

小兒推拿

程十髮

金义成 著

推拿手法。

推拿穴位。

推拿復式操。

病症的推拿。



小 儿 推 拿

上海中医学院推拿教研组

金 义 成

上海科学技术文献出版社

加減方法 歌賦選

小兒推拿

上海中醫學院推拿教研組 金義成著

上海科學技術文獻出版社出版
(上海市武康路2號)

上海書店上海發行所發行

寶山縣東方印刷廠印刷

開本: 787×1092 1/32 印張 8.5 字數 205,000

1981年3月第1版 1985年12月第4次印刷

印數: 75,101—92,100

書號: 14192·8 定價: 3.40元

《科技新書目》106—233

本书主要参考书目

- | | |
|----------------|-----------|
| 《黄帝内经》 | 《医宗金鉴》 |
| 《史记·扁鹊仓公列传》 | 《幼幼集成》 |
| 《肘后备急方》 | 《幼科集要》 |
| 《诸病候源论》 | 《麻科活人全书》 |
| 《备急千金要方》 | 《痘疹会通》 |
| 《千金翼方》 | 《理瀹骈文》 |
| 《外台秘要》 | 《鲟溪外治方选》 |
| 《太平御览》 | 《万育仙书》 |
| 《圣济总录》 | 《秘传推拿妙诀》 |
| 《针灸大成》 | 《推拿三字经》 |
| 《按摩经》(《小儿按摩经》) | 《增图考释推拿法》 |
| 《小儿推拿方脉活婴秘旨全书》 | 《推拿指南》 |
| 《推拿仙术》 | 《推拿诀微》 |
| 《景岳全书》 | 《推拿捷径》 |
| 《小儿推拿广意》 | 《小儿推拿学概要》 |
| 《幼科推拿秘书》 | 《中医儿科学》 |
| 《幼科铁镜》 | 《实用儿科学》 |

序

推拿又称按摩，在治病中具有简单、方便、效果显著而无副作用的特点。至今已有几千年的历史，虽几经盛衰而不灭，证明我国的推拿疗法有着旺盛的生命力，越来越受到社会的重视，中西医务界的肯定。

在推拿医术的发展过程中，形成了许多流派，其中自明代以来小儿推拿又有了新的发展，自成体系、独具一格，逐渐分为成人推拿和小儿推拿。

为继承和发展祖国医学遗产中的小儿推拿，作者较全面地综合整理了历代小儿推拿文献，特别是明清时代的小儿推拿专著，编写成书。是一部较为完整的系统的小儿推拿参考书。

该书图文并茂，全书共五个部分，每个部分都叙述了历代各家的观点，便于读者学习运用时参考。

小儿推拿对某些病症具有其它医疗方法所不及的效果，而患儿又乐于接受这种医疗方法，因此本书为一部学习运用小儿推拿的入门书，并可供从事小儿推拿医疗、教学、科研工作的同志借鉴。

金义成同志编写此书，不辞辛苦，翻阅了大量的历史文献，反复推敲，力求能正确地综合整理出历代各家的观点、经验。这种为继承和发展祖国医学遗产的精神是可贵的。

在百花盛开的医学领域里，祝愿有更多的推拿著作出版。

陈国发

一九八〇年八月

目 录

概述	1
----------	---

第一部分 手法

一、推法	5	十三、拿法	18
(一)直推法	5	十四、捏法	19
(二)旋推法	7	十五、撮法	20
二、分法	8	十六、拈法	20
三、合法	9	十七、掐法	21
四、运法	9	十八、捻法	21
五、擦法	10	十九、刮法	22
六、揉法	11	二十、扯(捺)法	22
七、摩法	13	二十一、拍打法	23
八、挪法	14	二十二、捣法	23
九、搓法	15	二十三、弹法	23
十、摇法	16	二十四、笃法	24
十一、按法	17	二十五、揉法	24
十二、捺法	18		

