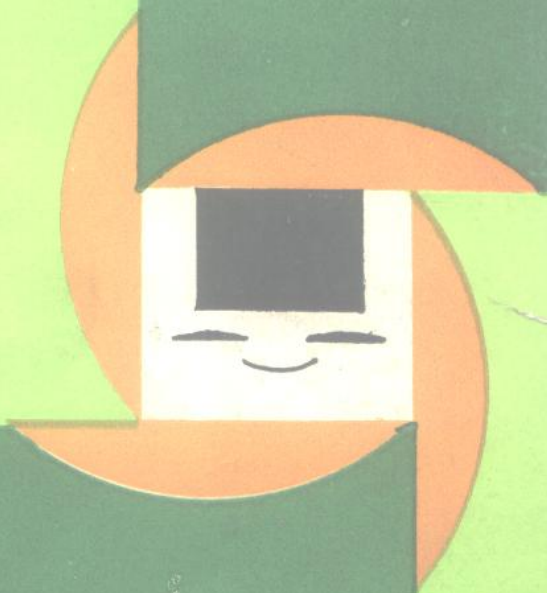




● 孙德仁 编 著

● 科学技术文献出版社重庆分社

4
baobaotaina

宝宝推拿

宝 宝 推 拿

孙德仁 编 著
屈峰 审 阅
杨 钊

科学技术文献出版社重庆分社

宝 宝 推 拿

孙德仁 编著

科学技术文献出版社重庆分社 出版

重庆市市中区胜利路132号

山 西 省 新 华 书 店 发 行

山西中医药研究杂志社印刷厂 印刷

开本:787×1092 1/32 印张:4.625 字数:97千字

1990年2月第1版

1990年2月第1次印刷

印数: 1—12500册

ISBN 7-5023-1091-5/R·156 定价: 2.20元

目 录

第一章 小儿推拿简史.....	(1)
第二章 小儿推拿原理.....	(4)
第一节 小儿推拿治疗的基本原理.....	(4)
第二节 小儿推拿对调整气血及内脏功能的基本 原理.....	(4)
第三章 小儿推拿治法概要.....	(8)
第四章 小儿推拿常用手法.....	(11)
一、推法.....	(12)
二、揉法.....	(13)
三、按法.....	(15)
四、摩法.....	(15)
五、掐法.....	(16)
六、运法.....	(17)
七、搓法.....	(17)
八、摇法.....	(18)
九、捏法.....	(18)
十、拿法.....	(19)
十一、捣法.....	(19)
十二、扯法.....	(20)
十三、滚法.....	(20)

十四、擢法	(21)
十五、擦法	(22)
第五章 常用穴位及手法	(23)
第一节 头面部穴位及手法	(27)
第二节 胸腹部穴位及手法	(33)
第三节 腰背部穴位及手法	(41)
第四节 上肢部穴位及手法	(46)
第五节 下肢部穴位及手法	(71)
第六节 复式手法	(78)
第六章 小儿常见病症的推拿治疗	(83)
一、感冒	(83)
二、发热	(84)
三、咳嗽	(86)
四、哮喘	(87)
五、肺炎	(89)
六、腹胀	(90)
七、婴幼儿腹泻	(91)
八、痢疾	(94)
九、呕吐	(96)
十、疳积	(97)
十一、便秘	(99)
十二、食欲不振	(100)
十三、腹痛	(101)
十四、头痛	(103)
十五、血证	(105)
十六、惊风	(106)

十七、遗尿·····	(108)
十八、尿频·····	(109)
十九、癃闭·····	(110)
二十、脱肛·····	(111)
二十一、肠套叠·····	(112)
二十二、盗汗、自汗·····	(113)
二十三、夜啼·····	(114)
二十四、腮腺炎·····	(116)
二十五、百日咳·····	(117)
二十六、麻疹·····	(118)
二十七、水痘·····	(121)
二十八、传染性肝炎·····	(122)
二十九、流行性乙型脑炎·····	(123)
三十、小儿麻痹后遗症·····	(124)
三十一、小儿肌性斜颈·····	(126)
三十二、佝偻病·····	(128)
三十三、小儿保健·····	(129)
附录 古书歌诀选录·····	(130)
小儿推拿应掌握的基本知识·····	(137)

