

增强中国孩子体质和智力的最佳方法



儿童经络

使用手册

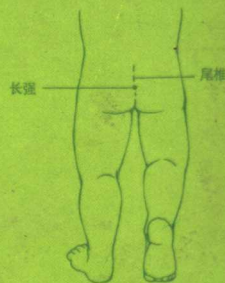
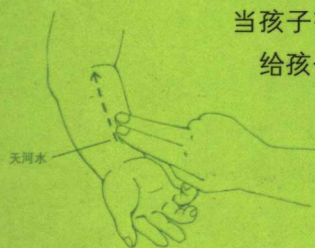
萧言生·著

儿童经络是人体经络中最有价值的灵丹妙药，是保佑孩子从小就远离疾病的最大因果。

父母是孩子最好的医生，把健康亲手送给孩子是父母的最大福气。

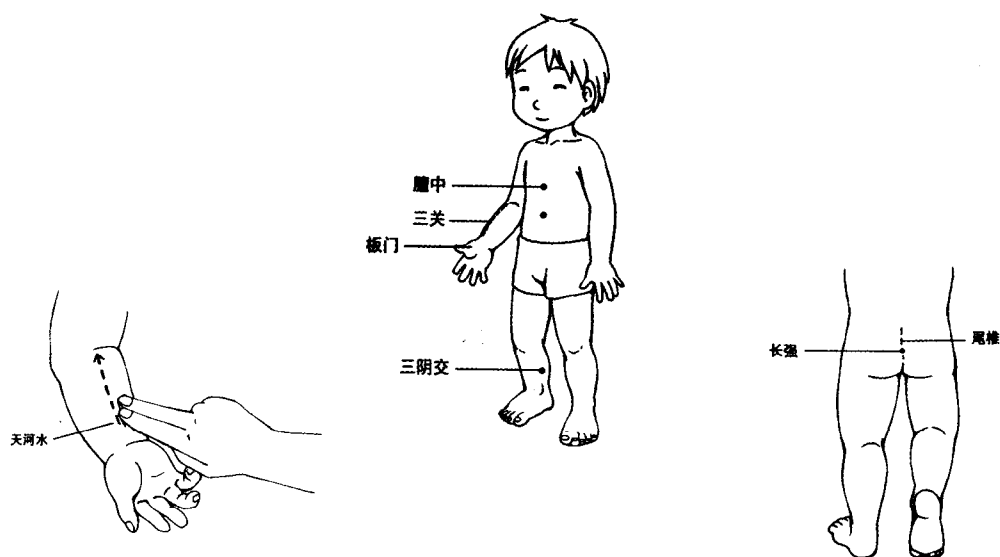
当孩子有小病的时候，父母的推拿可以代替吃药。

给孩子按摩经络越早，对他的成长就越有利。



凤凰出版传媒集团
江苏文艺出版社
JIANGSU LITERATURE AND ART
PUBLISHING HOUSE

三阴交



儿童经络

使用手册

萧言生·著

图书在版编目(CIP)数据

儿童经络使用手册 / 萧言生著. —南京: 江苏文艺出版社,
2007.5

ISBN 978-7-5399-2589-9

I. 儿… II. 萧… III. 小儿疾病: 常见病—经络—按摩疗法
(中医) IV. R244.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 070745 号

儿童经络使用手册

著 者: 萧言生

责任编辑: 于奎潮

文字编辑: 王清宇

封面设计: 周 红

责任监制: 卞宁坚 江伟明

出版发行: 凤凰出版传媒集团

江苏文艺出版社

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

印 刷: 三河市南阳印刷有限公司

开 本: 787 毫米 × 1092 毫米 1/16

字 数: 160 千字

印 张: 15.25

印 次: 2007 年 6 月第 1 版, 2007 年 9 月第 4 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5399-2589-9

定 价: 28.00 元

(江苏文艺版图书凡印刷、装订错误可随时向承印厂调换)

序言 儿童经络乃世界医学一绝

.....

如果学会了小儿推拿,年轻的父母们就不用再眼睁睁看着孩子饱受疾病折磨而束手无策,就能够用自己的双手来保护自己的孩子。那么小的孩子,整天打针吃药有多受罪啊,但小儿推拿却可以让父母的心肝宝贝卧在床上,舒舒服服地接受治疗,而且没有任何后遗症。

.....

