

中医临証参考小丛书

简易小儿 推拿療法

湖南省中医葯研究所編写

湖南科学技术出版社

44.14
87

书号：0209

中医临証参考小丛书

簡易小儿推拿疗法

湖南省中医药研究所編写

*

湖南科学技术出版社出版(长沙市新村路)
湖南省新华印刷厂印刷 湖南省新华書店发

开本：787×1092 1/32 · 印张：1 1/4 · 字数：27,000

1960年5月第 一 版

1960年5月第1次印刷

印 数：1——5,100 定 价：(6) 0.11 元

统一书号：14162·24

样 本 库

目 录

- 一、推拿疗法的起源和发展 (1)
- 二、推拿治病的原理 (3)
- 三、推拿疗法的适应范围 (4)
- 四、推拿疗法的特点 (5)
- 五、术前的准备及其注意事项 (6)
- 六、儿科观察诊断概要 (6)
 - 1. 望诊 2. 闻诊 3. 问诊 4. 切诊
- 七、推拿常用的手法 (11)
 - 1. 推法 2. 拿法 3. 按法 4. 摩法 5. 揉法 6. 运法
 - 7. 招法 8. 搖法 9. 搓法 10. 拍打法
- 八、推拿的位置(穴位)、手法及其作用 (13)
 - 1. 头面部(共十七穴) (13)
 - (1) 开天门法; (2) 推坎宫法; (3) 运太阳法; (4) 运耳后高骨法; (5) 风池; (6) 百会; (7) 颞会; (8) 印堂; (9) 山根; (10) 延年; (11) 准头; (12) 人中; (13) 承浆; (14) 耳尖; (15) 耳鬓; (16) 风门; (17) 牙关;
 - 2. 胸腹部(共10法) (18)
 - (1) 灵墟; (2) 膻中; (3) 奶旁; (4) 附: 开腹翼法; (5) 中脘; (6) 神阙; (7) 肚角; (8) 丹田; (9) 摩左右胁法; (10) 摩腹法;
 - 3. 肩背部(共七穴) (21)
 - (1) 大椎; (2) 陶道; (3) 肺俞; (4) 肩井; (5) 肩髃; (6) 走马穴; (7) 总收法;
 - 4. 腰骶部(共二穴) (22)
 - (1) 肾俞; (2) 龟尾

5. 上肢部(共37穴(法)) (23)

(1)总筋; (2)分阴阳法; (3)合阴阳法; (4)推脾經穴法;
(5)推肝經穴法; (6)推心經穴法; (7)推肺經穴法; (8)推腎
經穴法; (9)运八卦法; (10)运水入土法; (11)运土入水法;
(12)少商; (13)中冲; (14)劳宮; (15)腕門; (16)小横紋;
(17)四横紋; (18)小天心; (19)威灵、精灵; (20)掐十指尖法;
(21)推三关法; (22)附: 推指三关法; (23)推六腑法; (24)水
底捞明月法; (25)天河穴; (26)合谷; (27)老龙穴; (28)外劳
宮; (29)两肩門穴; (30)二人上馬穴; (31)后谿; (32)一窩风;
(33)外間使; (34)蒼龙摆尾法; (35)二龙戏珠法; (36)赤凤
摇头法; (37)凤凰单展翅法。

6. 下肢部(共13穴) (34)

(1)百虫穴; (2)鬼眼穴; (3)足三里; (4)鞋带穴; (5)太冲
穴; (6)大敦穴; (7)内庭; (8)委中; (9)承山; (10)崑崙
(11)仆参; (12)三阴交; (13)涌泉;

九、推拿用穴主治分类 (37)

1. 发汗解热类 2. 鎮痙、鎮靜类 3. 消化系病类 4. 呼吸系
病类 5. 泌尿、生殖系病类

一、推拿疗法的起源和发展

推拿原名按摩，它的創始，早于針灸和葯物，远在上古时代，人类的祖先，穴居野处，常与自然和猛兽搏斗，偶一伤残，便是用两手按按摩摩的简单操作，作为救护治疗的方法。它是祖国医学最早的发明，也是在劳动实践中成长起来的。在两千多年以前，我国最古的一部医书“黄帝内经”里就有“形类惊恐，經絡不通，病生于不仁，治之以按摩、醪药”的記載。又“周礼”載：“名医扁鵲治赵太子暴疾尸厥症，使子明炊湯，子仪脉神、子游按摩”。可見这一疗法，在我国已有悠久的历史了。

