



中医经典

育儿术

主编 高新彦 谢英彪

凤凰出版传媒集团
江苏科学技术出版社



育儿养护 内外治、食疗、推拿
听中医解析 遵医家箴言



中医经典 育儿术

主编 高新彦 谢英彪

凤凰出版传媒集团
江苏科学技术出版社



图书在版编目(CIP)数据

中医经典育儿术/高新彦等主编. —南京:江苏科学技术出版社, 2009. 1

(中医孕产育儿系列)

ISBN 978-7-5345-6334-8

I. 中… II. 高… III. 中医儿科学 IV. R272.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008) 第 169055 号

主 编	高新彦	谢英彪			
编 著	陈志杰	张宝莉	徐贞勇	周小华	
	苏元元	王 凯	颜晓东	严玉美	
绘 图	杨少丽				

中医经典育儿术

主 编	高新彦	谢英彪
责任编辑	金宝佳	
责任校对	郝慧华	
责任监制	曹叶平	

出版发行	江苏科学技术出版社(南京市湖南路 47 号, 邮编: 210009)
网 址	http://www.pspress.cn
集团地址	凤凰出版传媒集团(南京市中央路 165 号, 邮编: 210009)
集团网址	凤凰出版传媒网 http://www.ppm.cn
经 销	江苏省新华发行集团有限公司
照 排	南京奥能制版有限公司
印 刷	江苏苏中印刷有限公司

开 本	718 mm×1 000 mm	1/16
印 张	14	
字 数	252 000	
版 次	2009 年 1 月第 1 版	
印 次	2009 年 1 月第 1 次印刷	

标准书号	ISBN 978-7-5345-6334-8
定 价	24.00 元

图书如有印装质量问题, 可随时向我社出版科调换

前言

我国有5 000多年的文明历史,有着光辉灿烂的文化遗产,中医学就是宝贵遗产中的重要组成部分。自《黄帝内经》奠定了中医学的基本理论,确立了辨证施治原则之后,2 000多年来,历代医家不断有所传承、发展和创新,在为中华民族繁衍昌盛作出巨大贡献的同时,也为我们后人留下了丰富多彩、不可胜数的中医药著作,人们常常用“汗牛充栋”来形容。然而,中医的大多数经典的论述与方法,往往是藏匿在历代著作的字里行间,这给查找、挖掘带来了困难。

目前,图书市场上育儿的书籍颇多,但系统介绍中医经典育儿知识与技术的书籍却不是很多。为了弥补这一缺憾,我们组织了有关的专家,从浩瀚的中医育儿古典著作中挖掘、整理和研究出较为系统,如今仍有实用价值的中医育儿知识和技术,采用通俗易懂、深入浅出的文字,编撰成《中医经典育儿术》。本书从饮食营养、起居养护、运动锻炼、教子有方、疾病调养几个方面,逐一介绍了新生儿期、婴儿期、幼儿期、学龄前期的中医实用育儿与养护方法,还介绍了常见儿科病症的食疗、内治、外治、推拿等具有中医特色的治疗方法。各章节中,均安排有中医解析、医家箴言等栏目,起到了“画龙点睛”的作用,也更加便于读者理解与运用中医经典育儿知识与方法。

拥有一个健康、聪明、漂亮的孩子是每个家庭的共同愿望。要实现这一美好愿望,不仅要掌握近代科学的优生优育优教知识,而且从中医学这个宝库中汲取育儿知识也十分必要。祝愿每一个家庭都能幸福地拥有一个健康活泼的孩子,每一位孩子都能幸福地拥有快乐的童年生活。

愿《中医经典育儿术》成为每个家庭的良师益友。

编著者



目录

CONTENTS

第一篇

概 述

- 一、小儿年龄分期 / 1
 - 中医解析·医家箴言 / 4
- 二、中医对小儿生理特点的认识 / 4
 - 中医解析·医家箴言 / 6
- 三、中医对小儿病理特点的认识 / 6
 - 中医解析·医家箴言 / 7
- 四、中西医儿科理论的比较 / 8
 - 中医解析·医家箴言 / 9
- 五、中医对育儿的认识 / 10
- 六、中医科学育儿的观念 / 12
 - 中医解析·医家箴言 / 14