我在我的上一本书《人体经络使用手册》里,详细介绍了人体经络的分布状态和使用方法。但是,儿童经络的状况和成人的有着很大区别。我认为,儿童处于不断地生长发育中,因此他们的经络是漂移的,位置和功用也都和成人的经络有所不同,因此,如果按照成人经络的状态来进行推拿治疗,效果不会太好,有时候甚至会弄巧成拙。



感谢苍天，我们的老祖宗留下了小儿推拿这个绝活。

我出生于中医世家，自幼就在祖辈的指导下，在神奇的中医世界里肆意遨游，套用一句老话，可谓是：医道传家远，医书济世长。当时，我国经济落后，很多孩子生病后都无法也得不到及时的医治。我的祖父便自学了这门为儿童推拿的绝活，他从孩子小小的指掌上便可以看出其症结所在，然后用蓖麻油或酒精去推拿孩子的不同穴位，孩子很快便会奇迹般地好起来。这在我幼小的心灵里留下了深刻的印象。

成年以后，我曾有幸受到北京四大名医之一的孔伯华之子——孔少华先生的点拨，终生受用不尽。这其中，最让我感到惊讶的是，先生居然也对儿童经络有着独到见解，小儿推拿在他的手里效果奇好，简直就是一个用之不尽的大药库。

为了能够更深入地运用儿童经络来为孩子们造福，我在行医生涯的间隙，也研究了很多古籍，其中有一本名为《幼科铁镜》的书，作者是清朝的名医夏禹铸先生。这是一本专讲小儿推拿的书，很有临床价值。

值得注意的是，在这本书中，夏禹铸还特别撰写了一篇《推拿代药赋》，将每个穴位与药方联系起来，就是说推拿某个穴位，效果就等同于吃某种药。譬如脾胃不好、脸色发黄的孩子，可以循他的大拇指外侧边缘向手掌方向直线推动（补脾经），效果等同于吃人参、白术，能起到补脾益气的作用。

在孩子健康的时候，给小儿做推拿能起到保健的作用；当孩子病了，心肝脾肺肾的状况就全都体现在5个手指头上，哪个脏腑有问题了，就推相应的那个手指头，举手之间就能治病。

我把这本古籍的内容与多年临床经验结合起来，所产生的效果如同魔术一般神奇：只要摸摸手指头，推推手臂，就可以治病，而且效果比吃药还好。无论令西医多么头疼的儿科病，在我这里



都能手到病除。我的众多成功病例证实了古代中医大师们的经验没错，小儿推拿的确是中华民族传统医学中的一门绝学！就这样，我医治了很多有疑难杂症的孩子，让那些愁眉苦脸的父母重新露出了笑容。

在小儿推拿的理论和实践经验中，蕴涵了几千年来中国传统医术的精髓，但是又十分易懂易学。试想，如果学会了小儿推拿，每一个家庭的父母们就不用再眼睁睁地看着孩子饱受疾病折磨而束手无策，就能够用自己的双手来保护自己的孩子。那么小的孩子，整天打针吃药有多受罪啊，但小儿推拿却可以让父母的心肝宝贝卧在床上，舒舒服服地接受治疗，而且，没有任何后遗症。

很多不了解中医神妙之处的人都会对经络学说产生怀疑，区区几十个常用穴位翻来覆去地按，真的能治病吗？曾经有一位年轻的父亲就是这样。他慕名来我这里，想给他9个月大的小儿子治咳嗽。我给那孩子做了一次推拿，马上就不咳了。可是，当孩子的爸爸看见我给别的患者治疗其他的病，用的也是同样的手法，按的也是同样的穴位时，马上就怀疑我在骗人，以后再没带孩子来过。后来，听说那孩子因咳嗽加重，没得到及时和有效的医治，得了支气管肺炎。我对此觉得特别遗憾。

正所谓，“小儿百脉，汇于两掌”，孩子五指上的经络通过不同的排列组合，就可以包治百病，再配以最合适的推拿手法和力度，就能发挥出令人惊叹的魔力。这位父亲就是只知看表面现象，却不知道在这看似简单的重复组合里，蕴涵着的却是关于儿童经络奥秘的伟大真经。

如果把中国传统医学宝库中最弥足珍贵的小儿推拿推广到千家万户，孩子们从生下来起就个个健康强壮，国家的医药开支也会减轻，“福莫大焉”啊。可惜的是，小儿推拿在当代几乎从没有被世人广泛关注过。中华民族医学中的瑰宝，如果埋没在我们