隋、唐时代的太医署里，都設有按摩博士及按摩师的职別，这一疗法，最为兴盛，它不但在国内占着很重要的地位，并且还流傳到外国去，相傳我国有一个名叫康富的，約在一千年以前，著了一本“按摩手册”傳入法兰西，曾被譯为法文，今日西洋的按摩学也以此为基础。

在宋、元时代，这一疗法，曾經衰落了一个时期，直到明朝，才又兴起，那时的医术分为十三科，按摩也列为其中之一，特別在明末清初时候，小儿推拿疗法，曾經风行一时，从而又得到一次发展和提高。

推拿疗法，虽然在我国流行很久，但多系心傳口授，故有关此項疗法的专书，还是很少的。在“汉书”艺文志里，載有“黄帝岐伯按摩經”十卷的书目，可惜該書早已失傳。唐代孙思邈編著的，“备急千金要方”里，虽然曾經介紹过“老子按摩法和“婆罗門按

摩法”，但那是一种医疗体育法，和后世所說的按摩疗法不尽相同。現在民間流傳的推拿疗法专書，大都为小儿推拿疗法。如明代陈氏的“保嬰神术按摩經”、龔云林氏的“新刻小儿推拿方脉”、周嶽甫氏的“小儿推拿秘訣”。清代熊应雄氏的“小儿推拿广意”、夏禹鑄氏的“幼科鉄鏡”、駱潜庵氏的“幼科推拿秘書”、武宁方略的“幼科集要”、徐尙慧氏的“婦嬰至宝”、夏云集氏的“保赤推拿法”。張振鋆氏的“厘正按摩要术”、余懋氏的“推拿述要”。辛亥革命以后，也曾出刊了此类書籍数种，如涂学修氏的“推拿抉微”、陈景岐氏的“小儿百病推拿法”、叶勁秋氏付印的“推拿新書”（此書題为覺世老人稿本）、許敬輿氏的“增图考釋推拿法”彭慎氏的“窍穴图說推拿指南”、奚纘黃氏的“小儿病自疗法”。以及近代陈宇清氏的“新推拿法”、江靜波氏的“小儿推拿疗法新編”等，对推拿术的延續和发展，都起到了承先启后的作用。

稽諸医史，历代钻研和重視此种医术的頗不乏人，惟因过去把推拿按摩，貶为下賤行业，复因在反动政府統治时期，由于帝国主义文化侵略的影响，推拿疗法，与其他文化遺產一样，同样的受尽了打击和摧殘，几乎隕灭。解放后，由于党和人民政府的重視，才使这份宝貴遺產，有了复兴的机会，又以嶄新的面貌重現于医林。上海和长沙等地先后設立按摩专科診所，一九五六年十月，上海首創推拿訓練班，随着文化革命高潮的到来，这个班已于一九五八年十一月发展为有史以来第一所上海中医学院附屬推拿医士学校，并編写了“中医推拿学”，为今后培养专门人材奠下了基石。

我省和全国各地一样，在建設社会主义总路綫的光輝照耀下，推拿疗法也得到了推广和普及，这是一件大好事。可以肯定

地說，只有在今天的新社会，这一疗法，才能得到发揚，同时，可以預計，它将在党的重視和关怀下，放出光輝异彩，得到进一步的提高，在人民保健事业上發揮它更大的作用。

二、推拿治病的原理

推拿治病，不論是循經推拿、或局部推拿，采用方法各异、手法各殊。用中医的理論来解釋，主要还是在于：“調和阴阳、宣导气血、通經活絡、扶正祛邪”。这与近代巴甫洛夫学說的观点是符合的。

祖国医学有一套完整的独特体系，因此，要研究“推拿为什么能够治病”，也就必須概略的从头說起。

中医認為：疾病是阴阳气血失調、經絡阻滯的表現，所以把对于机体生活的防御机能和适应机能叫做“正气”，对于致病因素統称“邪气”，也就是說，人体能保持阴阳对立統一，則脏腑和平，血气通暢；反此，机体內因七情（喜、怒、忧、思、悲、恐、惊）的影响，或外因六淫（风、寒、暑、湿、燥、火）的侵襲，就会产生气血不調，經絡不暢，脏腑生病的邪盛正衰状态，故“內經”生气通天論說：“阴平阳秘，精神乃治，阴阳离决，精气乃絕”。又說：“阴不胜其阳，則脉流薄（迫）疾（急），并乃狂；阳不胜其阴，則五脏气爭，九窍不通”。

