	35	1. 一窝风·····	56
3. 六腑·····	36	2. 二马·····	56
4. 总筋·····	36	3. 外劳宫·····	56
5. 鱼际交·····	37	4. 威灵·····	57
6. 板门·····	38	5. 精宁·····	59
7. 板门推向横纹·····	38	6. 二扇门·····	60
8. 横纹推向板门·····	40	7. 五指节·····	61
9. 分阴阳·····	40	8. 老龙·····	62
10. 八卦·····	40	9. 端正·····	63
11. 水底捞月·····	41	10. 十宣·····	63
12. 内劳宫·····	42	11. 天门入虎口·····	64
13. 胃经·····	43	(四) 躯干部穴位与手法·····	65
14. 脾经·····	45	1. 肩井·····	65
15. 肝经·····	45	2. 肺俞·····	65
16. 心经·····	46	3. 脾俞·····	67
17. 肺经·····	48	4. 脊柱·····	67
18. 肾经·····	48	5. 七节骨·····	68
19. 大肠·····	49	6. 龟尾·····	69
20. 小肠·····	49	7. 长强·····	69
21. 肾顶·····	51	(五) 胸腹部穴位与手法·····	69
22. 肾纹·····	51	1. 膻中·····	69
23. 四横纹·····	52	2. 乳旁·····	71

3. 胁肋	71
4. 腹阴阳	73
5. 中脘	73
6. 肚脐	74
7. 天枢	75
8. 丹田	75
9. 肚角	76
(六) 下肢部穴位与手法.....	77
1. 足膀胱	77
2. 箕门	77
3. 百虫	79
4. 鬼眼	79
5. 足三里	80
6. 前承山	80
7. 委中	81
8. 三阴交	81
9. 解溪.....	81
10. 仆参.....	83
11. 后承山.....	83
12. 昆仑.....	83
13. 涌泉.....	84

三、常用穴位主治作用

类别.....	85
(一) 解表类.....	85
(二) 清热类.....	85
(三) 补益类.....	85
(四) 温阳散寒类.....	85
(五) 消食化滞类.....	85
(六) 止泻类.....	85

(七) 止腹痛类.....	86
(八) 通大便类.....	86
(九) 止呕吐类.....	86
(十) 利小便类.....	86
(十一) 开胸、理气、化痰、 止咳类.....	86
(十二) 镇惊安神类.....	86
(十三) 醒神开窍类.....	86
(十四) 止抽搐类.....	86
(十五) 固表止汗类.....	86
附：穴位手法表.....	87

四、应用小儿推拿应掌握的

基本知识.....94

(一) 小儿推拿常用介质.....	94
(二) 小儿推拿手法补泻 和补泻量.....	95
1. 手法补泻	95
2. 补泻量	95
(三) 推拿的体位.....	95
(四) 推拿的顺序.....	95
(五) 治则和处方.....	96

五、小儿常见病症推拿

穴位处方.....96

(一) 感冒.....	96
(二) 发热.....	96
1. 外感发热	96
2. 阴虚发热	97
3. 肺胃实热	97
4. 小儿夏季热	97

(三)咳嗽·····97	(二十二)腮腺炎·····101
1. 外感咳嗽·····97	(二十三)百日咳·····102
2. 内伤咳嗽·····97	(二十四)水痘·····102
(四)哮喘·····97	(二十五)小儿传染性肝
(五)肺炎·····98	炎·····102
(六)腹胀·····98	(二十六)目赤痛·····102
(七)泄泻·····98	(二十七)咽喉肿痛·····102
1. 伤食泻·····98	(二十八)口疮·····102
2. 热泻·····98	(二十九)解颅·····103
3. 寒泻·····98	(三十)小儿肌性斜颈·····103
4. 脾虚泻·····99	(三十一)小儿蛔虫性
(八)痢疾·····99	肠梗阻·····103
1. 赤痢·····99	(三十二)小儿保健·····103
2. 白痢·····99	六、古书有关歌诀选录 ·····103
(九)呕吐·····99	小儿无病歌·····103
1. 伤食吐·····99	看面审病歌·····104
2. 热吐·····99	观形色审病歌·····104
3. 寒吐·····100	望鼻色主病歌·····104
(十)疳积·····100	望耳色主病歌·····105
(十一)大便秘结·····100	查五指审候歌·····105
(十二)食欲不振·····100	脉纹察病歌·····105
(十三)腹痛·····100	三关部位歌·····105
(十四)急惊风·····100	三关脉纹主病歌·····106
(十五)遗尿·····100	五脏有病呈现面部歌·····106
(十六)尿频·····101	观面色审音歌·····106
(十七)尿潴留·····101	脉症宜忌歌·····106
(十八)脱肛·····101	八段锦歌·····107
(十九)盗汗·····101	推拿手法主治歌·····107
(二十)自汗·····101	十三大手法主治歌·····109
(二十一)夜啼·····101	手法治病歌·····109