第二部分 穴位

一、攒竹	31	五、眉心	34
二、坎宫	32	六、山根	34
三、天庭	33	七、年寿	35
四、天心	34	八、准头	36

九、两额	36	四十、食指	52
十、太阳	36	四十一、气关	52
十一、虎角	37	四十二、心经	52
十二、龙角	38	四十三、手膻中	54
十三、两颊	38	四十四、中指	54
十四、三阴	38	四十五、黄蜂	55
十五、三阳	38	四十六、肺经	55
十六、气池	38	四十七、三焦	56
十七、风池	39	四十八、胞络	57
十八、瞳子髻	39	四十九、肾经	57
十九、泪堂	39	五十、膀胱	59
二十、囟门	39	五十一、命门	59
二十一、迎香	40	五十二、五经	59
二十二、两颐	41	五十三、五经纹	60
二十三、食仓	41	五十四、四横纹	61
二十四、人中	41	五十五、小横纹	62
二十五、牙关	41	五十六、大肠	62
二十六、无门	42	五十七、小肠	65
二十七、耳门	42	五十八、肾顶	65
二十八、前顶门	43	五十九、肾纹	66
二十九、百会	43	六十、掌小横纹	66
三十、脑空	44	六十一、板门	67
三十一、高骨	44	六十二、内劳宫	68
三十二、天柱	45	六十三、内八卦	69
三十三、桥弓	46	六十四、天门	71
三十四、脾经	46	六十五、水底	71
三十五、胃经	49	六十六、小天心	71
三十六、大指	50	六十七、大横纹	73
三十七、少商	50	六十八、阴穴	74
三十八、肝经	50	六十九、阳穴	74
三十九、胆	51	七十、鱼脊	76

七十一、浮心	76	一〇二、甘戟	101
七十二、赤筋	76	一〇三、外八卦	101
七十三、黑筋	76	一〇四、手背	101
七十四、总筋	77	一〇五、手	102
七十五、合骨	78	一〇六、其骸	102
七十六、青筋	79	一〇七、一窝风	102
七十七、白筋	79	一〇八、靠山	104
七十八、交骨	80	一〇九、螺螄骨	104
七十九、列缺	80	一一〇、阳池	105
八十、三关	81	一一一、外关	105
八十一、天河水	82	一一二、外间使	106
八十二、六府	84	一一三、肘肘	106
八十三、洪池	86	一一四、天突(附:喉下)	107
八十四、曲池	87	一一五、璇玑	107
八十五、十王	87	一一六、膻中(附:胸前)	108
八十六、五指爪甲	87	一一七、乳根	109
八十七、大指甲	88	一一八、乳旁	109
八十八、皮罢	88	一一九、胁	110
八十九、母腮	88	一二〇、中腕	110
九十、老龙	89	一二一、脐中(附:绕脐)	111
九十一、中指甲	89	一二二、天枢	113
九十二、止泻	90	一二三、丹田	113
九十三、端正	90	一二四、腹	114
九十四、五指节	90	一二五、肚角	115
九十五、后溪	92	一二六、肾囊	115
九十六、二扇门	93	一二七、肩井	115
九十七、二人上马	95	一二八、琵琶	116
九十八、威灵	96	一二九、走马	117
九十九、精宁	97	一三〇、大椎	117
一〇〇、外劳宫	99	一三一、风门	117
一〇一、虎口	100	一三二、肺俞	118

一三三、腰俞	119	一四六、三阴交	124
一三四、中脘	119	一四七、解溪	127
一三五、七节骨	119	一四八、大敦	128
一三六、龟尾	120	一四九、大脚指	128
一三七、脊柱(附;青筋缝).....	121	一五〇、内庭	128
一三八、髀	123	一五一、太冲	129
一三九、百虫	123	一五二、委中	129
一四〇、足膀胱	123	一五三、承山	130
一四一、鬼眼	124	一五四、鬼胀	130
一四二、足三里	125	一五五、仆参	131
一四三、行润	125	一五六、昆仑	131
一四四、前承山	125	一五七、涌泉	132
一四五、傍肚	126	附: 部分特定穴位归属表	133