經絡是人体运行气血經過聯絡的通路，經有“徑”的含义，絡有“网”的含义，象徑路的无所不通，象网罗的包罗联接。者在严密分工的情况下，每一脏器（經），又互为表里，領導着若干絡和孙絡，与自然界的五行（木、火、土、金、水）五位（东、南、西、北、

中央)配合,把人体脏腑、四肢、百骸、五官、七窍以及筋脉、皮肉、毛发等器官与組織結合起来,組成了各有所屬的联系,它們各具有不同的作用。在日常生活中,进行着有机的整体活动,保持着均衡協調的联系,故內經說:“十二經脉者,內屬于脏腑,外絡于肢节”。又說:“經脉者,所以行血气而營阴阳,濡筋骨、利关节者也”。这說明了人体的气血循环不息,阴阳維持均衡,筋、骨、皮、肉等获得营养补給,从而进行着新陈代謝的持久活动。这种活动主要是依靠經脉及其分支的絡和孙絡的交通運輸作用。

祖国医学把疾病的产生,統归咎于“阴阳失調,脏腑違和,經絡瘀阻,邪盛正衰……等来論証調治,先以望、聞、問、切“四診”,明确病因、病情,掌握病型的阴、阳、表、里、寒、热、虛、实“八綱”,确定施治的方法。推拿疗法,当然也不能离开这个整体观念,同样是以“四診”“八綱”等理論为指导原則,在人体不同的部位(或穴位),采用各种不同的手法如按、摩、推、拿、揉、运……等,直接作用于人体皮肤、肌肉、筋腱、关节、神經、血管、淋巴等,經過經絡气血循行的作用,促进阴阳气血調和,經絡通暢,从而使机体由失調的病理状态,恢复平衡;換句話說,也就是以推、拿、按、摩、揉、运……等的机械刺激作用,促使血行旺盛,調节新陈代謝,消除疾病部分的过度緊張,鎮靜、按撫、調整兴奋神經机能,而达到治愈疾病的目的。

三、推拿疗法的适应范围

根据有关推拿專書的記載和我們邀請推拿医师座談交流的經驗,推拿疗法,虽然不是万能,但确能治好不少的疾病,如伤风

感冒、小儿一般性的发热、惊风抽搐、咳嗽痰多(包括百日咳)、慢性消化不良、腹痛、吐泻、疳积、昏厥等,均有显著的疗效,可见推拿疗法的适应范围,也是相当广泛的。总的说来,推拿很少禁忌证,一般认为,除急性传染病、皮肤病以及须忌避机械刺激的疾患(如肠阻塞、肠出血之类),应慎重使用外,其他一切慢性病,均可推治;就是不能单靠推拿治愈的疾病,推了也没有什么害处,或者作为药物、针灸的辅助疗法,也能起到恢复健康的作用。

四、推拿疗法的特点

綜前所述,推拿按摩疗法,不但有悠久的历史和科学的理論根据,而且具有下列特点:

(一)治疗范围广泛: 它对于小儿一般发热性的疾患,一般非特异性的痙攣現象;消化性疾患等,固然可以肯定有效,对于成人的許多疾病,也大都可以治疗,或者作为药物、针灸等的辅助疗法,均有利无弊。

(二)简单方便,易学易用,仅凭双手操作,随时随地皆可治病救人。

(三)是一种最經濟的治疗方法,不需設備,节省药材,符合多、快、好、省的原則和当前广大群众的需要。

(四)对幼儿疾患,施治更为优越,沒有痛苦和服藥的麻煩,是为广大慈母幼子所欢迎的。

(五)只要按照本書所介紹的方法进行治疗,沒有不安全的顧慮。

由于它具有上述特长,是其他疗法所不及的,因此挖掘、整

理这份文化遗产，充实临床医学内容，实有极其重要的意义。过去有一些人认为推拿为“医家小道”的陈旧观念，都是错误的。

五、术前的准备及其注意事项

(一)术者事先应剪修指甲，并用肥皂水洗涤干净。

(二)术前准备温开水或薑葱水(生薑、葱头捣汁兑水)一杯，施术时将手指蘸湿施行，以润滑皮肤。习惯上春夏用温热水，秋冬用薑葱水；外感用薑葱水，内伤用温热水。我省民间暑天用滑石粉推治，也有其现实意义。

