

指尖下的 健康



小儿四时辨体
捏脊疗法

马融 杜春雁 编著



人民卫生出版社
PEOPLE'S MEDICAL PUBLISHING HOUSE



网络
增值服务
ONLINE SERVICES

指尖下的 健康



——小儿四时辨体
捏脊疗法

| 马融 杜春雁 编 著

协 编: 王艳国 田 斌 肖 敏 历 松

刘莎莎 姜 磊 李 霞 焦 媛

马翠翠 李 瑞 张 洋 刘 超

人民卫生出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

指尖下的健康: 小儿四时辨体捏脊疗法 / 马融, 杜春雁编著.
—北京: 人民卫生出版社, 2016
ISBN 978-7-117-22362-1

I. ①指… II. ①马… ②杜… III. ①小儿疾病—捏脊疗法 IV. ①R244.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 076262 号

人卫智网	www.ipmph.com	医学教育、学术、考试、健康, 购书智慧智能综合服务平台
人卫官网	www.pmph.com	人卫官方资讯发布平台

版权所有, 侵权必究!

指尖下的健康

——小儿四时辨体捏脊疗法

编 著: 马 融 杜春雁

出版发行: 人民卫生出版社 (中继线 010-59780011)

地 址: 北京市朝阳区潘家园南里 19 号

邮 编: 100021

E - mail: pmph @ pmph.com

购书热线: 010-59787592 010-59787584 010-65264830

印 刷: 北京汇林印务有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 710 × 1000 1/16 印张: 8.5

字 数: 114 千字

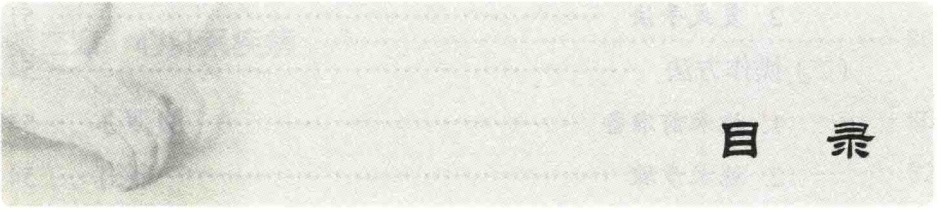
版 次: 2016 年 7 月第 1 版 2016 年 7 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-117-22362-1/R · 22363

定 价: 39.00 元

打击盗版举报电话: 010-59787491 E-mail: WQ @ pmph.com

(凡属印装质量问题请与本社市场营销中心联系退换)



目 录

基 础 篇

第一章 小儿四时辨体捏脊疗法	3
一、小儿四时捏脊保健	3
二、小儿辨体捏脊	3
三、小儿四时辨体捏脊法的形成	4
四、小儿四时辨体捏脊法的特点与优势	4
五、小儿四时辨体捏脊法的常用穴位	5
(一) 头面颈部穴位	5
(二) 胸腹部穴位	11
(三) 手掌及上肢屈面穴位	15
(四) 手背及上肢伸面穴位	23
(五) 腰背部穴位	29
(六) 下肢穴位	36
六、小儿四时辨体捏脊法取穴原则	41
(一) 常规捏脊取穴	41
(二) 四时取穴	42
(三) 辨体取穴	42
七、小儿四时辨体捏脊法的操作方法	43
(一) 常用手法	43
1. 单式手法	43



2. 复式手法	51
(二) 操作方法	54
1. 施术前准备	54
2. 施术步骤	54
3. 治疗体位	55
4. 常用方法	56
(三) 常用介质	58

第二章 小儿四时辨体捏脊法的适应证和禁忌证..... 60

一、小儿四时辨体捏脊法的适应证.....	60
二、小儿四时辨体捏脊法的禁忌证.....	60
三、小儿四时辨体捏脊法的注意事项.....	61
(一) 注意事项	61
(二) 意外事件的处理	62

