

· 全程图示 · 专家示范 · 权威讲解 ·

轻轻松松做您孩子的

~ 保健医生 ~

学院派 小儿推拿普及本

姚笑 张程 张效霞 赵晓红 孙习东◎著

16个单式手法 · 8个复式手法 · 45个特定穴位

易学易掌握 实用疗效好

详尽的分步讲解 按图操作轻松保健
专业的按摩手法 推推按按手到病除

特邀齐鲁小儿推拿名家编著



超值附赠

《简明小儿推拿穴位图》
《小儿常见病外治与食疗方》

 青岛出版社
QINGDAO PUBLISHING HOUSE

轻轻松松做您孩子的

~ 保健医生 ~

学院派 小儿推拿普及本

姚笑 张程 张效霞 赵晓红 孙习东◎著

16个单式手法 · 8个复式手法 · 45个特定穴位

图书在版编目 (CIP) 数据

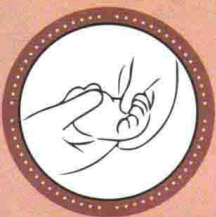
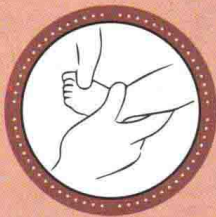
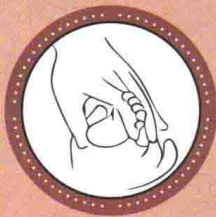
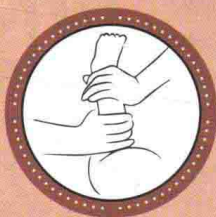
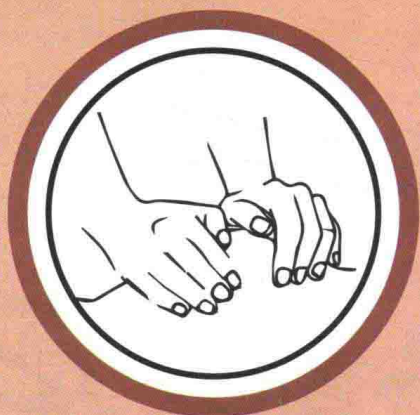
学院派小儿推拿普及本 / 姚笑等著. — 青岛 : 青岛出版社, 2016.
ISBN 978-7-5552-3331-2

I. ①学… II. ①姚… III. ①小儿疾病—推拿—普及读物
IV. ①R272-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2016) 第002957号

书 名	学院派小儿推拿普及本 (附赠《小儿常见病外治与食疗方》)
著 者	姚 笑 张 程 张效霞 赵晓红 孙习东
出版发行	青岛出版社
社 址	青岛市海尔路182号 (266061)
本社网址	www.qdpub.com
邮购电话	13335059110 0532-68068026 (兼传真) 0532-85814750
责任编辑	傅 刚 E-mail: qdpubjk@163.com
封面设计	润麟设计
照 排	青岛佳文文化传播有限公司
印 刷	青岛新华印刷有限公司
出版日期	2017年1月第1版 2017年1月第1次印刷
开 本	16开 (787 mm × 1092mm)
印 张	17.5
印 数	1-8000册
书 号	ISBN 978-7-5552-3331-2
定 价	45.00元

编校印装质量、盗版监督服务电话 4006532017 0532-68068638



CONTENTS

目

录



入门概说

源远流长的小儿推拿疗法·····	12
小儿推拿疗法的作用与机理·····	13
推拿手法本身的作用与机理·····	13
推拿与经络、腧穴相结合的作用与机理·····	14
推拿与特定穴相结合的作用与机理·····	14
不同年龄阶段小儿的常见病·····	15
小儿推拿的适应症和禁忌症·····	16
小儿推拿的适应症·····	16
小儿推拿的禁忌症·····	16
十四经脉穴位图·····	17
取穴的方法·····	24
小儿推拿常用穴位（十四经脉）·····	26
头面部穴位表·····	26