(三)术时应尽可能穿白色工作服，戴口鼻罩，以免医生和病人相互接触传染。

(四)小儿皮肤娇嫩，推拿时用力要适当，不可过猛。特别是使用掐法时，切不可掐伤皮肤，给患者带来不必要的痛苦。

(五)室内要空气流通，并保持一定温度，以免患者受凉。

六、儿科观察诊断概要

夏禹铸氏曰：“望、闻、问、切，固医家之不可少一者也，在大方脉则然，而小儿科独以望闻为主，问切次之。”

儿科俗称哑科，是说小儿不能将病痛，用自己的语言表达出来，全靠医者细心观察，明确诊断，才能处方用药，推拿亦复如此，也必须先断定病属何经何脏，在表在里，是寒是热，属虚属实……，来决定推拿法的宜补、宜泻，宜轻、宜重，才能恰到好处，故

观察诊断，也是幼科推拿术中的重要一环，兹将望、闻、问、切四诊，简要分述如后：

1. 望 诊

五脏六腑，俱开窍于头面(图一)，左颊属肝，右颊属肺，额上属心，颌下属肾，鼻准属脾。这是由面部观察内脏的五个主要部位；又如，肝开窍于目，心开窍于舌，脾开窍于口，肺开窍于鼻，肾开窍于耳等，明确了内脏在头面的观察部位；还有观察手食指三关的指纹法，也是重要的，分别介绍如下：

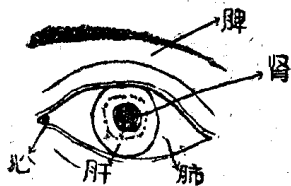
(1) 面部：

古人认为，面部气色，为十二经总现之处，内脏有了病变，往往有不同的颜色，从面部反映出来，

如五位色青者，惊悸不散，欲发风候；五位色红者，伤寒痰积壅盛，惊悸不宁；五位色黄者，食积癥瘕，疳候痞癖；五位色白者，脉气不实，滑泄吐痢；五位色黑者，脏腑欲绝，为疾危恶候。也就是：面青眼



青，肝经之病。面赤唇红，心经之病。面黄鼻黄，脾经之病。面颊白色，肺经之病。面黑颊黑，肾经之病。



图二 目部五脏所属图

①察眼睛：目为肝窍，部位也有五脏之分，如：黑珠属肝，白珠属肺，瞳孔属肾，眼内眦属心，眼胞属脾(图二)，故

目直视而睛不转者，为肝风内动。眼胞肿，为脾经有湿。目色赤为心经实热，淡红为心经虚热；色青为肝

实热，色黄为脾实热，色白混浊为肺实热，目无精光者，为肾气将绝。



图三 耳部五脏所属图 主麻疹；耳色枯焦，为肾涸危症。

③察口唇：脾开窍于口，唇红紫，属热，兼主虫积腹痛。淡白属虚，兼主呕逆、失血。黑者，为脾绝难治。鱼口为脾败，啼不出声，或声如鴉叫为肺败，鴉声鱼口，脾肺皆绝，难治。

唇红而吐，为胃实、胃热，唇白而吐，为胃虚、胃寒，唇色如常而吐者，为食多伤胃。

④察鼻：鼻孔为肺窍，干燥或鼻流浊涕均为肺热；流清涕为肺寒。鼻准属脾，红燥为脾热，惨黄为脾败，鼻汗如雨，主心胃痛，喷嚏频作，感于风；若预嚏而不能，感于寒。山根，为足阳明胃络经过之处，小儿乳食过度，胃气抑鬱，则青黑之纹横截于山根，主食积与体弱多病。年寿，为气之门户，赤纹显露，为肺经受伤，主气不流行，血脉凝滞。