应 用 篇

第一章 肺系疾病..... 65

一、感冒.....	65
二、咳嗽.....	68
三、肺炎喘嗽.....	69
四、反复呼吸道感染.....	71
五、乳蛾.....	74
六、哮喘.....	75
七、鼻炎.....	77



第二章 心肝系疾病	80
一、心肌炎	80
二、夜啼	82
三、注意力缺陷多动症	86
四、抽动障碍	89
五、汗证	91
第三章 脾系疾病	94
一、厌食	94
二、小儿积滞	96
三、疳证	98
四、小儿呕吐、溢乳	100
五、小儿腹痛	102
六、小儿腹泻	104
七、小儿便秘	107
八、小儿呃逆	109
九、小儿流涎	111
第四章 肾系疾病	114
一、小儿遗尿	114
二、尿频	116
第五章 小儿其他疾病	119
一、幼儿急疹	119
二、手足口病	121
三、湿疹	123

基础篇

指尖下的 健康

——小儿四时辨体
捏脊疗法





第一章

小儿四时辨体捏脊疗法

一、小儿四时捏脊保健

四时气候变化、季节更迭对机体有明显的影响,尤其是小儿,应已病时治病或未病时防病,都应顺四时、适寒暑,调理机体阴阳之气。在上述理论基础上,我们提出了“小儿四时捏脊保健”理论。

春三月,气候由寒转暖,儿童对温差骤变的适应力差,易多发呼吸道疾病及过敏性疾病。故自立春开始实施捏脊干预,可有效减少感冒、咳嗽、肺炎、哮喘、厌食等疾病的发生。

夏三月,夏暑当令,心火亢盛,脾土受困,易发夏季热、厌食、腹泻、暑温等病,于立夏开始实施捏脊干预,可有效减少以上疾病的发生。

秋三月,肺金当令,肺喜润恶燥。秋燥季节,多见燥咳。故于立秋开始,实施捏脊干预,可减少秋季常见病如燥咳、秋季腹泻等的发生。

冬三月,气候由凉转寒,多发呼吸道疾病。故自立冬开始,实施幼儿捏脊保健方案干预,可以有效减少感冒、咳嗽、肺炎、哮喘等疾病的发生。

二、小儿辨体捏脊

小儿体质的不同,对不同疾病的易感性也不同。根据朱锦善教授对小儿体质的认识,将小儿体质分为正常质、痰湿质、内热质、气虚质、气阴两虚质五种。对于不同体质的儿童采用不同的捏脊疗法。对于正常质儿童采用辨体捏脊常规操作;对于痰湿质在常规捏脊操作的同时加三焦俞、



脾俞以健脾化痰;对于内热质在常规捏脊操作的同时加肝俞、心俞、大椎以清热;对于气虚质在常规捏脊操作的同时加脾俞以健脾益气;对于气阴两虚质在常规捏脊操作的同时加脾俞、肝俞以益气养阴。

三、小儿四时辨体捏脊法的形成

“小儿四时辨体捏脊法”,充分考虑导致小儿患病的内因外因。因时、因人、因体制宜,采用医者易于操作,小儿易于接受的捏脊疗法,对健康、亚健康、患病状态的小儿进行干预,以达到保健治疗的目的。

“小儿四时辨体捏脊法”在传统捏脊法的基础上,根据小儿生理病理特点,加用补脾经、补肾经、揉按外劳宫、揉按足三里,并根据四时季节的不同及小儿体质类型的不同加用不同的腧穴,以达到防病治病的目的。