图 谱 部 分

- | | | | |
|------|-----------------------|-------|--------------------------|
| 图1-1 | 拇指直推法····· 2 | 图16 | 全身背面穴位
分布图····· 20 |
| 图1-2 | 食中指直推法····· 2 | 图17 | 头面颈部穴位
分布图····· 21 |
| 图1-3 | 掌直推法····· 2 | 图18 | 推天门····· 21 |
| 图1-4 | 拇指分推法····· 3 | 图19 | 推坎宫····· 22 |
| 图1-5 | 旋推法····· 4 | 图20 | 掐天庭至承浆····· 23 |
| 图2-1 | 拇指运法····· 4 | 图21 | 掐人中····· 24 |
| 图2-2 | 摇肘肘法····· 5 | 图22 | 揉牙关····· 25 |
| 图3-1 | 指揉法····· 6 | 图23 | 运耳风门····· 26 |
| 图3-2 | 掌揉法····· 7 | 图24 | 运太阳····· 26 |
| 图3-3 | 鱼际揉法····· 7 | 图25 | 揉黄蜂入洞····· 26 |
| 图4-1 | 指摩法····· 8 | 图26-1 | 推囟门····· 27 |
| 图4-2 | 掌摩法····· 8 | 图26-2 | 分推囟门····· 28 |
| 图4-3 | 旋摩法····· 8 | 图27 | 按揉百会····· 28 |
| 图5 | 掐法····· 9 | 图28-1 | 挤天突····· 29 |
| 图6 | 拿法····· 10 | 图28-2 | 揉天突····· 30 |
| 图7 | 拇指按法····· 10 | 图29 | 捏桥弓····· 30 |
| 图8-1 | 捏法正位手势····· 11 | 图30 | 揉高骨····· 31 |
| 图8-2 | 捏法正位手势····· 12 | 图31 | 推天柱骨····· 32 |
| 图8-3 | 捏脊法····· 12 | 图32 | 揉大椎····· 32 |
| 图8-4 | 挤捏法····· 12 | 图33 | 揉耳摇头····· 33 |
| 图9 | 捣法····· 13 | 图34 | 双凤展翅····· 34 |
| 图10 | 搓法····· 14 | 图35 | 上肢内侧及掌面穴
位分布图····· 34 |
| 图11 | 扯法····· 15 | 图36 | 推三关····· 35 |
| 图12 | 滚法····· 16 | 图37 | 推天河水····· 36 |
| 图13 | 挪法····· 17 | 图38 | 推六腑····· 37 |
| 图14 | 擦法····· 17 | 图39 | 掐总筋····· 37 |
| 图15 | 全身正面穴位
分布图····· 19 | 图40 | 掐揉鱼际交····· 38 |

