

XIAO ER
小儿推拿图解

姜秀珍 王启芳 编著



青岛出版社

XIAO ER TUI NA TU JIE

- 小儿推拿图解
- 女性美容保健按摩图解
- 常见病按摩治疗图解
- 妇科病按摩治疗图解
- 夫妻保健按摩图解
- 康复按摩图解

ISBN 7-5436-2540-7



9 787543 625402 >

ISBN 7-5436-2540-7/R · 140 定价: 18.00元

小儿 推拿图解

姜秀珍 王启芳 编著

青岛出版社

鲁新登字 08 号

图书在版编目(CIP)数据

小儿推拿图解 / 姜秀珍, 王启芳编. - 青岛:
青岛出版社, 2001.9

ISBN 7-5436-2540-7

I. 小 ... II. ①姜 ... ②王 ... III. ①保健 - 按摩疗法(中医) - 图解
IV. R244.1-64

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 063808 号

书 名 小儿推拿图解

编 著 姜秀珍 王启芳

出版发行 青岛出版社

社 址 青岛市徐州路 77 号(266071)

邮购电话 (0532)5814750 5814611-8666

责任编辑 张化新 尹红侠

特约编辑 冯纵前

封面设计 徐凤宝

电脑制作 胡红红

印 刷 山东新华印刷厂(临沂)

出版日期 2001 年 10 月第 1 版, 2001 年 10 月第 1 次印刷

开 本 32 开(889 × 1194 毫米)

印 张 4.5

字 数 110 千字

印 数 1-10000

定 价 18.00 元

前言

随着医疗改革的深入和回归自然观念的加强,安全有效、方便经济的按摩疗法正越来越受到人们的普遍欢迎。为了使广大群众能比较容易地学会使用这一传统的“自然疗法”,我们编写了这套以图为主、图文并茂的家庭自我按摩丛书——《常见病按摩治疗图解》、《妇科病按摩治疗图解》、《康复按摩图解》、《夫妻保健按摩图解》、《小儿推拿图解》、《女性美容保健按摩图解》。

丛书以普通群众、一般家庭为读者对象,用简洁易懂的文字和直观形象的照片介绍按摩操作的每一步骤,使读者能按图操作,易学易懂。所介绍的有关疾病都是常见、多发的按摩治疗的适应病症,使读者能够在阅读该书后,就能在家中方便及时地进行自我治疗和保健。

为了尽可能清晰明白地向读者介绍有关按摩操作,书上的照片有的使用了特定的角度和动作,在实际操作中,读者可在方便操作、持久有力的原则下灵活运用。如既可在一侧操作,也可双侧同时操作;既可用左手,也可用右手;既可用中指,也可用拇指或其他手指或部位,不必拘泥。