第三部分 复式操作法

一、二龙戏珠	138	十 六、引水上天河	151
二、双龙摆尾	140	十 七、水底捞月	152
三、乌龙摆尾	141	十 八、清天河水	154
四、苍龙摆尾	142	十 九、取天河水	154
五、龙入虎口	142	二 十、飞经走气	155
六、老虎吞食	143	二十一、飞金走气	156
七、双凤展翅	143	二十二、肘肘走气	156
八、凤凰展翅	144	二十三、黄蜂入洞	156
九、凤凰单展翅	145	二十四、黄蜂出洞	158
十、凤凰鼓翅	146	二十五、天门入虎口	159
十一、赤凤摇头	146	二十六、按弦搓摩	160
十二、丹凤摆尾	147	二十七、老汉扳辘	161
十三、孤雁游飞	148	二十八、运土入水	162
十四、猿猴摘果	148	二十九、运水入土	162
十五、打马过河	150	三 十、揉耳摇头	163

第四部分 病症

一、感冒	166	十 三、便秘	188
二、咳嗽	168	十 四、肠梗阻	189
三、哮喘	169	十 五、脱肛	192
四、支气管肺炎	171	十 六、疝积	193
五、麻疹	173	十 七、佝偻病	195
六、百日咳	175	十 八、遗尿	196
七、暑热症	176	十 九、癃闭	197
八、惊厥	177	二 十、夜啼	198
九、呕吐	180	二 十 一、斜颈	200
十、腹痛	181	二 十 二、小儿疳	201
十 一、婴儿泄泻	184	附录: 其它	203
十 二、痢疾	186		

第五部分 歌赋选

一、小儿无患歌	214	十 五、陈氏经脉辨色歌	222
二、认色歌	214	十 六、五言歌	223
三、面部五位歌	215	十 七、认筋法歌	223
四、命门部位歌	215	十 八、看食指定疾诀	224
五、面色图歌	215	十 九、面上诸穴歌	224
六、察色验病生死诀	217	二 十、卓溪家传秘诀	225
七、汤氏歌	217	二 十 一、观形察色审病歌	228
八、内八段锦	217	二 十 二、分补泄左右细详秘旨 歌	228
九、外八段锦	218	二 十 三、三关六腑秘旨歌	228
十、入门歌	219	二 十 四、调护歌	229
十 一、病症生死歌	219	二 十 五、保婴赋	229
十 二、诊脉歌	220	二 十 六、保生歌	229
十 三、识病歌	221	二 十 七、手法歌	229
十 四、认虚实二症歌	222		

二十八、要诀	231	四十二、手法同异多寡宜忌辨 明秘旨歌	242
二十九、掌面推法歌	232	四十三、用汤时宜秘旨歌	243
三十、掌背穴治病歌	233	四十四、诸症治法	244
三十一、拿法	233	四十五、二十四惊推法歌	246
三十二、十二手法主病赋	234	四十六、杂症推拿手法歌	250
三十三、十二手法诀	235	四十七、推拿代药赋	252
三十四、治法捷要歌	235	四十八、推拿代药骈言	253
三十五、基本手术歌	237	四十九、面部推拿次第歌	254
三十六、取温凉汗吐泻秘旨	237	五十、推拿头部各穴歌	254
三十七、各穴用法总歌	238	五十一、手臂各部推拿次第 歌	255
三十八、手法治病歌	239	五十二、推拿指掌肢体各穴 歌	255
三十九、手法三阴三阳秘旨 兼刺法	240	五十三、推拿三字经	259
四十、急慢惊风歌	241		
四十一、推五脏虚实病源治法 歌	241		

概 述

推拿史称按摩、按跷，是以各种手法为主达到防治疾病目的的一种疗法的总称，属于祖国医学外治法范畴。它是祖国医学的一个重要部分，是中国医药学伟大宝库中的一颗瑰丽的明珠。

推拿疗法是在劳动人民与疾病作斗争的长期实践中所形成并积累起来的宝贵经验的总结。远在二千多年前的医学名著《内经》中就有不少关于推拿按摩的记载，如：“形数惊恐，筋脉不通，病生于不仁，治之以按摩醪药”。“中央者，其地以平湿，……故其病多痿厥寒热，其治宜导引按跷，故导引按跷亦从中央出也，”等等。