图41	揉板门·····39	图68	掐精宁·····60
图42	板门推向横纹·····39	图69-1	揉二扇门·····61
图43	横纹推向板门·····40	图69-2	掐二扇门·····62
图44	分阴阳·····41	图70	掐五指节·····62
图45-1	八卦穴分布图·····42	图71	掐老龙·····63
图45-2	运内八卦·····43	图72	掐左右端正·····64
图46	水底捞月·····43	图73	掐十宣·····64
图47	揉内劳宫·····44	图74	推天门入虎口·····65
图48	推胃经·····44	图75	拿肩井·····66
图49-1	屈指直推脾经·····45	图76-1	揉肺俞·····66
图49-2	直推脾经·····46	图76-2	分推肺俞·····67
图50	推肝经·····47	图77	推脊柱·····68
图51	推心经·····47	图78	推七节骨·····68
图52	推肺经·····48	图79	揉龟尾·····69
图53	推肾经·····49	图80	揉长强·····70
图54	推大肠·····50	图81-1	揉膻中·····70
图55	推小肠·····50	图81-2	分推膻中·····71
图56	揉肾顶·····51	图82	揉乳旁·····72
图57	揉肾纹·····52	图83	搓摩胁肋·····72
图58	掐四横纹·····52	图84	分推腹阴阳·····73
图59	揉掌小横纹·····53	图85-1	掌揉中脘·····74
图60	运水入土·····54	图85-2	摩中脘·····74
图61	运土入水·····55	图86	揉肚脐·····75
图62	握马过天河·····56	图87	揉天枢·····76
图63	上肢外侧及掌背面 穴位分布图·····57	图88	揉丹田·····76
图64	揉一窝风·····58	图89	拿肚角·····77
图65	揉二马·····58	图90	拿足膀胱·····78
图66	揉外劳宫·····59	图91	推箕门·····78
图67	掐威灵·····60	图92	拿百虫·····79
		图93	拿鬼眼·····79

图94	掐足三里·····80	图97-2	揉运三阴交·····82
图95	拿前承山·····80	图98	掐解溪·····82
图96	拿委中·····81	图99	掐仆参·····82
图97-1	推运三阴交·····82	图100	揉涌泉·····84

一、小儿推拿常用手法

推拿手法是治病的工具和手段，手法熟练与否将直接影响着治疗效果的好坏，也是治病成败的关键。小儿与成人不同，皮肤娇嫩，肢端短小，又不配合，所以只有熟练掌握手法操作，才能达到体表施术，体内感应和内呼外应的目的，收到满意的效果。

熟练手法除着重练用力均匀，稳妥着实，持久有力，使之达到轻而不浮，重而不滞，刚中有柔，柔中有刚，或刚柔相兼的程度外，还须注意手势得当，否则也会影响施术。

小儿推拿手法甚多，其中有的手法虽与成人推拿手法相同，但动作姿势却不一样。如推法：小儿推法是以拇指或食、中指指腹向一个方向推抹，或同时向相反方向直线分推；而成人推法则是以拇指端着力，以拇指末节作屈伸活动，逐渐向前移行。两种推法无论在动作手势和感觉上均不一样。小儿常用的推拿手法有：推、运、揉、摩、掐、搓、理、捣、擦、捏、挤、摇、抖等十几种。这些手法最适施于5岁以下的患儿，年龄越小越易奏效。5岁以上的患儿可配合采用成人的一些推拿手法进行，以达深透。

（一）推法

推法为小儿推拿最常用的手法之一。根据施术方向可分为直推、分推、旋推三种。并有旋推为补，直推为清为泻（向指根方向）；屈其指直推为补，直其指直推为泻；往上推为清，往下推为补等说法。临床上各取所用，均有疗效。

1. 直推法 以拇指端外侧缘，或以拇指螺纹面，或以

食、中二指指腹，或以掌根在穴位上向前，或向外直线推抹（图 1-1，图 1-2，图 1-3）。

文献摘引

“推者，医人以右手大指面蘸汤水于其穴处向前推也。”