第一章 小儿推拿简史

小儿推拿，也称小儿按摩，是祖国医学伟大宝库的一个组成部分，属于外治法之一，它有着悠久的历史，是广大劳动人民长期与疾病作斗争的经验总结。

远在战国时期，按摩在医疗中就被广泛应用。著名医生扁鹊运用按摩、针灸，成功地抢救了赵太子的尸厥病。秦汉时期的《内经》已有了用按摩疗法治疗痹病、痿症、口眼歪斜、胃病等病的记载。我国第一部按摩专著《黄帝岐伯按摩十卷》（已失），据考证也是秦汉时期著成的书。

魏、晋、隋、唐时期，推拿疗法的应用盛行，已有按摩专科，并设按摩博士、按摩师等职称。晋代著名医学家葛洪在《肘后备急要方》中曾介绍掐人中穴可治昏厥的方法，亦曾介绍治头风脑掣痛不可禁者摩膏主之。隋唐时期在人体表面上施行按摩手法时，涂上中药膏称膏摩，可防止病人的皮肤破损，又可使药物和手法的功效相得益彰。膏摩还可以防治小儿疾病，如《千金要方》说：“小儿虽无病，早起常用膏摩囟上及手足心，甚辟寒风。”又：“小儿心腹常热，皆母腹中存垢未清，血气不和所致，故用丹参、雷丸、硝黄、戎盐散血热之药，制为赤膏，掌摩心下，使瘀散血和，其热自除……”。治少小腹胀满，米盐炒摩腹上，以调水土之逆。又有“治少小新生肌腹幼弱，喜为风邪所中，身体壮热，或中大风，手足惊掣，用五物甘草生摩膏摩儿百会。”

又有“治少小中客忤项强欲死，着儿母掩儿脐中，儿吐下愈。”“治小儿夜啼，以儿母手掩脐中，亦以摩儿头及脊验……。”在防治婴幼儿疾病方面起着积极的作用。膏的种类很多，有莽草膏、丹参膏、乌头膏、野葛膏、陈元膏和木防己膏等。根据不同疾病，加以选择应用。

宋及金元时期，推拿疗法应用更加广泛。并注意了手法的分析。如《圣济总录》中说：“可按可摩，时兼而用，通谓之按摩；按之弗摩，摩之弗按，按止以手，摩或兼以药，曰按曰摩，适所用也……世之论按摩，不知析而治之，乃合导引而解之，夫不知析而治之，固已疏矣。又合以导引，益见其不思也。大抵按摩法，每以开达抑遏为义，开达则雍蔽者以之发散，抑遏则漂悍者有所归宿。”这种对每个具体手法的分析，使人们对推拿治疗作用的认识有了进一步提高。在这以前，有关的医学著作中，谈到按摩的作用，多以温通闭塞解释。到了那时，《儒门事亲》中就提出导引按摩具有解表发汗的作用。

明代按摩在治疗小儿疾病方面积累了丰富的经验，形成小儿推拿的独特体系，当时有很多专著，如收集在《针灸大成》内的《保婴神术按摩经》、《小儿推拿方脉活婴秘旨全书》、《小儿推拿秘诀》等。其中《保婴神术按摩经》是我国现存最早的小儿推拿专著，称按摩为推拿亦是从此书开始的。

清朝小儿推拿在儿科临床应用颇受重视，如张山雷在《小儿药证直诀笺正》中曾说：“若至儿医，则不晓推拿手法，岂敢颀颜以编撰幼科专书，贻讥大雅……。”当时的重要著作有《小儿推拿广意》、《幼科推拿秘书》、《保赤推拿》、

《厘正按摩要术》、《幼科铁镜》、《增图考释推拿》等，在儿科著作中也占有相当大的比重。

解放后，在党的中医政策指引下，我国传统的推拿疗法也受到应有的重视，小儿推拿的专著陆续出版，如《小儿推拿疗法》、《儿科推拿疗法简编》、《小儿推拿概说》，其中《小儿推拿概说》一书，在一九八五年又经修订改名为《实用小儿推拿》等，都是比较全面的小儿推拿专著。今后，相信古老的小儿推拿方法必将为儿童保健事业作出更大的贡献，放射出更加瑰丽的光彩。