这一代人手里，实在是死不瞑目。

我非常奇怪，在大力提倡中医学复兴的今天，人们对小儿推拿学这一门绝学居然是如此冷漠。父母们宁愿让孩子受苦打点滴、吃有毒副作用的西药，甚至留下后遗症也不自知，却根本想不到小儿推拿。

每当看到或听到“孩子因慢性病而导致家庭经济困难，呼吁全社会伸出援手”之类的新闻的时候，作为一个中医，我心如刀绞。我没法再继续默默地低头工作了，我要让父母们懂得小儿推拿的重要性，学会小儿推拿，让他们用自己的双手给孩子带来健康。要知道，父母才是孩子最好的医生。

因此，我著成此书，希望它能驱散笼罩在患病孩子家庭上空的愁云惨雾，同时也为小儿推拿这门绝学能够早日昭于天下而尽一份绵薄之力。

萧言生

2007年5月20日于百草园

【目录】



序 言 儿童经络乃世界医学一绝	1
-----------------	---

第一章 孩子的身心和经络受上天保佑	1
-------------------	---

小儿经络是人体经络中最有价值的灵丹妙药	1
---------------------	---

· 让孩子告别白大褂	1
------------	---

· 天天给孩子推拿比吃人参还补	3
-----------------	---

· 很多父母都不知道怎样预防和处理孩子的疾病	5
------------------------	---

明白儿童的经络，才能对症下药	7
----------------	---

· 推拿经络不仅仅是带给孩子健康和平安	7
---------------------	---

· 别搞错了，不同体质的孩子有不同的推拿方法	9
------------------------	---

· 孩子能吃不一定是福	13
-------------	----

第二章 给孩子推拿经络前必须明白的基本道理	14
-----------------------	----

要懂孩子的五脏补泻之道	14
-------------	----

· 五脏的荣损在孩子身上表现得特别明显	14
---------------------	----

· 小儿推拿配上五行生克的道理就所向披靡	17
----------------------	----

别让病症抹黑孩子的脸	21
------------	----

· 有病说不出的孩子最可怜	21
---------------	----

· 望孩子面相，知五脏症状	22
---------------	----

· 观孩子的五指，可知他身上的百脉盛衰	27
---------------------	----

第三章 用推拿经络来激发孩子体内的天然大药 ···· 29

孩子的双手上藏有当代医学没有发现的亿万财富 ···· 29

亲手把健康献给孩子是父母的最大福气 ···· 30

· 孩子元神出入的必经之处——天门（攒竹）····· 31

· 孩子眼睛的卫兵——坎宫····· 32

· 孩子感冒的天敌——运太阳····· 33

· 孩子头痛的克星——揉耳后高骨····· 34

· 孩子肚子疼——分推腹阴阳····· 35

· 孩子呕吐轻松治——推天柱····· 35

· 孩子便秘——揉摩肚脐····· 36

· 气血两旺，告别腹泻——揉丹田····· 36

· 让孩子不再夜里“画地图”——推七节骨····· 37

· 让孩子排泄通畅——揉龟尾····· 38

· 脾胃问题脾经解——推脾经····· 38

· 还孩子一片甘凉——推肝经····· 39

· 口舌生疮——推心经····· 39

· 让孩子的呼吸轻松流畅——推肺经····· 40

· 先天不足后天补——推肾经····· 41

· 大肠功能紊乱——泻大肠经····· 41

· 身体代谢全畅通——推小肠经····· 42

· 让孩子“吃嘛嘛香”——推胃经····· 43

· 治腹胀等孩子的常见病——掐四横纹····· 43

· 推板门（大鱼际）也是治疳积的好办法····· 44

· 巧运八卦百病除——运内八卦····· 45

· 打开孩子清火退热之门——掐二扇门····· 45

· 孩子祛体寒的真良方——掐外劳宫····· 46