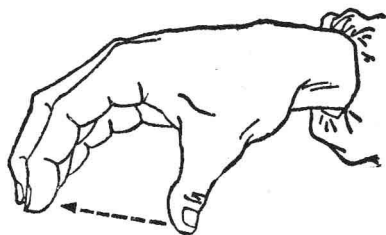


图 1-1 拇指直推法

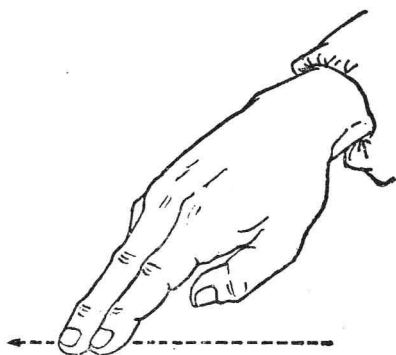


图 1-2 食中指直推法

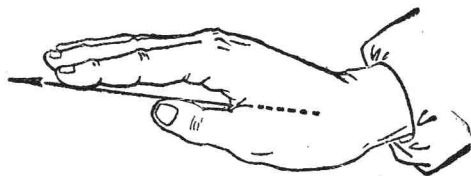


图 1-3 掌直推法

（摘自《推拿仙术》）

“凡推法必似线行，毋得斜曲，恐动别经而招患也。”（摘自《小儿推拿广意》）

2. 分推法 医用双拇指螺纹面，自穴中央向其两旁作“←→”“↙↘”方向分推（图 1-4）。此法在临床上较为多用，如推坎宫，推囟门，推天门，分阴阳，推膻中，分推腹阴阳等。

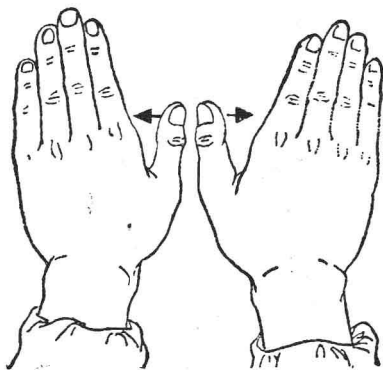


图 1-4 拇指分推法

文献摘引

“分阴阳：屈儿拳于手背上，四指节从中往两下分之，分利气血。”（摘自《小儿按摩经》）

“……就横纹上以两大指中分，望两旁抹，为分阴阳，……。”（摘自《小儿推拿方脉活婴秘旨全书》）

3. 旋推法 医者用拇指腹螺纹面在穴（部）位上作频频旋转移动，速度较运法为快，用力较指揉法略轻（图 1-5）。

文献摘引

“脾土：曲指左转为补，直推为泻。”（摘自《按摩经》）

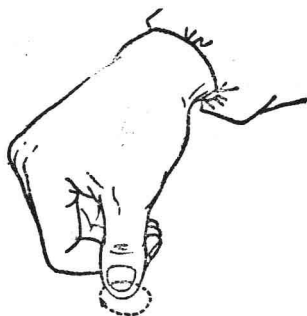


图 1-5 旋推法

“大指面属脾，……曲者旋也，于指正面旋推为补，直推至指甲为泻。”（摘自《幼科铁镜》）

（二）运法

1. 拇指运法 医者用单手或双手拇指面，或食、中、无名指面在穴（部）位上由此往彼作弧形或环形运转（图 2-1）。此法有顺运为泻，逆运为补，左运汗，右运凉及左转止

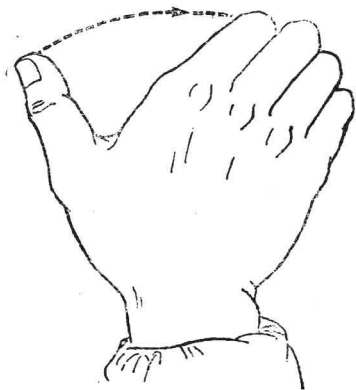


图 2-1 拇指运法

吐，右转止泻等说法。

此法为临床常用之法，如运太阳，运八卦，运土入水，运水入土等。

文献摘引

“周于蕃曰：运则行之，谓四面旋转环绕而运动之也，宜轻不宜重，宜缓不宜急，俾血脉流动，筋络宣通，则气机有冲（中）和之致。”（摘自《厘正按摩要术》）

2. 摇肘肘法 医者先以左手拇、食、中三指托患儿之肘肘，再以右手拇、食二指叉入虎口，同时用中指按定天门穴，然后屈患儿之手上下摇之（图2-2）。摇20~30次。



图 2-2 摇肘肘法

文献摘引

“运者，行动之谓也。”（摘自《推拿捷径》）