现代医学研究表明,通过特殊的手法在脊椎及其两侧施术,可以起到调节、恢复各系统、器官功能的作用,能加速新陈代谢,增强免疫功能,提高抗病能力,促进机体发育。

四、小儿四时辨体捏脊法的特点与优势

“小儿四时辨体捏脊法”是在传统捏脊方法的基础上,根据天人合一的中医时间学理论、五行理论和儿童体质的不同,增加推拿相应的穴位,达到防病治病、强身健体的一种疗法。

影响小儿发病与否主要有两方面的因素,即外界气候变化季节更迭和小儿自身体质的强弱。现代研究表明,不同疾病与发病季节有相关性;不同的体质对疾病的易感性亦不同。因此,在小儿治疗方面,应充分考虑发病的季节因素、体质因素,尽量采用小儿易于接受的治疗方法。为此,马融教授在多年的小儿防病保健与治疗中,考虑“四时”气候季节及体质的影响,提出“已病辨证,未病辨体”的理论,并创立了“小儿四时辨体捏脊法”。此疗法与传统捏脊疗法比较,更符合中医学“天人相应”的整体观念;更深入地认识疾病因季节、体质不同的发生规律,使防病保健更加有针对



性;依据患儿体质及四时特点取穴,疗效显著,效果独特。

这种疗法在临床应用多年,疗效肯定,其成果获得了天津市科技进步二等奖、中华中医药学会二等奖。

五、小儿四时辨体捏脊法的常用穴位

(一) 头面颈部穴位

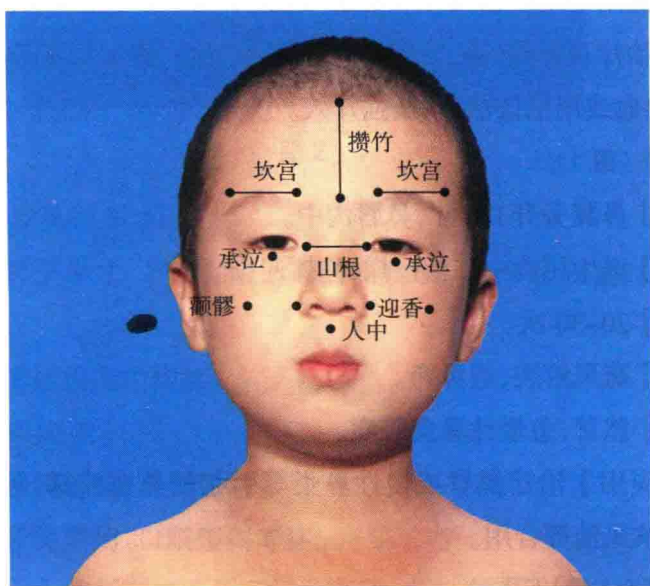


图 1

1. 攒竹(天门)(图 1)

【位置】二眉之间至前发际成一直线。

【操作】两拇指由下至上交替直推。

【次数】30~50 次。

【功效】疏风解表,开窍醒脑,镇静安神。

【主治】发热、头痛、感冒、精神萎靡、惊烦不安等症。

【临床应用】推攒竹常用于外感发热、头痛等症,多与推坎宫、揉太阳等合用;若惊烦不安、躁动不宁,多与清肝经、按揉百会等合用。



2. 坎宫(眉弓)(图 1)

【位置】自眉心起沿眉梢成一横线。

【操作】两拇指自眉心向眉梢分推。

【次数】30~50 次。

【功效】疏风解表,醒脑明目,止头痛。

【主治】外感发热、惊风、头痛、目赤痛等症。

【临床应用】推坎宫常用于外感发热、头痛,多与推攒竹、揉太阳等合用;若用于治疗目赤痛,多与清肝经、掐揉小天心、清天河水等合用。亦可推后点刺出血或用掐按法,以增强疗效。

3. 迎香(图 1)

【位置】鼻翼旁开 0.5 寸,鼻唇沟中。

【操作】医生用食中二指按揉,称揉迎香。

【次数】20~30 次。

【功效】疏风解表,通鼻窍。

【主治】感冒,急慢性鼻炎等症。

【临床应用】治疗感冒或慢性鼻炎等引起的鼻塞流涕,呼吸不畅,多与清肺经、拿风池等合用。

4. 山根(山风)(图 1)