第二篇

新生儿期的养护

- 一、饮食营养 / 15
 - 新生儿吐奶厉害怎么办 / 15
 - 母乳喂养的具体方法是什么 / 16
 - 婴儿喂牛奶的注意事项 / 18
 - 中医解析·医家箴言 / 18
- 二、起居养护 / 19
 - 新生儿养育应注意的问题 / 19
 - 新生儿天天洗澡健康又益智 / 20

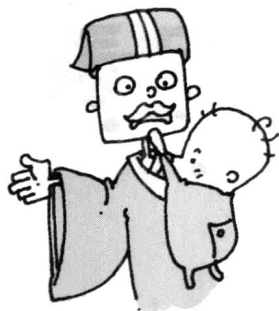




- 如何做好新生儿的皮肤护理 / 21
- 日常如何护理新生儿 / 21
- 如何寻找新生儿打嗝的原因 / 22
- 新生儿为何闹觉 / 23
- 为什么有的新生儿头发稀少 / 24
- 新生儿“壮疙瘩”是怎么回事 / 25
- 中医解析·医家箴言 / 25

三、运动锻炼 / 26

- 如何让新生儿做快乐体操 / 26
- 新生儿如何进行户外活动 / 27
- 温水锻炼 / 28
- 中医解析·医家箴言 / 28



四、教子有方 / 29

- 如何进行新生儿教育 / 29
- 新生儿进行各种感觉的训练 / 30
- 中医解析·民间俗语 / 30

五、疾病调养 / 31

- 新生儿期特殊的生理现象 / 31
- 新生儿疾病多由护理不当引起 / 32
- 新生儿脐眼不闭如何养护 / 33
- 如何防止新生儿发热 / 33
- 新生儿臀红怎么办 / 34
- 新生儿硬肿症如何养护 / 34
- 复方丹参液治疗新生儿硬肿症 / 35
- 中医解析·医家箴言 / 36

第三篇

婴儿期的养护

一、饮食营养 / 37

- 孩子饱不饱,判断有四招 / 37
- 科学断奶儿体壮 / 38
- 喂孩子米粉,不妨加点果汁 / 39
- 夏季最好别给孩子断奶 / 40
- 什么食物有利孩子乳牙萌出 / 40