· 过三关，气血旺——推三关····· 47

· 扑灭孩子身上的一切邪火之源——推天河水····· 47

· 降孩子体内的所有实热找六腑——推六腑····· 48

· 捏三提一——华佗捏脊法····· 48

儿童经络使用原则····· 49

· 儿童经络的操作原则····· 49

· 儿童经络的基本使用手法····· 50

· 儿童经络的使用注意事项····· 51

第四章 儿童经络保健大法 ····· 52

日常保健法 ····· 52

健脾按摩保健法 ····· 54

眼部按摩保健法 ····· 55

感冒预防保健法 ····· 56

增高保健法 ····· 57

肠胃保健法 ····· 58

脾胃保健法 ····· 61

第五章 父母是孩子最好的御医（一）····· 63

把孩子养得壮壮的——小儿疳积（食积）的经络疗法 ····· 63

像华佗那样捏脊——小儿疳积合并肠炎的经络疗法 ····· 70

不让热邪乘“虚”而入——小儿盗汗的经络疗法 ····· 71

绝不让孩子伤心——小儿自汗的经络疗法 ····· 75

扑灭孩子身上的邪火——小儿发热的经络疗法 ····· 78

清洁孩子的脾胃——小儿腹泻的经络疗法 ····· 87

先补孩子的正气——小儿痢疾的经络疗法 ····· 97

疏通孩子体内的河道——小儿便秘的经络疗法 ····· 104

补好孩子的漏“气”之处——小儿遗尿的经络疗法 ····· 107

把“歪脖子”变成乖孩子——小孩斜颈的经络疗法 ····· 110

妙手送香——小儿厌食的经络疗法 ····· 110

每个孩子都是天使——小儿脑瘫的经络疗法 ····· 112

让孩子的咽喉清凉如水——小儿咽炎的经络疗法 ····· 117

关好孩子的“天窗”——小儿囟门关闭晚的经络疗法 ····· 120

孩子，我不要你咳——小儿哮喘的经络疗法 ····· 122

轻搓肺经不再忧——小儿感冒的经络疗法 ····· 125

第六章 父母是孩子最好的御医（二）····· 130

推拿脾胃出痘快——小儿水痘的经络疗法 ····· 130

永远赶走孩子身上的“痒”——小儿湿疹的经络疗法 ····· 133

梳理胃经就会好——小儿呕吐的经络疗法 ····· 135

警钟为病而响——小儿咳嗽的经络疗法 ····· 138

驱散孩子肺经上的寒气——小儿百日咳的经络疗法	140
我有“夜啼郎”，推拿保安康——“夜啼郎”的经络疗法	142
绝不让心阴虚留下后果——小儿流口水的经络疗法	145
把孩子的浊气往下引——小儿呃逆的经络疗法	147
把“疹”出透——小儿麻疹的经络疗法	149
驱除“风邪”就不痒——小儿荨麻疹的经络疗法	152
还是“风邪”惹的祸——小儿风疹的经络疗法	155
赶走“热邪”脸不肿——小儿疳腮的经络疗法	157
浇灭“虚火”和“脾热”——小儿口疮的经络疗法	159
护肾通膀胱——小儿中耳炎的经络疗法	162
用手揉开孩子腹内的“气”——小儿腹胀的经络疗法	166
疏通孩子的排泄管道——小儿肥胖症的经络疗法	168
腹内有“毒”用手解——小儿腹痛的经络疗法	169
补足孩子的阳气——小儿冻疮的经络疗法	171
孩子的身体自有防盗门——小儿扁桃体炎的经络疗法	173
闻香识臭不再愁——小儿慢性鼻炎的经络疗法	176
清肺泻肝最见效——小儿肺炎的经络疗法	179
清心清肺清脾胃——小儿暑热症的经络疗法	182
帮孩子护好肝——小儿近视眼的经络疗法	185
补足孩子的脾和肾——小儿佝偻病的经络疗法	187
让孩子的嘴里清清香香——小儿鹅口疮的经络疗法	189
还孩子小嘴边的清馨——小儿舌舔皮炎的经络疗法	191
激发肾经的自愈潜能——小儿白血病的经络疗法	193
把更多的气血贡献给心经——小儿病毒性心肌炎的经络疗法	194
捏脊法立大功——小儿先天性心肌炎的经络疗法	197

第七章 父母不和，相当于给孩子的成长“投毒” 199

孩子也会和大人一样得心病	199
· 孩子心，海底针	199
· 为了孩子的经络，恳请父母远离自身的“五毒”	202
· 按摩经络是和孩子心灵沟通的最佳渠道	204
和谐的家庭气场是孩子经络的营养	205