第二章 小儿推拿原理

第一节 小儿推拿治疗的基本原理

小儿推拿属中医外治法范围，是医者施用按摩手法治疗疾病的一门中医学科。推拿通过手法，作用于人体体表的特定部位，以调节机体的生理、病理状况，达到治疗目的，也就是说医生通过“手法”所产生的外力，在患儿体表特定的部位或穴位上作功，这种功是医生根据具体的病情，运用各种手法技巧，所作的有用的功，从而起到纠正解剖位置的作用，这种功也可转换成各种能并渗透到体内，改变其有关的系统内能，从而起到治疗作用，这种功可做为信息的载体，向人体某一系统或器官传入信号，起调整脏腑功能的治疗作用。

第二节 小儿推拿对调整气血及内脏功能的基本原理

凡疾病的发生、发展、变化与患病机体的体质强弱和致病因素的性质有极为密切的关系。病邪作用于人体，正气奋起抗争，正邪斗争，破坏了人体的阴阳相对平衡，使脏腑气机升降失常，气血功能紊乱，从而产生了一系列的病理变化。

小儿推拿，对脏腑功能有明显的调整阴阳平衡的作用。如肠道蠕动亢进者，在腹部和背部进行适当的推拿，可

使亢进者受到抑制而恢复正常。反之，肠蠕动功能减退者，则可促进其蠕动正常。这说明推拿可以改善和调整脏腑功能，使脏腑阴阳得到平衡。这种调整阴阳的作用是通过经络，气血而起作用的。因为经络遍布全身，内属脏腑，外络于肢节，沟通人体所有的脏腑、器官、孔窍及皮毛、筋肉等。推拿手法作用于体表局部，通过经络行气血、濡筋骨，并通过经络影响到内脏及其它部位。

一、推拿对气血的作用

1、气、血的生成 气、血是构成人体的基本物质，是正常生命活动的基础，人的生命活动是气、血运动变化的结果。

人体最基本的气是元气，它的生成有赖于肾中的精气、水谷精气和自然清气的结合，其生理功能的发挥有赖于气机的调畅。

血是由脾胃运化的水谷精气化生而成。血与营气共行脉中，在心、肝、脾的作用下流注全身，起濡养全身肢体脏腑的作用。

由此可见，气血的生成都需水谷精微的充分供给，而这又有赖于胃的受纳腐熟功能及脾的运化功能。脾的运化功能包括消化、吸收及输布精微诸方面。推拿是通过健脾胃，促使人体气、血的生成，同时通过疏通经络加强肝的疏泄功能来促进气机的调畅，这样又加强了气生血、行血、摄血的功能，促进或改善人体血液循环，使人体气血充盈而调畅。正如《灵枢·平人绝谷篇》说：“血脉和利，精神乃居”。

2、推拿对脾胃功能和气血循行的作用

气、血、精乃人体生命活动的物质基础，其充足与

否直接影响到脏腑的生理功能。然而先天之精需得脏腑精气的培育，气血充盈通顺须赖五脏六腑的生化，脏腑气机的调畅。脾胃乃后天之本、气血生化之源，因此脾之健运，胃之受纳是人体生理功能的基本保证。

胃主受纳主降，脾主运化主升。胃的受纳腐熟水谷为脾的运化提供了来源，脾的运化又是胃继续受纳的重要条件。脾必须把水谷精微上输至肺，这种输布作用称为升。胃必须向下传送食物，不便停留才能完成消化过程，所以说这个过程为降。

推拿对脾胃的调节主要通过加强胃的功能，调畅气机而实现的。临床经常用分腹阴阳摩腹来促进胃肠道降功能，用推、揉、按等手法按摩脾俞、胃俞、足三里、板门、脾土或用捏脊手法在背部督脉及脾胃区域施治，以促进脾胃及全身气血的运行，达到增强脾运化功能的作用。

推拿对气血运行的作用，除了通过疏通经络和加强肝的疏泄功能外，还可通过手法的直接作用来改变、促进气血运行的能力。

二、推拿的补泄作用对内脏功能的调节

“虚者补之、实者泻之”是中医治疗的基本法则。“补”乃补正气之不足。凡能补充人体物质之不足或增强人体组织某一功能的治疗方法，即谓之“补”。“泻”乃泻邪气之有余。凡是有直接祛除体内病邪的作用，或抑制组织器官功能亢进的治疗方法，则谓之“泻”。