婴儿要忌冷食 / 41

中医解析·医家箴言 / 41

二、起居养护 / 42

- 怎么分辨孩子疾病时的啼哭 / 42
- 如何帮孩子清洁鼻子 / 43
- 婴儿的舌苔要如何清除呢 / 44



怎样护理婴儿的头发 / 45

中医解析·医家箴言 / 46

三、运动锻炼 / 46

1岁小儿宜做的训练 / 46

婴儿宜做的被动体操 / 47

婴儿宜做的主动体操 / 48

宜帮助婴幼儿做站立操 / 49

宜训练婴儿坐起 / 49

宜训练婴儿爬行 / 51

宜训练婴儿站立 / 52

宜训练孩子行走 / 54

中医解析·医家箴言 / 55

四、教子有方 55

不要让孩子寂寞度过婴儿期 / 55

怎样与不到1岁的婴儿对话 / 56

中医解析·医家箴言 / 57

五、疾病调养 / 59

警惕宝宝出现这些情况 / 59

孩子健康看指甲 / 60

婴儿总出虚汗是否会影响发育 / 60

防治婴儿湿疹九大注意事项 / 61

中医解析·医家箴言 / 62

第四篇

幼儿期的养护

一、饮食营养 / 63

若要小儿安,常带三分饥和寒 / 63

伤食与积滞 / 64

小儿腹泻不宜禁食 / 68

如何避免吃牛奶的孩子便秘 / 68

婴儿断母乳后喝点牛奶有益 / 69

中医解析·医家箴言 / 69

二、起居养护 / 70

多见风日则血凝气刚 / 70

孩子不爱刷牙怎么办 / 72

大便能反映孩子的健康状况 / 73

为什么孩子牙齿发黄 / 74

两招可以防孩子“蒿夏” / 74

便秘也可致幼儿感冒 / 75

小儿睡觉为何常出汗 / 76

中医解析·医家箴言 / 77

三、运动锻炼 / 77

1~2岁的幼儿宜做空气锻炼 / 77

孩子游泳有六项注意 / 78



四、教子有方 / 79

培养饮食习惯幼儿期是关键 / 79

孩子内向又怕生怎么办 / 81

为孩子提供社交机会 / 82

五、疾病调养 / 83

从孩子面色辨疾病 / 83

小儿尿床怎么办 / 84

中药足疗改善小儿便秘 / 85

中医解析·医家箴言 / 86



第五篇

学龄前期儿童的养护

一、饮食营养 / 87

小儿面黄肌瘦不妨以粥调养 / 87

孩子饮食不当会造成汗多 / 88

如何对待厌食的孩子 / 90

中医解析·医家箴言 / 91

二、起居养护 / 91

孩子换牙的注意事项 / 91

小儿睁眼睡多为脾胃失调 / 93

孩子睡觉姿势如何有利于增长智力 / 95

中医解析·医家箴言 / 95

三、运动锻炼 / 96

学龄前儿童宜做的健美操 / 96

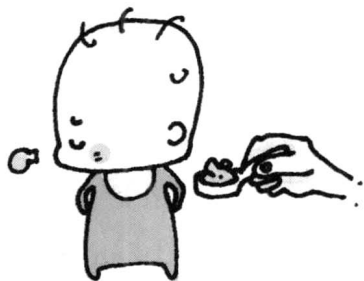
学龄前儿童宜做的模仿操 / 97

学龄前儿童宜做的锻炼 / 98

四、教子有方 / 98

孩子的屁股也打不得 / 98

布置适当家务能使孩子更快乐 / 99



五、疾病调养 / 101

夏季怎样预防孩子“上火” / 101

巧治小儿暑热症 / 101

呼吸病易感儿的冬病夏治 / 102

小儿厌食的调理 / 103

孩子反复呼吸道感染怎么办 / 104

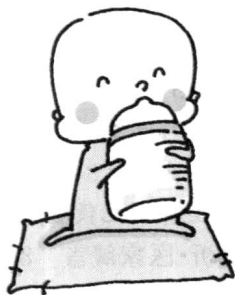
儿童肠胃炎的护理与恢复 / 105

儿童咳嗽饮食有禁忌 / 105

中医解析·医家箴言 / 106

第六篇

常见儿科病症的食疗方



一、中医食疗保儿康 / 107

什么是饮食疗法 / 107

饮食疗法的原则是什么 / 108

小儿食疗有哪些注意事项 / 111

中医解析·医家箴言 / 112

二、儿科常见病食疗调养 / 113

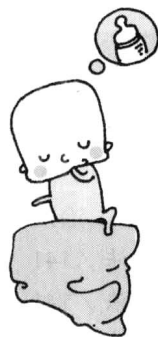
小儿感冒的食疗调养 / 113



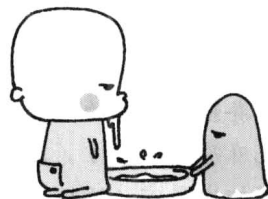
- 小儿发热的食疗调养 / 113
- 小儿头痛的食疗调养 / 114
- 小儿夏季热的食疗调养 / 114
- 小儿支气管炎的食疗调养 / 115
- 小儿哮喘的食疗调养 / 115
- 小儿肺炎的食疗调养 / 116
- 小儿呕吐的食疗调养 / 117
- 小儿腹泻的食疗调养 / 117
- 小儿痢疾的食疗调养 / 118
- 小儿腹痛的食疗调养 / 118
- 小儿厌食的食疗调养 / 119
- 小儿便秘的食疗调养 / 119
- 小儿遗尿的食疗调养 / 120
- 小儿肾炎的食疗调养 / 121
- 小儿自汗、盗汗的食疗调养 / 121



- 小儿夜惊的食疗调养 / 122
- 小儿夜啼的食疗调养 / 123
- 小儿佝偻病的食疗调养 / 123
- 小儿营养不良的食疗调养 / 124
- 小儿贫血的食疗调养 / 125
- 小儿肥胖症的食疗调养 / 125
- 小儿蛔虫病的食疗调养 / 126
- 小儿钩虫病的食疗调养 / 127
- 儿童多动症的食疗调养 / 127
- 小儿白喉的食疗调养 / 128
- 小儿百日咳的食疗调养 / 128