躯干前面及侧面穴位表	28
躯干后面穴位表	29
上肢穴位表	32
下肢穴位表	34
小儿推拿常用特定穴位	37
头面部穴位	40
1 天门	40
2 坎宫 (眉弓)	40
3 山根 (山风)	41
4 颊车 (牙关)	42
5 囟门	42
6 耳后高骨	43
7 天柱骨	43
胸腹部穴位	44
1 乳旁	44
2 乳根	44
3 胁肋	45
4 腹穴	46
5 脐	45
6 丹田	48
7 肚角	48
手及前臂部穴位	49
1 脾经	49
2 胃经	50
3 心经	51
4 肝经	52
5 肺经	52
6 肾经	53
7 大肠	54

8 小肠	55
9 肾顶	55
10 四横纹	56
11 小横纹	56
12 掌小横纹	57
13 板门	58
14 内八卦	58
15 小天心	59
16 总筋	60
17 大横纹（阳池、阴池）	61
18 五指节	62
19 二扇门	63
20 二人上马（二马）	63
21 外劳宫	64
22 一窝风	65
23 膊阳池	65
24 三关	66
25 天河水	67
26 六腑	68
背部及下肢穴位	69
1 龟尾	69
2 七节骨	69
3 脊柱	70
4 箕门	71
小儿推拿操作要求	72
小儿推拿手法的基本要求	72
小儿推拿手法的操作要点	73
手法操作注意事项	74
手法操作姿势与患儿体位	74

常用手法..... 74

单式手法..... 74

一、推法 74

直推法..... 74

分推法..... 75

旋推法..... 75

合推法..... 76

二、拿法 77

三、按法 77

四、揉法 78

五、摩法 80

六、运法 81

七、掐法 82

八、捏法（捏脊） 83

九、搓法 84

十、摇法 84

十一、刮法 85

十二、擦法 86

十三、捻法 87

十四、拍法 88

十五、捣法 88

十六、捏挤法 89

复式手法..... 90

一、水底捞明月 90

二、黄蜂入洞 91

三、猿猴摘果 92

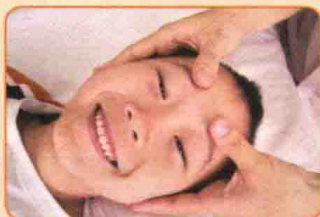
四、运水入土 92

五、运土入水 93

六、按弦走搓摩	93
七、开璇玑	94
八、总收法	95

推拿适宜病症

呼吸系统疾病



感冒	98
急性支气管炎	104
支气管肺炎	110
反复性呼吸道感染	116
哮喘	120
小儿暑热症	126
流行性腮腺炎	130

消化系统疾病



腹泻·····	133
呕吐·····	137
腹痛·····	141
厌食·····	145
便秘·····	149
积滞·····	153
疳证·····	156
肠梗阻·····	159
脱肛·····	162

头面五官疾病



鹅口疮·····	166
咽炎·····	169
口腔溃疡·····	173
龋齿牙痛·····	176
鼻炎·····	180
鼻出血·····	186
腺样体肥大·····	189
瞬目·····	193
结膜炎·····	197
腮腺炎·····	200

近视眼·····	206
面神经麻痹·····	209

小儿杂病



流涎·····	213
夜啼·····	217
小儿多动综合征·····	223
生长痛·····	228
小儿单纯性肥胖·····	231
缺铁性贫血·····	235
佝偻病·····	239
五迟、五软·····	242