导引和推拿是既有密切关系又有区别的一种治病强身方法。其方法有的以自我推拿为主，有的以自我推拿与气功、体育锻炼相结合，有的则以气功或体育锻炼为主。

推拿疗法在魏晋隋唐时期就很盛行，据隋书百官志、新唐书及唐六典等书所载，在当时不仅有规模可观的按摩专科，且设有按摩博士、按摩师等专职；按摩师掌如太医之职。在当时的一些主要医学著作中都有不少关于按摩的内容记载。如《肘后方》中有：“……拈取其脊骨皮，深取痛行之，从龟尾至顶乃止，未愈更为之”；《千金方》中有：“治少小新生肌肤软弱，喜为风邪所中，身体壮热，或中大风，手足惊掣。五物甘草生摩膏方。……小儿虽无病，早起常以膏摩囟上及手足心，甚辟寒风。”《千金翼方》中有：“小儿气盛有病，但下之无损，……若已下而余热不尽，

当按方作龙胆汤稍稍服之，并摩赤膏。”《外台秘要》中有：“小儿夜啼至明不安寐，……亦以摩儿头及脊验。”等等。《诸病源候论》一书中有关按摩导引的记载就更多，几乎每篇之末都有介绍。

推拿疗法不仅源远流长，历史悠久，且因时因地而不同，沿传至今，形成很多各有特色的流派；小儿推拿即为其中很为重要的一大派系。用推拿方法防治小儿疾病虽早有记载，但形成独立体系约在明代。在当时有很多这方面的经验总结及专著，最早的小儿推拿著作要算《按摩经》了，这本书被搜集在《针灸大成》之内；其后有《小儿推拿方脉活婴秘旨全书》、《小儿推拿秘诀》等书，其中《小儿推拿秘诀》一书，据《中国医学大成》总目提要介绍曾于1605、1606、1612、1685年四次刻印，对后世影响很大，清代张振鋈所编《厘正按摩要术》一书中就引用该书很多。在清代也有不少小儿推拿著作，影响较大的有《小儿推拿广意》、《幼科铁镜》、《幼科推拿秘书》、《保赤推拿法》、《厘正按摩要术》等。明清时代的小儿推拿著作不仅在整個推拿疗法文献中居自豪地位，就是在当时的儿科著作中也占有相当大的比重。

小儿推拿疗法不仅在手法和手法运用方面和成人不同，且有很多特定的穴位，因而自成体系，别具一格。推拿一名就始见于小儿推拿著作。如书名《小儿推拿方脉活婴秘旨全书》、《小儿推拿秘诀》等等；再如书中记述的有：“推拿一道，古曰按摩”（《秘传推拿妙诀·序》），“按摩一法北人常用之，……南人专以治小儿，名曰推拿”，“推拿者即按摩之异名也。”（《厘正按摩要术》）

解放后，在党的中医政策光辉照耀下，重印再版了很多小儿推拿著作，为我们继承祖国医学宝贵遗产提供了可贵的资料。

小儿推拿疗法虽属古老，但却有光明的前景。从历史上看，

虽屡经波折,却能不胫而走,流传至今,特别是民间不少老人善操此法,说明此法生命力很强;从现今临床实践来看,此法不仅深受病家欢迎,其疗效之良好特别是对一些疾病的独特效果,得到中西医务人员的肯定。如能运用当今之科学技术加以研究提高,这一奇珍异宝必将放出更加灿烂夺目的光辉。

第一部分

手法

小儿推拿手法是以手为主进行各种不同的操作方法。在具体运用的时候,也可借助一些器具,如作刮法时就可用钱币或汤匙的边缘;也可配合一些中草药。

小儿推拿手法看来简单易学,然而要做到熟练灵活,运用自如,得心应手,却非一日之功,而需要认真的学习和刻苦的锻炼。只有这样才能做到《医宗金鉴》一书中所说的“一旦临症,机触于外、巧生于内、手随心转、法从手出。”手法的好坏会直接影响到治疗效果,它是推拿治病成败的关键之一,也是小儿推拿疗法的基本功之一,不可等闲视之。如若手法不行,就不能达到在体表推拿、体内有感应、“外呼内应”的目的。