推拿按摩历史悠久,流派纷呈。我们仅就自己所知,奉献给广大读者,以期强身健体,治病救人。面对博大精深的祖国传统医学,书中缺点不足在所难免,敬祈批评指教。

编者

2001年9月

- 小儿推拿图解
- 女性美容保健按摩图解
- 常见病按摩治疗图解
- 妇科病按摩治疗图解
- 夫妻保健按摩图解
- 康复按摩图解



目 录

一、概 述 1

二、常用穴位 4

三、常用手法 16

四、感 冒 23

五、发 热 32

六、咳 嗽 35

七、哮 喘 41

八、呕 吐 49

九、泄 泻 55

十、腹 痛 62

十一、便 秘 68





十二、厌 食 _____ 71



十三、痞 积 _____ 77



十四、脱 肛 _____ 82



十五、遗 尿 _____ 86



十六、鹅 口 疮 _____ 92



十七、夜 啼 _____ 96



十八、惊 风 _____ 103



十九、佝 偻 病 _____ 113



二十、小儿肌性斜颈 _____ 119



二十一、风 疹 _____ 123



二十二、疹 腮 _____ 127



二十三、水 痘 _____ 132

一、概述

小儿在生长发育过程中，不论在形体、生理还是在病理、辨证治疗等方面，都与成人不同，年龄越小越显著。

(一)小儿生理特点

一是“脏腑娇嫩，形气未充”。脏腑即五脏六腑，形是指形体结构，气是指生理功能活动，如肺气、脾气等。小儿出生后，犹如破土的幼芽，机体的五脏六腑、气血津液、筋肉骨骼等形态结构和生理功能均处于幼稚嫩弱阶段，尚未发育成熟，尤以肺、脾、肾三脏突出，古人称之为“稚阴稚阳”，即“稚阳未充，稚阴未长”。二是“生机蓬勃，发育迅速”。小儿机体虽然幼嫩，却具有蓬勃的生长能力，体格、智力以及脏腑功能均不断向着完善、成熟的方向发展，年龄越小，生长就越快，营养物质的需要就越大，古代医家依此提出了“纯阳”一说，认为小儿生机旺盛，发育生长迅速，对水谷精气的需要迫切，常见“阴常不足，阳常有余”的生理现象。

(二)小儿病理特点

一是发病容易，变化迅速。由于小儿脏腑功能幼弱，对疾病的抵抗力差，加以寒暖不知自调，饮食不知自节，易受外邪和饮食所伤，更不能耐受突然的刺激，容易受惊、生病。在临床发病方面，以肺、脾、肝三脏疾患为多，年龄越小，发病率越高，且小儿发病后病势变化迅速，邪气易盛，正气易虚，表现为“易虚、易实、易寒、易热”。若调治不当，极易轻病变重，重病转危，一日之内即可由实热证迅速转变为虚寒证，出现正气暴脱征象，所以小儿疾病变化比成人更为迅速，且错综复杂，必须及时掌握小儿疾病的寒热虚实变化，以免贻误治疗。二是小儿处于迅速生长发育时

期,其生机蓬勃,活力充沛,脏气清灵,反应敏捷,加之病因单纯,无情欲伤害,在患病过程中,无悲观忧虑的情绪影响,虽然病变较快或病情较重,但只要诊断正确,治疗及时,护理周到,会很快恢复。

(三)小儿诊断特点

小儿疾病的诊断也是运用四诊(望、闻、问、切)和八纲(阴阳、表里、寒热、虚实)来辨证论治的。在四诊中,婴儿不会说话,较大小儿对于病情多不能确切表达,故儿科有“哑科”之称。又因小儿气血未充,经脉未盛,手腕部较短,寸关尺三部不分,加上诊察时多哭闹,气息易乱,切脉不易准确。闻诊虽能反映一定病情,但范围狭窄。只有望诊不受种种条件限制,反映病情比较可靠,因此对小儿诊断多以望诊为主,闻问切为辅,再综合其他证候,结合小儿的生理病理特点,做出正确的诊断。由于小儿手腕部短小,不能容三指候脉,采用一拇指候之,称为一指定三关。而在3岁以内的婴幼儿中,常以诊察指纹了解病情,可补充切脉的不足。指纹是从虎口直到食指内侧的上廉桡侧浅静脉,可分为风、气、命三关,近虎口第1节为风关,第2节为气关,第3节为命关(图1),诊察时应该将小儿抱向光亮之处,可用手指轻轻从小儿食指的命关推向风关,使指纹容易显露。正常小儿的指纹是淡紫隐隐,不显于风关以上。若发生疾病,指纹的浮沉、色泽、部位等都能随之发生变化。



图1 婴儿指纹三关

病态指纹主病。浮沉分表里:指纹浮露为病邪在表,指纹深沉为病邪在里。红紫辨寒热:指纹色红主寒,色紫主热,色青主惊、主痛、主抽搐,青紫主热毒深重、血络郁闭的危症。淡滞定虚实:指纹色淡主虚,色深郁滞、推之不畅主实证。三关测轻重:指纹现于风关,病情轻浅易治;纹现气关,病邪深入,病情较重;纹现命关或透关射甲,则病多危重。