- 小儿病毒性肝炎的食疗调养 / 129
- 小儿结核病的食疗调养 / 130
- 流行性腮腺炎的食疗调养 / 130
- 小儿麻疹的食疗调养 / 131
- 水痘的食疗调养 / 131
- 小儿风疹的食疗调养 / 132
- 小儿急性结膜炎的食疗调养 / 132
- 小儿夜盲症的食疗调养 / 133
- 小儿视力减退的食疗调养 / 133
- 小儿中耳炎的食疗调养 / 134
- 小儿鼻出血的食疗调养 / 134
- 小儿扁桃体炎的食疗调养 / 135
- 小儿口疮的食疗调养 / 135
- 小儿流涎的食疗调养 / 136
- 小儿咽炎的食疗调养 / 136
- 小儿牙龈炎的食疗调养 / 137
- 小儿疳积的食疗调养 / 137
- 小儿湿疹的食疗调养 / 138
- 小儿暑疖的食疗调养 / 138
- 小儿龋齿的食疗调养 / 139
- 中医解析·医家箴言 / 139





第七篇

常见儿科病症的中药内治

一、儿科常用的内治法 / 141

疏风解表法 / 141

止咳平喘法 / 141

清热解毒法 / 142

凉血止血法 / 142

安蛔驱虫法 / 142

消食导滞法 / 143

镇惊开窍法 / 143

利水消肿法 / 143

健脾益气法 / 144

培元补肾法 / 144

活血化瘀法 / 144

回阳救逆法 / 145

益气养阴法 / 145

燥湿理气法 / 145

小儿服中药的用量 / 146

小儿中药的煎服方法 / 147

中医解析·医家箴言 / 149

二、常见儿科病症的内服方 / 149

新生儿小便不通的内服方 / 149

新生儿破伤风的内服方 / 150

小儿白喉的内服方 / 150

百日咳的内服方 / 150

小儿结核病的内服方 / 151

小儿流行性脑脊髓膜炎的内服方 / 152

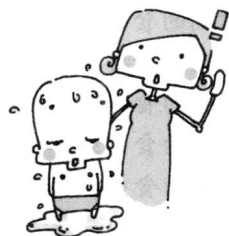
小儿流行性乙型脑炎的内服方 / 152

流行性腮腺炎的内服方 / 152

小儿脊髓灰质炎的内服方 / 153

小儿麻疹的内服方 / 153

水痘的内服方 / 154



猩红热的内服方 / 155

小儿风疹的内服方 / 155

川崎病的内服方 / 156

小儿手足口病的内服方 / 157

小儿感冒的内服方 / 157

小儿支气管炎的内服方 / 158

小儿肺炎的内服方 / 159

小儿呕吐的内服方 / 159

小儿腹泻的内服方 / 160

小儿痢疾的内服方 / 160

小儿厌食症的内服方 / 161

小儿营养不良的内服方 / 161

小儿便秘的内服方 / 162

小儿遗尿的内服方 / 162

小儿肾炎的内服方 / 163

小儿夜啼的内服方 / 163

小儿过敏性紫癜的内服方 / 164

小儿癫痫的内服方 / 164

小儿暑疖的内服方 / 165

小儿肠梗阻的内服方 / 165

小儿湿疹的内服方 / 166

小儿鹅口疮的内服方 / 166

小儿疱疹性口炎的内服方 / 167

疱疹性咽峡炎的内服方 / 167

小儿流涎的内服方 / 168

中医解析·医家箴言 / 168



第八篇

常见儿科病症的中药外治

一、儿科常用外治法 / 169

熏洗法 / 169

涂敷法 / 169

敷贴法 / 170

罨包法 / 170

热熨法 / 170

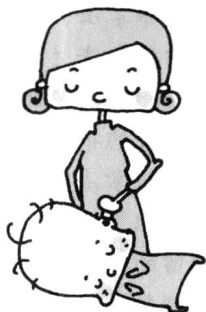
漱口法 / 171

吹口法 / 171

蒸汽及雾化吸入法 / 171

吹鼻和滴耳法 / 172

中医解析·医家箴言 / 172