小儿推拿不仅仅是“按摩拍揉推运搓摇”八法,它的手法种类很多,特别是随着小儿推拿的发展,手法的种类也随之增加,有不少成人推拿手法也变化运用到小儿推拿疗法中来。小儿推拿手法中有些手法名称虽和成人手法一样,然而具体操作方法却不同,如“推法”等,有些手法虽和成人手法完全相同,在运用时却要因小儿的特点,要求在用劲时特别注意轻柔。

推拿手法总的要求是“持久、有力、均匀、柔和——深透”,但在小儿推拿中,则更要注意“轻快柔和,平稳着实”。各种不同的手法又有它自己的要求,如“推法”要轻而不浮、快而着实;“拍

法”要既快又重；“摩法”则要轻柔不浮、重而不滞；拿法要刚中有柔、刚柔相济等等。

在小儿推拿手法中有旋推为补、直推为泻；左揉为补、右揉为泻；左运止吐、右运止泻；缓摩为补、急摩为泻等种种说法，基本上是按手法顺逆和轻重缓急而定的，这些说法有待于进一步的研究。其实手法的作用是客观存在的，要分析手法的作用还应该结合病人的体质、选用的穴位及时间的长短来分析，才能得出较为确切的结论。在具体运用时也应根据实际情况而定手法顺逆、轻重、缓急，做到因病而治、因人而施，这样才能达到预定的效果。

在临床中具体应用手法操作时，应按先头面，再上肢、三腹背、四下肢的顺序进行，也就是说先上后下，从前到后；这样做有利于手法的操作，且不会遗漏应该推拿的穴（部）位。关于这一点，不少推拿专著都有提及，且认为是“不可不知”的道理。

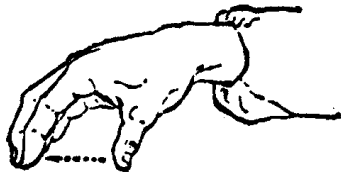
一、推 法

推法为小儿推拿常用手法之一。分直推、旋推两种。有旋推为补、直推为泻为泻（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。

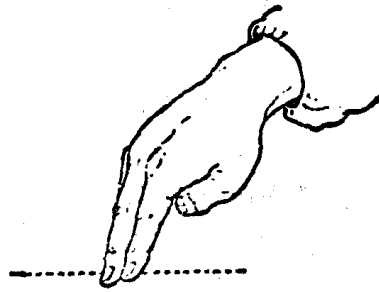
在用推法时应蘸葱姜汁或用其它粉、汁，以增强功效、润滑皮肤、避免破皮。

另有在治儿热症时，医者应用指尖而不可用指头螺纹面推拿之说。如《保赤推拿法》中指出：“指头箕斗旋纹处有火，若治儿热症，医者止可用大指头尖，勿将指箕斗旋纹拿。”在用推法时前人有“推三回一”法之说，即推去三次，带回一次。

（一）直推法：用拇指端外侧缘或拇指螺纹面或食中二指螺纹面在穴（部）位上向前或向外作直线移动（图1）。



拇指直推



食、中指直推

图1 直推法

【文献辑录】

《灵枢·刺节真邪篇》：“大热遍身，狂而妄见妄闻妄言，视足阳明及大络取之，虚者补之，血而实泻之。因其偃卧，居其头前，以两手四指挟按颈动脉，久持之，卷而切，推下至缺盆中，而复止如前，热去乃止，此所谓推而散之者也。”

《推拿仙术》：“推者、医人以右手大指面蘸汤水于其穴处向前推也。”

《秘传推拿妙诀》：“……三关六腑有推退之说，以三关上推上者，向手肘推也，六腑下推下者，向手掌推也，虽有推退之名，而实皆谓之推也。”

《秘传推拿妙诀》：“凡推俱用指蘸汤水，推之太湿恐推不着实，太干恐推伤皮肤，要干湿得宜，拿则不用水。”

《秘传推拿妙诀》：“凡推各指俱要于指面、并俟两边推之。”

《秘传推拿妙诀》：“凡推各指，医人以左手大食二指拿所推之指，以右手大指自指巅推至指根而止。……。”

《小儿推拿广意》：“凡推法必似线行，毋得斜曲，恐动别经而招患也。”