小儿推拿中的补、泻作用，乃是手法刺激在人体某一部位，使人体气血津液，经络脏腑产生相应变化。因此推拿的补泻必须根据小儿的具体情况，把手法的轻重、方向、快

慢、刺激的性质及治疗的部位相结合起来，才能体现出来。

1、手法刺激性质与量对内脏的“补”“泻”作用 对某一脏腑来说，弱刺激能活跃兴奋生理功能，强刺激能抑制生理功能。例如：脾胃虚弱，则在脾经、板门、脾俞、胃俞、中脘、气海等穴用轻揉的揉法或一指禅推法进行较长时间的节律性刺激，可取得较好的效果；胃肠痉挛则在背部相应的俞穴用点、按等较强烈的手法作较短时间的刺激，痉挛即可缓解。

作用时间较短的重刺激，可抑制器官的生理功能，可为之“泻”；作用时间较长的轻刺激可活跃兴奋脏器生理功能，即可谓之“补”。从这一意义上说，重刺激为“泻”，轻刺激为“补”。但这种因手法刺激的轻重所起的补、泻作用，其补泻的压力分界量，是随着各人的体质以及各个不同刺激部位接受刺激的阈值而异。在临床上则是以患儿有较强烈的腹胀感和较轻微的腹胀感来作分界量，当然这仅是一个近似值。

但是，推拿手法对内脏的补泻作用，除了和手法的轻重有关外，还和具体的刺激部位有密切关联，因此，根据疾病选择适当的治疗部位，根据病情和小儿的体质采用不同量的轻重手法，根据不同的治疗部位选用相适应的手法是推拿补泻作用的关键。

2、手法频率和方向与“补泻”的关系 手法频率在一定范围内的变化，仅是个量的变化。古人对手法频率与补、泻的关系也有记载，如周于藩曰：“缓摩为补，急摩为泻”。

关于手法方向与补、泻的关系，历代文献中记载，多是左转为补，右转为泻，直推为泻，还是符合实际的。

第三章 小儿推拿治法概要

小儿推拿是祖国医学外治法之一，它的具体治疗方法，是由治疗原则所规定，并从属于一定的治疗原则的。由于小儿生理、病理的特点，以外感病和饮食内伤居多，因此在推拿治疗上以汗、清、消法为多用，常用的还有和、吐、下、温、补法等。

现将临床小儿推拿常用的八法分述如下：

一、汗法：即解法，是发汗、发散的意思，是一种疏散外邪，解除表证的方法。主要适用于风寒外感和风热外感两种病证。在施行推拿手法时，对风寒外感，用先轻后重的手法加强刺激，步步深入，使额上、鼻尖汗出或全身汗出，达到祛风散寒的目的。常用开天门、推坎宫、运太阳疏风解表，用推三关、掐揉二扇门、拿风池、拿肩井疏风散邪，发汗解表。对风热外感，手法宜柔和轻快，使腠理疏松，患儿感到汗毛竖起，周身舒适，肌表做汗潮润，则贼邪自散，病体霍然而愈。常用清天河水，揉小天心清热解表。

二、清法：即清热法。《素问·至真要大论》说：“热者寒之”，“治热以寒”是清法的立法依据。主要用于热邪羁留的热证。热病的症状极其复杂，治疗时应鉴别病在里，还是在表，病在里者还需辨别是属气分热还是血分热，是实热还是虚火，然后才可根据不同情况，采取相应的手法。在表者，当以清热解表，常用推天河水、掐风池、掐揉二扇门；病在里且属气分大热者，当清其气分之邪热，用清心

经、退六腑、清板门、掐四横纹、推小横纹，在血分热者，当清热凉血，常用推脊柱、掐十宣、揉涌泉等手法。

三、消法：即消导法，一般指消食导滞而言。《医学心悟》曾说：“消者，去其壅也”。主要适用于小儿饮食不节，乳食停滞之症。常用揉板门分腹阴阳、揉中脘、揉肚脐以健脾和胃，消食异滞，运达上下之气，顺运八卦宽胸理气，导滞消食；揉天枢疏大肠，理气消滞。消法的推拿手法有消除有形实邪的作用，对脾胃素虚或积滞久而耗伤正气者，须当配合扶正健脾的手法。只有善于权衡寒热虚实，缓急轻重，采取正确手法，才能恰合病情，手到病除。

四、和法：即和解法。是通过和解法调和作用，以达到消除病邪为目的的一种治疗手法。可以调脉气，和经血，主要适用于气血不和、脾胃不和等证。在临床实践中，常用分阴阳，揉小横纹穴、揉小天心穴来调和气血。用掐揉足三里，分腹阴阳等手法来调和脾胃。