二、常见儿科病症的外治方 / 173

新生儿脐炎的外治方 / 173

小儿感冒的外治方 / 173

小儿夏季热的外治方 / 174

小儿疳积的外治方 / 174

暑疖的外治方 / 175

小儿咳嗽的外治方 / 175

小儿哮喘的外治方 / 176

小儿风疹的外治方 / 176

流行性腮腺炎的外治方 / 177

小儿麻疹的外治方 / 177



小儿泄泻的外治方 / 178

小儿痢疾的外治方 / 178

小儿呕吐的外治方 / 179

小儿流涎的外治方 / 179

水痘的外治方 / 180

小儿疳积的外治方 / 180

婴儿湿疹的外治方 / 181

小儿寄生虫病的外治方 / 182

小儿鞘膜积液的外治方 / 182

小儿阴茎包皮水肿的外治方 / 182

小儿遗尿的外治方 / 183

小儿丹毒的外治方 / 184

小儿疝气的外治方 / 184

小儿脱肛的外治方 / 185

小儿口疮的外治方 / 185

中医解析·医家箴言 / 186





第九篇

常见儿科病症的推拿术

一、小儿推拿的常用手法 / 187

按法 / 188

摩法 / 188

掐法 / 189

揉法 / 190

推法 / 190

搓法 / 192

摇法 / 192

捏法 / 193

拿法 / 193

捻法 / 194

擦法 / 194

刮法 / 195

捣法 / 195

婴儿按摩好处多 / 196

妈妈如何准备为孩子按摩 / 196

中医解析·医家箴言 / 198

二、常见儿科病症的推拿治疗 / 199

腹泻的推拿法 / 199

小儿感冒的推拿法 / 199

小儿咳嗽的推拿法 / 200

小儿支气管肺炎的推拿法 / 200

小儿哮喘的推拿法 / 201



小儿发热的推拿法 / 201

小儿呃逆的推拿法 / 202

小儿呕吐的推拿法 / 202

小儿泄泻的推拿法 / 203

小儿腹痛的推拿法 / 203

小儿便秘的推拿法 / 204

小儿营养不良的推拿法 / 204

小儿厌食的推拿法 / 205

小儿遗尿的推拿法 / 205

小儿尿潴留的推拿法 / 205

小儿小便频数的推拿法 / 206

小儿夜啼的推拿法 / 206

小儿癫痫的推拿法 / 207

小儿佝偻病的推拿法 / 207

小儿盗汗的推拿法 / 208

脊柱侧弯的推拿法 / 208

小儿疳夏的推拿法 / 209

斜视的推拿法 / 210

近视的推拿法 / 210

眼睑下垂的推拿法 / 211

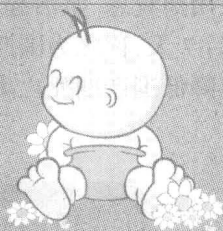
流涎的推拿法 / 211

中医解析·医家箴言 / 212





第一篇 概述



一、小儿年龄分期



小儿是处于不断生长发育的过程之中,各个年龄阶段都有不同的机体特点,因此将小儿时期划分为若干阶段,以便能够更好地指导教养和防治疾病。根据小儿生长发育的特点,小儿年龄可分为六期,即:胎儿期、新生儿期(出生到28天)、婴儿期(28天到1周岁)、幼儿期(1~3周岁)、学龄前期(3~7周岁)、学龄期(7~12周岁)。



1. 胎儿期

从受孕到分娩共40周,称为胎儿期。胎儿依赖母体而生存,孕妇的健康状况、饮食卫生、生活环境等都可影响胎儿的正常发育。在整个孕期内,尤其在受孕的头3个月内,胎儿各系统、器官逐步分化形成,此时孕妇若受到各种感染、理化因素、营养缺乏、吸烟酗酒、心理创伤等不利因素的影响,均可使胎儿生长发育出现障碍,导致死胎、流产、先天性畸形等,因此要做好孕期保健和胎儿保健工作。古代医家十