(四)小儿推拿的特点

小儿推拿的手法、穴位、操作次数和时间与成人推拿有所不同，其手法强调轻快柔和，平稳着实。除常用的少数经穴、奇穴外，多数穴位为小儿所特有，并多分布在两肘以下，这些特有穴位的主治作用及分布特点给临床治疗带来了很多方便。临床操作常根据病情的不同，季节的变化，配合不同的介质，如寒证可用葱姜捣汁，蘸其汁进行推拿，以散寒解表，疏通经络。还有专门用中药制成的膏剂来治疗和预防疾病，这样既可以提高推拿的治疗效果，又可减少摩擦，避免损伤皮肤。一般四季常用的介质有滑石粉、水、麻油等。操作手法的快慢以每分钟200次左右为宜，轻病患儿，操作时间宜短，用力要轻，速度宜缓，每日推拿1次或隔日1次；重病患儿，操作时间宜长，用力要重，速度要快，每日可推拿2~3次。在推拿时，患儿左右手皆可使用，但在习惯上，无论男女，只推拿左手各部穴位。

二、常用穴位

(一)常用取穴方法

1. 自然标志法

自然标志法是用小儿的五官、乳头、发际、脐窝、指、趾、关节、皮肤的皱纹、肌肉和骨节的突起、凹陷等自然标志来取穴的方法，如两眉之间定印堂穴，两乳头之间取膻中穴等(图2、图3)。