⑤察舌苔：舌为心之苗，舌根属肾，舌中属脾胃，舌左属肝，舌右属肺，舌尖属心。又舌尖主上焦，舌中主中焦，舌根主下焦。

舌上无苔，为在表，舌质鲜红为火，淡白为寒，白苔为半表半里，黄苔为在里，黑苔而燥者，为阳明实热；黑苔而润者，为病入少阴，苔白而中黄者，邪入胃，苔干而中黑者危。

(2) 手部：

內經說：十二經絡始于手太陰(肺)，其支者从腕后出次指之端，而交于手陽明(大腸)，此即指紋，古人以其食指三節，分为“風”“氣”“命”三关(圖四)。紋見于風关者病輕，紋見于氣关者病重，紋見于命关者病危。其位則自下而上，邪則自淺而深，証則自輕而重，这个說法是合理的，且臨床亦有征驗。浮沉分表里，紅紫辨寒熱，淡滯定虛實，此其大法。紋直為熱，紋曲為寒，紋顯脈數，紋滯脈遲，紋入掌中，主腹中寒痛；紋向中指彎，為外感風寒；紋向大指彎者，為內傷飲食。紫為熱甚，主痰涎壅盛，驚悸不寧，青主驚風，青紫主傷食吐瀉，紅色為寒，淡白主疳積，黑主中惡。



圖四 手食指三关圖

向大指彎者，為內傷飲食。紫為熱甚，主痰涎壅盛，驚悸不寧，青主驚風，青紫主傷食吐瀉，紅色為寒，淡白主疳積，黑主中惡。

五指俱冷，主惊吓，五指俱熱，主風寒，中指獨熱，為傷寒，中指獨冷，為痘疹，手背較熱，為外感，手心較熱，為內傷。

2. 聞 診

聞診包括聞聲與鼻嗅兩個部份：

(1) 聲音：

語言：疾病之屬於寒熱虛實，外感內傷，均可由語言聲音之清濁、高低、輕重、緩急等加以探求。凡語聲微細，屬內傷虛証；語言宏亮，屬外感實証；語言蹇澀，屬風痰；獨言亂語，為邪犯神明。

呼吸：平人呼吸，氣息和平，若受疾病影響，則呼吸呈急促或微弱的現象。如呼吸迫促，其脈實，多為實証；呼吸微弱，其脈虛，多為虛証。

咳嗽：咳嗽重濁而悶，痰色清白，鼻塞不通，聲從口出，為外感風寒；咳聲不清，痰稠色黃，壓咳難出，咽喉干痛，鼻出熱氣，為

內伤燥咳；咳嗽陣作，发則連声不絕，甚則嘔吐，謂之“頓咳”（即百日咳）。

（2）气味：

口臭、鼻涕腥臭：凡患者口噴臭秽之气，屬胃热；小儿須防为走馬牙疳，若时常流出黃浊色之腥臭鼻涕，則为鼻渊。

大小便：患者大便稠黏腥臭的，为腸胃积热；酸臭者，为伤食；大便稀薄而不腥臭的，多屬腸胃虛寒；小便臭浊黃赤，系湿热下注膀胱；若小便味甜，或如米泔状，又为下消之候。

3. 問 診

病人的痛苦，疾病的經過，以及生活环境等情况，必須通过詢問詳細了解，惟小儿限于不能主訴病情，全靠父母亲或媒母为之代訴，故儿科問診一般側重于下列几个方面：

（1）問病因：凡医者临診，当首問病人因何而起，或外感、或內伤、或飲食失調……以及病之久暫，起于何时，何时轉剧，曾服何药，都必須問明。

（2）問寒热：凡外感风寒，必恶寒发热，热入于里則多煩渴；至于內伤劳嗽，阴虛者常夜热盜汗；阳虛者常畏寒自汗；此外，尚有真寒假热，真热假寒，均須結合辨証八綱，辨悉清楚。

（3）問汗：問汗主要是注意有汗无汗两个方面，如外感表証，恶寒无汗的，为伤寒表实；恶风有汗的为伤风表虛；汗出而热不退的为邪已入里；其有外卫不固，动辄汗出，为阴虛自汗；睡則汗出，醒时汗止，为阴虛盜汗。

（4）問飲食：飲食包括飲水、乳食和谷食。凡口渴引飲喜冷者为真渴，屬热屬实；渴不欲飲或喜热者为假渴，屬寒屬虛。

(5)問二便：凡大便秘結，腹中堅滿的為實為熱；腹瀉便稀，其色青白，或下利清谷者為虛為寒；但便瀉而暴注下迫，肛門灼痛又為實熱，便秘而無脹痛，氣怯聲低，則系虛寒；里急后重，滯下不爽為濕熱；時有便意，不能自制者，乃中氣下陷。小便量少，色赤或混濁，刺痛尿血等屬實屬熱；尿多色白，次數頻數、甚或小便失禁等屬虛屬寒。