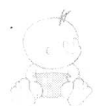


分重视胎儿期保健,对此称之为“养胎”、“护胎”、“胎教”,并提出了精神调摄、饮食调养、用药宜忌、生活起居等许多方面切实可行的措施。当前国际上将孕期 28 周到出生后 7 天,称之为围产期,围产期小儿死亡率也是反映一个国家卫生水平指标之一,要降低围产期死亡率,必须努力改进分娩技术,切实加强胎儿期各项保健措施。



2. 新生儿期

从分娩到生后 28 天为新生儿期。新生儿刚离开母体,体质十分娇嫩,对外界环境的适应能力差,且各种生理功能尚未健全,所以发病率和死亡率较高。因此要特别重视新生儿保健,加强护理、保暖、喂养等工作。新生儿期的死亡率是衡量一个国家和地区的产科和新生儿科医疗质量、卫生水平的一项重要指标,所以,从孕产妇及家人,到各级医疗卫生组织都要重视优生优育,必须抓好围产期、新生儿期的保健。



3. 婴儿期

从生后 28 天~12 个月为婴儿期。这阶段小儿喂养以乳汁为主,又称为乳儿期。该期小儿生长发育特别迅速,1 周岁体重为出生时的 3 倍,身高增加 50%;脑发育也很快,头围、胸围的发育亦以婴儿期为最快,周岁时头围达 46 厘米,已开始学走,并能听懂一些话和有意识地发几个音。由于生长发育迅速,小儿对营养素和能量的需要量相对增大,但小儿消化吸收功能尚不完善(即脾常不足),因此容易发生消化功能紊乱和营养不良。故此阶段保健重点为提倡母乳喂养,及时增加辅食,按时预防接种。此期以食积、呕吐、泄泻、疳证等脾胃疾病为多见。



4. 幼儿期

1~3 周岁为幼儿期。此期小儿生长发育稍减慢,生理功能日趋完善,乳牙出齐,活动范围增大,接触周围事物增多,故智能发育较快,语言、动作、思维活动增强,但对各种危险的识别能力差,应防止意外创伤和中毒。断乳后食物品种转换,并逐步向成人饮食过渡,要防止营养不良和消化功能紊乱。由于活动范围的扩大,





及自身免疫能力的不足,易患时行疾病,应做好卫生保健工作。对于幼儿,要注意断奶后的喂养,培养良好的饮食和生活起居习惯,加强户外活动,促进体格生长。同时还应根据这一时期儿童智能发育的特点,进行早期教育,以开发幼儿的智力。



5. 学龄前期

从3周岁到7周岁为学龄前期,也称幼童期。这一阶段小儿生长速度较慢,每年体重约增加2千克,身高约增加5厘米,但智能发育更完善,具有好奇、好问、好模仿的特点。因此要注意培养小儿良好的道德品质和生活习惯,开展适合他们特点的文娱活动,并重视口腔卫生工作,但因小儿接触面广,易患时行疾病及免疫性疾病如风湿热、急性肾炎等,同时应避免各种意外事故发生。此外,还应继续做好预防保健工作。此期水肿、痹证、哮喘发病增多,并需注意眼睛、口腔的卫生和护理,并积极防治各种寄生虫病。



6. 学龄期



从7周岁到12周岁为儿童期,因大多数孩子6~7岁入学,故也称儿童期。此时小儿体格发育稳步增长,大脑思维、分析能力、体力活动均有进一步发展,已能适应学校、社会环境,对各种时行疾病抗病能力增强,疾病的种类及表现已基本接近成人,是增长知识、接受教育的良好时期。儿童期的发病率虽较低,但要注意眼与口腔卫生,预防近视与龋齿,端正坐、立、行、写的姿势。仍应供给丰富的营养,安排有规律的生活,保证充足的睡眠和休息。还应注意加强体格锻炼,提高对疾病的抗御能力。

儿童期后阶段,女孩多在12岁左右,男孩在13岁左右,正值青春期的开始,肾气盛,天癸至,性发育逐渐成熟,体格发育也突然加快,在心理及精神行为方面起了变化,加上近几十年,小儿进入青春期的平均年龄已有提早的趋势,因此家长不仅要具备这方面知识,还应及时做好这一时期早熟儿童的教育与指导。对于进入青春期的儿童,要提供充足的食物营养,保证其生长发育需要,进行青春期生理卫生知识教育,使之从生理、心理方面适应这一成熟的关键时期,保障身心健康。