图2 印堂穴



图3 膻中穴

2. 骨度分寸法

骨度分寸法是将小儿不同部位之间的长度或宽度折算为若干等分，每1等分为1寸，并依此作为量取穴位的标准。小儿推拿取穴的常用骨度分寸如下：

胸部横寸指两乳头之间宽8寸(图4)；

上腹部直寸指胸剑联合至肚脐正中长8寸(图4)；

下腹部直寸指肚脐正中至耻骨联合上缘中点长5寸(图4)；

前臂直寸指肘横纹至腕横纹长12寸(图4)；

背部横寸指两肩胛骨内缘之间宽6寸(图5)；

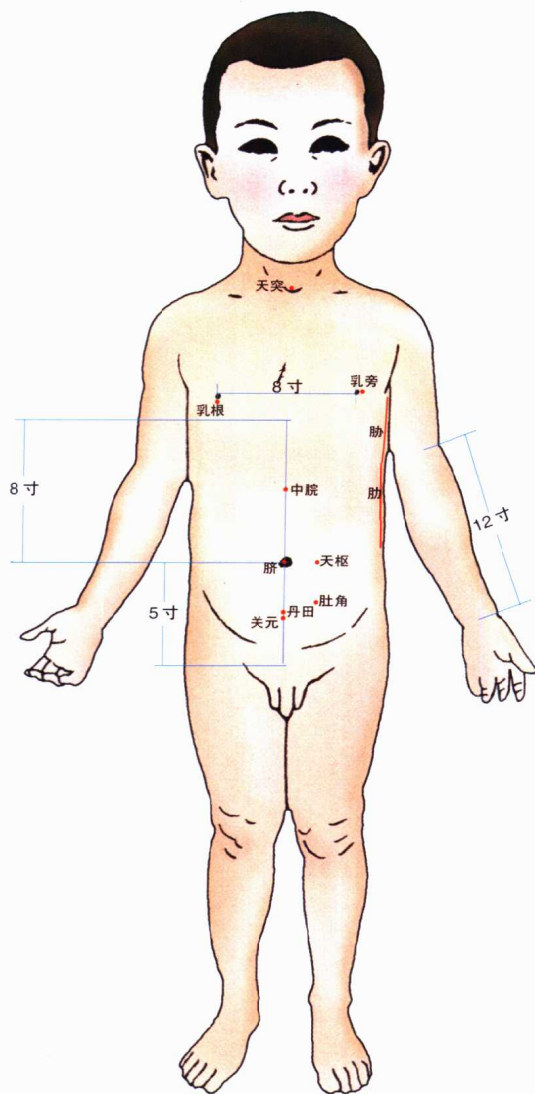


图4 常用骨度穴位图（一）

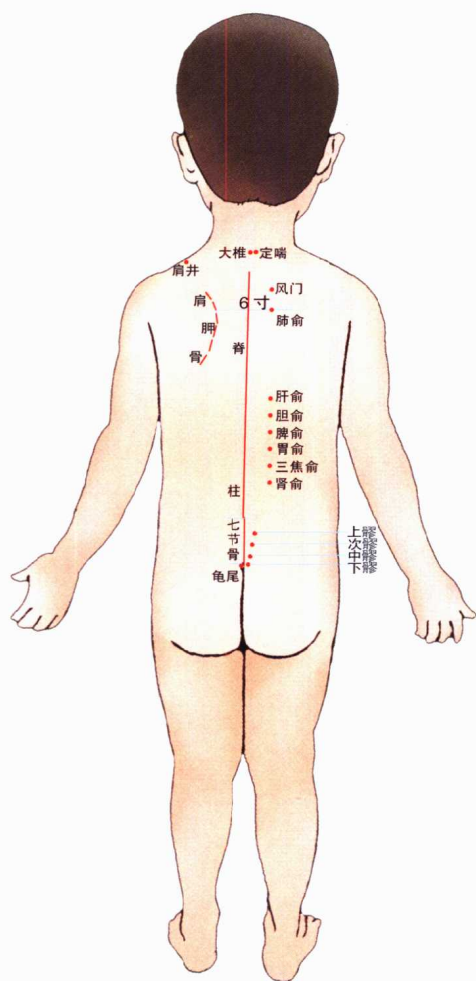


图5 常用骨度穴位图(二)

大腿内侧直寸指耻骨联合上缘至股骨内上髁上缘长18寸(图6)；

小腿直寸指脘横纹或外膝眼至外踝尖长16寸(图7)。

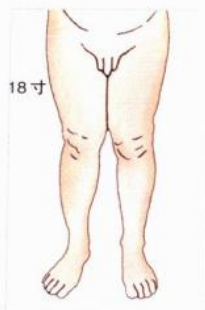


图6 大腿内侧直寸

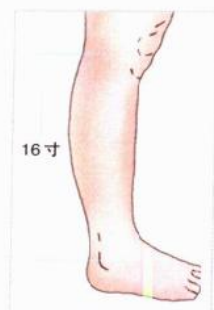


图7 小腿直寸

3. 指寸法

将小儿中指与拇指相对屈曲如环形，其中指中节桡侧两端纹头之间为1寸，此为中指同身寸法(图8)；将小儿四指并拢，其中指中节横纹处四指宽度为3寸，此为横指同身寸(图9)；小儿拇指指间关节宽度为1寸，此为拇指同身寸(图10)。