4. 切 診

小兒診脈法與成人不同，以小兒脈未滿三部，常以六、七至為平脈，添則為熱，減則為寒，浮洪風盛，數者多驚，沉弱為虛，沉實為積。今將小兒脈法歌一首，選錄如后：

歌曰：小兒六歲須凭脈，一指三關定數息，迟冷數熱古今傳，浮風沉積當先識，左手人迎主外邪，右手氣口主內疾；外邪風寒暑濕侵，內症乳食痰兼積；洪緊無汗是傷寒，浮緩傷風有汗液，浮而洪大風熱甚；沉而細滑積乳食，沉緊腹中痛不休，沉弦喉內作喘急；緊促之時疹痘生，緊數之時驚風疾；虛軟慢驚作癰癩，緊盛風癇發搐掣；軟而細者為疳蟲，牢而實者必便秘；滑主痰壅食所傷，芤脈必主于失血；虛而有氣為之驚，弦急客忤君須識；大小不勻為惡候，三至為脫二至卒，五至為虛四至損，六至平和曰無疾，七至八至病尤輕，九至十至病勢急，十一、十二死無疑，此訣萬中無一失。

七、推拿常用的手法

1. 推法：就是用大指面或側面在皮膚上直推或旋推，如推

攢竹、推五經、推三关、推天河水等是。

2. 拿法：就是五指着力抓拿，多在关节筋髓处，此适用于成人之推拿；小儿亦間有用之者。

3. 按法：就是用大指面或掌心按压穴位，以加重皮肤面的刺激，如按风門，按牙关等是。

4. 摩法：就是用大指面或掌心摩擦皮肤面，所謂按者不动，摩則去之，不急不緩，不輕不重的撫摩，如摩腹、摩胸胁、摩臍等是。

5. 揉法：就是用手掌或手指旋揉皮肤面刺激点，“推拿新書”說：“以手或指、宛轉回环，宜輕宜緩，旋繞往后于其上，緩急中度，可和气血，活經絡”。如揉外勞宮、揉臍、揉龟尾等是。

6. 运法：运法与揉法相似，大体上揉法之回旋幅度較小，而运法之回旋幅度較大。所謂运法，就是用大指面或食指面或食、中、无名三指面、或大指根部（即大魚际处）及掌根部（即小魚际处）等处揉运之。如运太阳、运八卦、运土入水等是。

7. 掐法：就是用大指爪甲用力掐按穴位，多用于重刺激，如掐人中、掐合谷等是。

8. 搖法：所謂搖法，是施术者用手搖动儿头（如丹凤搖頭法）或四肢关节处。“厘正按摩要求”說：“搖动宜輕，可以活經絡，可以和气血，亦按摩法中变化而出者”。

9. 搓法：就是用大、食两指合搓，或两手合搓，能通經活絡，去麻木，治痠痛。如搓摩上肢、臂、肘、掌、指、下肢等是。

10. 拍打法：就是用手平打，叫做“拍”。击打患处，叫做“打”。此法多用于推、拿、按、摩等法之后，能緩解肌肉、神經過度紧张，手法輕重适宜，令人异常舒适。

八、推拿的位置(穴位)、手法及其作用

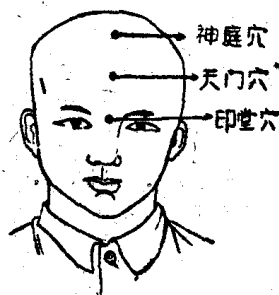
1. 头面部

(1) 开天门法(图五)

位置：从眉心到神庭穴之間。

主治：外感、內伤、統治百病，
为着手推拿的第一个法門。

手法：医者用两手大指側面，
从眉心（即印堂穴）向額上（神庭
穴），两手交互直推二十四下。



图五

(2) 推坎宮法(图六)

位置：眉稜骨和下眼眶。

主治：外感、內伤、統治百
病，为推拿的第二个法門。

手法：推坎宮法，又叫头
部分阴阳法，医者用两手大指
側面，从眉心沿眉稜骨向眉梢
两旁分推一下，又向下眼眶分
推一下，上下交推各九下。



图六

(3) 运太阳法(图七)

位置：太阳穴在眉梢外側一横指陷中。一般推拿書以左为