· 良好的夫妻感情是孩子经络茁壮成长的保障	205
· 给孩子按摩，单亲孩子也一样能健康成长	208
· 用经络给孩子减压	210
第八章 儿童的四季饮食调养	211
孩子春天的饮食调养以养肝（生）为主	211
孩子夏天的饮食调养以养心（长）为主	213
孩子秋天的饮食调养以养肺（收）为主	214
孩子冬天的饮食调养以养肾（藏）为主	216
后 记	217
附 录 儿童经络传世古籍精要	219

孩子的身心 and 经络受上天保佑



孩子来到世间，身体的各方面状况都是飞速变化着的，其复杂的程度简直就相当于一个刚刚诞生的宇宙，各种意想不到的情况都可能发生。古代众多医家经过几千年的探索，总算是摸到了这个小宇宙的窍门……

小儿经络是人体经络中最有价值的灵丹妙药

· 让孩子告别白大褂

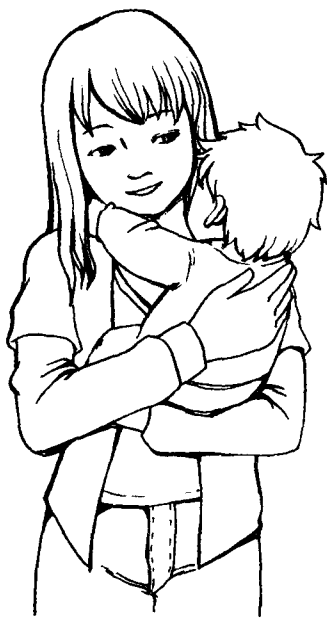
曾经，有一位母亲听说我擅长小儿推拿，口碑很好，就带着她那刚满一岁的孩子来找我。这位母亲忧心忡忡地说，她的孩子从落地开始身体就弱，一直是医院的常客。由于经常到医院看病，受尽苦头。现在，孩子只要看到穿白大褂的人就紧张，就开始大



哭，拼命地挣扎，完全不像以往那样乖巧。这几天孩子又病了，一直咳嗽不停，已经去过医院，诊断是扁桃体发炎了，但是如果再去医院里挂几天的点滴，不但孩子痛苦，她这做母亲的在心理上也觉得有点承受不起了。

听完她的讲述后，我肯定地跟她说：“你没有像很多家长那样只知道给孩子乱吃补药，能选择用小儿推拿进行治疗，这非常好。这病我能治。”

我心里有数，这孩子就是因为体质太弱，免疫力太低的原因才容易咳嗽感冒。于是我马上用治咳嗽的推拿手法，帮这孩子清肺经 300 次，清天河水 100 次，按揉大椎 300 次，推涌泉 200 次，清大肠 300 次，退六腑 300 次。在推拿的过程中，孩子乖乖地趴



妈妈与其心急如焚，把孩子送到医院去，
不如和孩子一起早日走进儿童经络的神奇世界。



在那里，不哭不闹，做完推拿后马上就不咳了。

我还教给这位母亲亲手给孩子捏脊的方法，嘱咐她在家一有空就给孩子捏，这样就能提高孩子的免疫力。她感动得热泪盈眶，说这是她头一次亲身感受到了中医的神奇。

孩子身体虚弱，疾病接连发生，频繁来到医院接受治疗，心理上肯定会对医院产生恐惧，稍有不慎的话，就会造成消之不散的阴影，影响日后的健康成长。若是珍惜孩子的健康，不妨先试着远离白大褂，感受一下中华传统医学的神奇瑰宝——小儿推拿，相信一定不会使你失望。

· 天天给孩子推拿比吃人参还补

大家都知道中药有四性：寒、热、温、平。推拿中的推、拿、揉、掐与中药四性相对应，所以说用推拿就是用药。

推三关，可以代替麻黄、肉桂，发汗散寒。天气转冷了，不注意给孩子添衣服，受寒感冒了，别一下子就想到小儿速效感冒胶囊，第一反应应该先想到给孩子推三关，激发自身的抗病能力。推三关就是推前臂阳面靠大拇指那一直线，用大拇指或食中指指面从腕推向肘，推到手臂微微发红。这时，孩子会微微出汗。