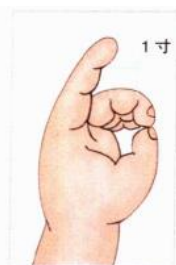


图8 中指同身寸

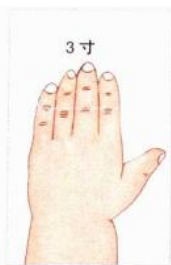


图9 横指同身寸



图10 拇指同身寸

(二)头颈部常用穴位

百会：位于头顶正中线与两耳尖连线的交点(图11)。主治头痛、惊风、目眩、惊痫、脱肛、遗尿、腹泻、痢疾等。

攒竹(天门)：位于两眉中间至前发际成一直线(图11)。主治感冒发热、头痛、精神萎靡、惊惕不安等。



图 11 百会、攒竹、坎宫、迎香、人中

坎宫：自眉头起沿眉毛向眉梢成一横线(图 11)。主治感冒发热、头痛、惊风、目赤痛等。

迎香(黄蜂入洞)：位于鼻翼中点旁 0.5 寸、鼻唇沟中(图 11)。主治鼻塞流涕、口眼歪斜、鼻炎等。

人中：位于人中沟上 1/3 与下 2/3 交界处(图 11)。主治惊风、昏厥、抽搐、唇动等。

太阳：位于眉梢与外眼角中间向后约 1 寸的凹陷处(图 12)。主治感冒发热、头痛、无汗、多汗、惊风、目赤痛等。

翳风：位于耳垂后、乳突和下颌骨之间的凹陷处(图 12)。主治腮颊肿、口眼歪斜、颈项强痛等。

天容：位于下颌角后下方、胸锁乳突肌前缘(图 12)。主治咽喉肿痛、颈项强痛等。

天窗：位于喉结旁开 3.5 寸、胸锁乳突肌后缘(图 12)。主治咽喉肿痛、颈肿、颈项强痛等。

桥弓：位于颈部两侧、沿胸锁乳突肌成一线(图 12)。主治项强、斜颈、惊风等。

风池：位于后发际两侧、胸锁乳突肌与斜方肌之间的凹陷中(图 13)。主治感冒、发热、头痛、目眩、颈项强痛等。

耳后高骨：位于耳后入发际、乳突后缘高骨下的凹陷中(图 13)。主治感冒、头痛、惊风、烦躁不安等。

风府：位于后发际正中直上 1 寸、枕外隆凸直下的凹陷中(图 13)。主治感冒、头痛、颈项强痛等。



图 12 太阳、翳风、天容、天窗、桥弓



图 13 风池、耳后高骨、风府、天柱骨

天柱骨：位于项后发际正中、沿颈椎棘突至大椎穴成一直线(图 13)。主治头痛、项强、呕吐、发热、惊风、咽痛等。

(三)胸腹部常用穴位

天突：位于胸骨上切迹上缘正中上 0.5 寸的凹陷中(图 4)。主治痰喘胸闷、咯痰不爽、恶心呕吐、咽痛等。

膻中：位于胸骨上、平第 4 肋间隙、两乳头连线的中点(图 3)。主治咳嗽、气喘、胸闷、呕吐、呃逆等。

乳根：位于第 5 肋间隙中、乳头直下 0.2 寸(图 4)。主治咳嗽、气喘、胸闷、胸痛等。

乳旁：位于乳头外侧 0.2 寸(图 4)。主治咳嗽、气喘、痰鸣、胸闷、呕吐等。

中脘：位于脐上 4 寸(图 4)。主治胃痛、呕吐、食积、食欲不振、消化不良、腹痛、腹胀泄泻、暖气等。

腹：位于腹部。主治腹痛、腹胀、食积、呕吐、泄泻、消化不良、厌食、疝积、便秘等。

胁肋(按弦走搓摩)：位于腋下两胁至天枢处(图 4)。主治胸闷、胁痛、痰喘气急、疝积、肝脾肿大等。

脐：位于肚脐正中，又指脐周腹部(图 4)。主治腹痛、腹胀、食积、肠鸣、便秘、消化不良、厌食、泄泻、痢疾、脱肛等。

天枢：位于脐旁 2 寸(图 4)。主治腹胀、腹痛、腹泻、痢疾、便秘、食积不化等。

丹田：位于小腹部、脐下 2.5 寸(图 4)。主治腹痛、腹泻、便秘、脱肛、遗尿、尿闭、疝气等。

肚角：位于脐下 2 寸、旁开 2 寸(图 4)。主治腹痛、腹泻、腹胀、痢疾、便秘等。

关元：位于脐下 3 寸(图 4)。主治腹痛、腹泻、痢疾、小便不通、遗尿等。