运动系统疾病



先天性肌性斜颈·····	251
脊柱侧弯·····	253
拇指腱鞘炎·····	255

踝关节扭伤 256

泌尿系统疾病



遗尿 259

尿潴留 263

尿频 268

家庭保健



脾胃保健推拿 273

防感冒保健推拿 275

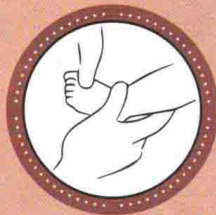
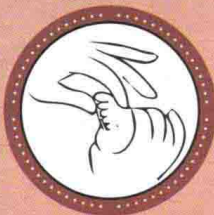
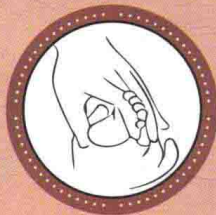
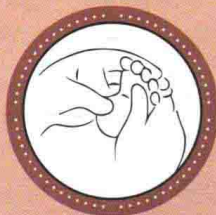
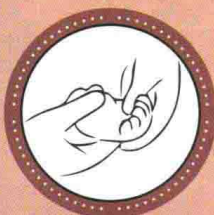
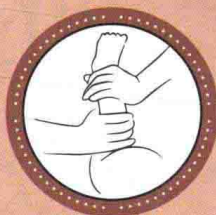
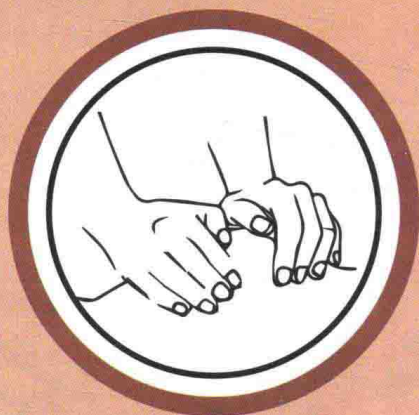
轻轻松松做您孩子的

~ 保健医生 ~

学院派 小儿推拿普及本

姚笑 张程 张效霞 赵晓红 孙习东◎著

16个单式手法 · 8个复式手法 · 45个特定穴位



CONTENTS

目

录



入门概说

源远流长的小儿推拿疗法·····	12
小儿推拿疗法的作用与机理·····	13
推拿手法本身的作用与机理·····	13
推拿与经络、腧穴相结合的作用与机理·····	14
推拿与特定穴相结合的作用与机理·····	14
不同年龄阶段小儿的常见病·····	15
小儿推拿的适应症和禁忌症·····	16
小儿推拿的适应症·····	16
小儿推拿的禁忌症·····	16
十四经脉穴位图·····	17
取穴的方法·····	24
小儿推拿常用穴位（十四经脉）·····	26
头面部穴位表·····	26

躯干前面及侧面穴位表	28
躯干后面穴位表	29
上肢穴位表	32
下肢穴位表	34
小儿推拿常用特定穴位	37
头面部穴位	40
1 天门	40
2 坎宫 (眉弓)	40
3 山根 (山风)	41
4 颊车 (牙关)	42
5 囟门	42
6 耳后高骨	43
7 天柱骨	43
胸腹部穴位	44
1 乳旁	44
2 乳根	44
3 胁肋	45
4 腹穴	46
5 脐	45
6 丹田	48
7 肚角	48
手及前臂部穴位	49
1 脾经	49
2 胃经	50
3 心经	51
4 肝经	52
5 肺经	52
6 肾经	53
7 大肠	54

8 小肠	55
9 肾顶	55
10 四横纹	56
11 小横纹	56
12 掌小横纹	57
13 板门	58
14 内八卦	58
15 小天心	59
16 总筋	60
17 大横纹（阳池、阴池）	61
18 五指节	62
19 二扇门	63
20 二人上马（二马）	63
21 外劳宫	64
22 一窝风	65
23 膊阳池	65
24 三关	66
25 天河水	67
26 六腑	68
背部及下肢穴位	69
1 龟尾	69
2 七节骨	69
3 脊柱	70
4 箕门	71
小儿推拿操作要求	72
小儿推拿手法的基本要求	72
小儿推拿手法的操作要点	73
手法操作注意事项	74
手法操作姿势与患儿体位	74