【位置】两目内眦之间,鼻梁上低凹处。

【操作】拇指甲掐。

【次数】3~5 次。

【功效】开窍醒脑,定神。

【主治】惊风、抽搐等症。

【临床应用】掐山根治疗惊风、昏迷抽搐等症,多与掐人中、掐老龙等合用。本穴用于治疗疾病外,还和年寿、准头等穴用于诊断,如见山根处青筋显露为脾胃虚寒或惊风。



图 2

5. 颊车(牙关)(图 2)

【位置】耳下 1 寸,下颌骨陷上方的咬肌中。上下牙咬紧时咬肌隆起的高点处。

【操作】拇指按或中指揉。

【次数】5~10 次。

【功效】祛风清热,开关通络。

【主治】牙关紧闭、口眼歪斜等症。

【临床应用】按颊车主要用于牙关紧闭,若口眼歪斜则多用揉颊车。

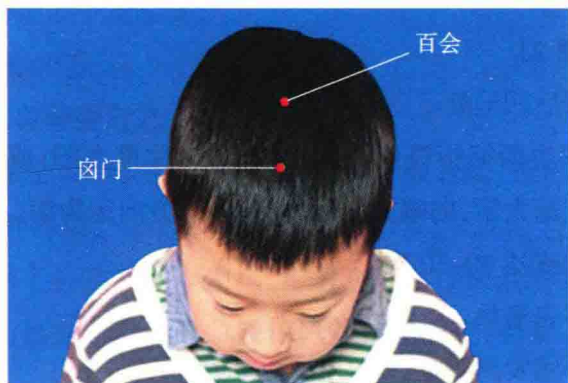


图 3



6. 囟门(图 3)

【位置】前发际正中直上两寸,百会前骨凹陷中。

【操作】两手扶儿颈部,两拇指自前发际向该穴轮换推之(囟门未合时,仅推至边缘)称推囟门;拇指端轻揉囟门,称揉囟门。

【次数】推或揉,各 50~100 次。

【功效】镇惊安神,通窍。

【主治】头痛、惊风、神昏、烦躁、鼻塞、衄血等症。

【临床应用】推揉囟门多用于头痛惊风、鼻塞等症。正常前囟在生后 12~18 个月之间闭合,故临床操作时手法需注意不可用力按压。

7. 百会(图 3)

【位置】两耳尖连线与头顶正中线的交点处;或前发际正中直上 5 寸。

【操作】医生用拇指端按或揉,称按百会或揉百会。

【次数】按 30~50 次,揉 100~200 次。

【功效】开窍醒脑,回阳固脱。

【主治】惊风、惊痫、烦躁、遗尿、脱肛等症。

【临床应用】常用于治疗惊风、惊痫、烦躁等症,多与清肝经、清心经、掐揉小天心等合用;用于遗尿、脱肛等症,常与补脾经、补肾经、推三关、揉丹田等合用。

8. 太阳(图 2)

【位置】眉后凹陷处。

【操作】医生两拇指桡侧自前向后直推,称推太阳;或用中指端揉该穴,称揉太阳或运太阳,向眼方向运为补,向耳方向运为泻。

【次数】推或揉 30~50 次。

【功效】解表清热。

【主治】外感发热等症。

【临床应用】推太阳主要用于外感发热,若外感表实头痛用泻法;若



外感表虚内伤头痛用补法。

9. 颧髻(图 1)

【位置】目外眦直下,颧骨下缘凹陷处。

【操作】拇指按或中指揉。

【次数】30~50 次。

【功效】祛风消肿。

【主治】口眼歪斜、眼睑颤动、齿痛、三叉神经痛等症。

【临床应用】口眼歪斜、眼睑颤动、齿痛、三叉神经痛等面部病证。

10. 承泣(图 1)