五、吐法、是通过引起呕吐，使停留于咽喉、胸膈、胃脘等部位的痰涎宿食或毒物从口排出的一种治法。《素问·至真要大论》说：“其高者，因而越之”。对于咽喉痰涎壅阻，宿食留滞胃脘，误食的异物或毒尚在胃中等，皆可使用此法，及时排除病邪。常用点天突穴和推清板门穴等手法催吐。吐法虽有它一定的疗效，但刺激咽喉、胃脘，易损正气，且较痛苦，因而临床多限于病情剧急，必须迅速吐出实邪者。

六、下法：是通过泻下大便，使停留在肠胃的宿食、燥法、实热从下而泻，以解除疾病的一种治法。小儿推拿之下法，不同于药物峻猛，故体质虚弱，津液不足而大便秘结

者，亦能应用，这也是小儿推拿疗法之所长。常采用逆运内八卦、清大肠、清肺金、向下推按后承山、摩肚脐、推下七节骨、揉龟尾等手法。

七、温法：是通过温里、祛寒或回阳等作用，使寒去阳复，用治里寒证的一种手法。小儿患病，常易阳气内陷，出现衰败之象，宜急用回阳救逆以挽垂危。《素问·至真要大论》说：“寒者热之”，“治寒以热”是温法的立法依据。在推拿临床应用中，脾胃虚寒的患儿，常用揉掐一窝风、二扇门，摩肚脐，揉丹田，来温补脾胃，扶助正气。当出现阳衰邪陷时，常用揉百会、揉涌泉、揉外劳宫穴、推上三关、揉二马等手法来温中散寒、回阳救逆。

八、补法：补者即滋补，补气血津液之不足，脏腑机能之衰弱。《素问·三部九候论》说：“虚则补之”，就是补法的立法依据。补法应用范围广泛，如气血两亏脾胃虚弱，虚热盗汗等，均可用补法。常用手法有补脾经、补肺经、补肾经、揉二马、揉丹田、揉肾俞、推三关、摩肚脐、捏脊、揉中脘、掐揉足三里、揉脾俞、揉肺俞等。手法过程中要轻而柔，不宜过重刺激。明代周于藩说：“缓摩为补”，又说：“轻推顺推皆为补”。

上述八法，不能独立对待，因小儿病情常虚实夹杂，寒热夹杂，复杂多变，往往不是单用一法所能适应，常用数种方法结合运用，才能全面照顾。正如《医学心悟》中说：“一法之中八法备焉，八法之中，百法备焉。”再者小儿病情变化迅速，一日之内即可由实热证迅速转变为虚寒证（正气暴脱），因此，临诊时必须审慎果断，治疗恰当而及时，必要时可中西医进行综合治疗。

第四章 小儿推拿常用手法

小儿脏腑娇嫩，形气未充，肌肤柔弱，手法要求轻柔深透，适达病所而止，不可竭力攻伐。手法练习应着重用力均匀，稳妥着实，持之有力，使之达到轻而不浮，重而不滞，刚中有柔，柔中有刚，刚柔相兼的程度，并且须注意手势得当。具体可借助于米袋、沙袋等器具，也可在人体一定部位相互操练。只有通过刻苦练习，才能做到“机触于外，巧生于内”，“手随心转，法从手出”。

小儿推拿手法种类较多，有不少手法和成人手法相似，但有的手法虽然在名称上和成人手法一样，而在具体操作上却完全不同（如推法等）。有些手法只用于小儿。具体运用时要注意小儿的特点，应均匀、柔和、持久、深透。

· 小儿推拿手法操作次数，古人定为1岁300次，但不可拘泥，应根据小儿的年龄、病情、体质等具体情况确定。一般以推、揉法次数最多；摩法时间较长；掐法则重、快、少；掐后常继以揉法。在临床上，小儿推拿手法经常是和具体的穴位结合在一起的，如推脾土、掐人中、揉中脘、摩神阙等。掐、拿、捏是较强的手法刺激，一般应放在最后操作，以免小儿哭闹影响下面的操作。

在手法操作时，常配用一些适当的介质（润滑剂），如风寒外感时用葱姜汁，春夏时用水，豁痰开窍时用蛋清，还有麻油、滑石粉、冬青膏等，可据病情选用。用介质不仅有润