中医 解析

古代医家对小儿年龄分期说法不一,对年龄分期划分比较详细的当推明代《寿世保元》一书。小儿年龄分期标志着其生长发育的各个阶段和疾病发生的关系。各期之间既有区别,又有联系,明确这一点将有利于指导小儿保健和防治疾病。

医家箴言

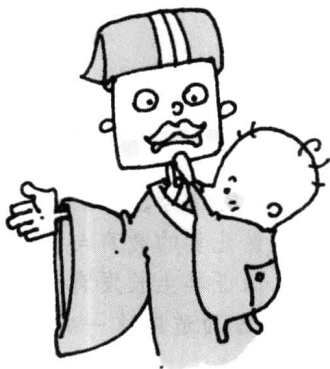
【原文】六个月至两岁以下为婴儿,三四岁为孩儿,五六岁为小儿,七八岁为韶儿,九岁为童子,十岁为稚子。

——《寿世保元·儿科总论》

诠释:

古代中医即认识到儿童各年龄段与养生保健、疾病防治的关系,难能可贵。

二、中医对小儿生理特点的认识



小儿自出生到成年,处于不断生长发育过程中,其身体的各种组织器官、各种生理功能都处于尚未成熟状态,随年龄增长才逐渐趋于完善。这种不成熟状态,年龄越小表现越显著,因此不能简单地把小儿看成是成人的缩影。中医对小儿生理病理特点归纳为,生理特点主要表现是脏腑娇嫩、形气未充,生机蓬勃、发育迅速;病理特点主要表现是易于发病,易于变化,易于康复。掌握这些特点,对了解小儿的生长发育,疾病防治,均有极其重要的意义。



1. 脏腑娇嫩,形气未充

脏腑即指五脏六腑,形气是指形体结构、精血津液和气化功能。说明小儿出生之后,五脏六腑均较娇嫩脆弱,其形体结构、精血津液和气化功能都是不够成熟和相对不足的。具体表现为气血未充,经脉未盛,筋骨未坚,内脏精气不足,卫外机能未固,阴阳两气均属不足。脏腑娇嫩,虽五脏六腑形气皆属不足,但其中尤以肺、脾、肾三脏更为突出。小儿“肺常不足”,指肺主一身之气,外合皮毛腠理,肺脏娇嫩,则卫外不固,而易为外邪所侵,肺之气赖脾散发之精微充养,脾健肺卫则能自固,反之脾虚则肺气亦弱;小儿“脾常不足”,指脾为后天之本,主运化水谷精微,为气血生化之源,小儿生长发育迅速,生长旺盛,对气血精微需求较成人相对为多,但小儿脾胃薄弱,运化未健,饮食稍有不节,便易损伤脾胃而患病;小儿“肾常虚”,指肾为先天之本,肾中元阴元阳为生命之根,关系到人的禀赋体质与成长,各脏之阴取之于肾阴的滋润,各脏之阳依赖于肾阳之温养。小儿生长发育、抗病能力以及骨髓、脑髓、发、耳、齿等的正常发育与功能均与肾有关,小儿初生正处生长发育之时,肾气未盛,气血未充,肾气随年龄增长而逐渐充盛,此即小儿“肾常虚”的含义。



2. 生机蓬勃,发育迅速

这主要是指小儿机体如萌土之幼芽,在正确的护养下,将得到迅速生长。在这个生长发育的过程中,从体格、智慧以至脏腑功能,均不断趋向完善和成熟,年龄越小,其生长发育的速度也就越快。古代医家观察到小儿这种生机蓬勃、发育迅速的动态变化,提出了小儿为纯阳之体的观点。所谓“纯阳”,指的是阳气兴旺之意,生机属阳,阳生则阴长。当然“纯阳”并不等于是“盛阳”,也不是有阳无阴。



总之,“稚阴稚阳”和“纯阳”两个观点,是用来概括小儿机体生理功能的两个方面,前者是指小儿机体柔弱,阴和阳两气和成人相较均属不足,后者则是指小儿机体在生长发育的过程中,由于生机蓬勃,往往阴液相对不足,水谷精微需求相对要多而言。两者代表了小儿生理特点的两个方面,这也是小儿不同于成人的特殊性。