【位置】目正视,瞳孔直下,当眼球与眶下缘之间。

【操作】两拇指或中指端揉。

【次数】30~50 次。

【功效】散风清热,明目止泪。

【主治】眼睑颤动、迎风流泪、夜盲、近视、口眼歪斜、面肌痉挛等症。

【临床应用】眼睑颤动、迎风流泪、夜盲、近视等目疾;口眼歪斜、面肌痉挛等面部病症。

11. 人中(图 1)

【位置】在人中沟的上 $\frac{1}{3}$ 与下 $\frac{2}{3}$ 交点处。

【操作】拇指或中指端揉。

【次数】30~50 次。

【功效】为急救要穴之一。

【主治】昏迷、晕厥、中风、中暑、休克、呼吸衰竭;癍症、癍狂痫、急慢惊风;鼻塞、面肿等症。

【临床应用】昏迷、晕厥、中风、中暑、休克、呼吸衰竭等急危重症,为急救要穴之一;癍症、癍狂痫、急慢惊风等神志病症;鼻塞、面肿等面鼻口部病症。



图 4

12. 耳后高骨(图 4)

【位置】耳后人发际高骨下凹陷中。

【操作】两拇指或中指端揉。

【次数】30~50 次。

【功效】疏风解表。

【主治】头痛、惊风、烦躁不安等症。

【临床应用】推耳后高骨治感冒头痛,多与推天门(攒竹)、坎宫等合用。能安神除烦,可治疗神昏烦躁等症。

13. 天柱(颈骨)(图 2)

【位置】颈后发际正中至大椎穴成一直线。

【操作】用拇指或食、中指自上向下直推称推天柱,或用瓷汤匙的边蘸水自上而下刮。

【次数】推 100~500 次,刮至皮下轻度瘀血即可。

【功效】降逆止呕,祛风散寒。

【主治】恶心、呕吐、项强、发热、惊风、咽痛等症。

【临床应用】推、刮天柱主要用于治疗恶心、呕吐、外感发热、项强等症。治疗呕吐多与横纹推向板门、揉中脘等合用。治疗外感发热、项强等多与拿风池、掐揉二扇门等合用。



(二) 胸腹部穴位

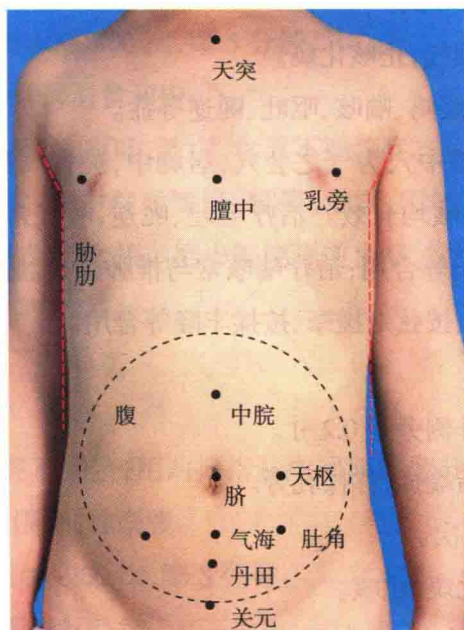


图 5

1. 天突(图 5)

【位置】胸骨中线上,两乳头连线中点,平第 4 肋间隙。

【操作】用中指端按揉,称按揉天突,用双手拇、食两指对称挤捏,称挤捏天突。

【次数】按揉 15~30 次,挤捏 1~3 次。

【功效】理气化痰,降逆止呕。

【主治】咳喘胸闷、恶心呕吐、咽痛等症。

【临床应用】按揉、挤捏天突对因气机不利、痰涎壅盛或胃气上逆所引起的痰喘、呕吐有效,若配合按揉膻中、运八卦、揉中脘等效果更佳。

2. 膻中(图 5)

【位置】胸骨正中,两乳头连线中点。

【操作】用中指端按揉称揉膻中,用两拇指从本穴分推至两乳头,称