推六腑，可以代替滑石、羚羊角，退热的作用非常好。

我曾碰到一个发高烧的4岁小女孩，测体温是39℃，小脸蛋烧得通红，打了点滴，烧也没退下来，我就给她退六腑，推孩子前臂阴面靠小指那一直线，从肘推向腕，推了500次，孩子明显安静下来，一量体温，37.6℃。这就是小儿推拿的神奇，立竿见影。

引天河水，就相当于给孩子吃黄芩、黄柏、连翘，清热解毒。天河水这个名字，一听就给人一种“透心凉”的感觉，它的名字和作用一致。天河水位于孩子手臂阴面中间的那条直线，是很好辨认的线性穴位。



有的妇女怀孕的时候不注意饮食，煎炸油腻从不戒口，孩子一生下来就火气很大，不是长疖子就是嗓子肿痛，经常哭闹不休。这种情况经常推天河水就对了。

旋推大拇指面上的脾经，就相当于吃人参、白术，可以大补元气。

大家都知道，人参是保健圣品，每天给孩子补脾经（在大拇指面顺时针方向的旋转推动）就等于每天给他吃免费人参，这便宜可是天赐的。

清脾经可以清脾胃里存的热毒。脾经在大拇指面，由指端向指根方向直线推动为清脾经。脾胃有热的孩子很贪吃，饭量大，但不见胖，反而很消瘦，因为吃进去的东西不吸收。清脾经可以消除这一病症。

补大肠经，就相当于吃诃子、炮姜，温肠止泻，治疗腹泻。

大多数的孩子都喜欢吃冰淇淋，喝冰可乐，父母一定要适当阻止，这些冷冻的饮食最容易伤脾胃。一般情况下就会拉肚子，这时，推推大肠经，从食指推到虎口，就可手到病除。但重者积寒到一定程度，形成下焦虚寒的体质，会导致各种各样的缠绵难治的胃肠病，严重影响孩子身体发育。反之，从虎口推到食指侧线为泻大肠，效果同吃大黄、枳实，清热通便，治疗便秘。

向指尖方向推中指泻肺，相当于吃桑皮、桔梗，宣肺清热。向手掌方向推则能止嗽，效果等同于吃五味、冬花，补肺止咳。

小指补肾，强肾益精的效果绝不比吃杜仲、地黄差。如果妇女怀孕期间呕吐厉害，不能进食，生下来的小孩大多都属于先天不足。经常推孩子的小指面就可以填补肾气，弥补先天不足，增强体质，防止体弱多病。

由此可见，小儿推拿之术运用起来非常方便，而且它绝对不会带来药物的那些毒副作用，实在是调动小儿人体自身大



药的“魔法”。

·很多父母都不知道怎样预防和处理孩子的疾病

孩子来到世间，身体各方面的状况都是飞速变化着的，其复杂的程度简直就相当于一个刚刚诞生的宇宙，各种意料不到的情况都可能发生。古代众多医家经过几千年的探索，总算是摸到这个小宇宙的窍门，把孩子生理特征大致归纳为“生机蓬勃，发育迅速”和“脏腑娇嫩，形气未充”两方面。

孩子由于正处幼年，生长发育特别快，简直可以用风驰电掣来形容。古人观察到这种“生机蓬勃，发育迅速”的独有的动态变化，总结出一个词叫做“纯阳”，称孩子为“纯阳之体”。

所谓“纯阳”，就是指孩子生长发育旺盛，其阳气勃发，体内没有污浊之气，好似旭日之初升，草木之方萌，蒸蒸日上，欣欣向荣。

“脏腑娇嫩，形气未充”，这个是孩子生理的另一特点。脏腑就是指五脏六腑，形气是指形体结构、气血津液和气化功能。孩子出生之后，五脏六腑都很娇柔嫩弱，四肢百骸、筋骨肌肉、气血津液、气化功能都是不够成熟和相对不足的。与成年人相比较，腠理疏薄，表卫不固，抗病能力较差，对外界气候变化不能很好地适应，故易为外邪侵袭。

孩子五脏功能生理特点，还表现为“肝常有余”及“心常有余”。由于孩子脏腑经络柔嫩，精气未充，感邪后易化热化火，引动肝风，所以孩子容易惊风，以及由于肾阴不足，心火易上，导致口舌生疮，所以日常生活中要注意让孩子多喝水，以免上述情况发生。

从这点也可以引出，如果给孩子推肝经和心经通常都采取泻法。将孩子食指伸直，由指端向指根方向直线推动为泻肝经；将