



海派儿科推拿

常用穴部



海派儿科推拿
HAIPAI ERKE TUIXIA

找准宝贝身上的“关键点”

总主编·金义成 孙武权 本书主编·孔令军

 上海科学技术出版社



海派儿科推拿

常用穴部



主编 孔令军

上海科学技术出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

海派儿科推拿: 常用穴部 / 孔令军主编. —上海: 上海科学技术出版社, 2019.1

ISBN 978-7-5478-3609-5

I. ①海… II. ①孔… III. ①小儿疾病—按摩疗法 (中医)
②婴幼儿—保健操 IV. ① R244.154 ② R174

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 152422 号

本书得到上海市进一步加快中医药事业发展三年行动计划 (2014 年—2016 年) “中医药文化平台建设项目——岳阳医院中医药文化宣传教育基地”项目 (编码 ZY3-WHJS-1-1014) 和上海市科学技术委员会 “听岳阳人讲中医药文化”项目 (编码 16DZ2346200) 的资助。

海派儿科推拿: 常用穴部

主编 孔令军

上海世纪出版 (集团) 有限公司
上海科学技术出版社 出版、发行

(上海钦州南路 71 号 邮政编码 200235 www.sstp.cn)

上海盛通时代印刷有限公司印刷

开本 787×1092 1/24 印张 5¹/₃

字数 80 千字

2019 年 1 月第 1 版 2019 年 1 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5478-3609-5/R·1387

定价: 25.00 元

本书如有缺页、错装或坏损等严重质量问题,
请向工厂联系调换

内 容 提 要



穴部是海派儿科推拿的基础，本书将从海派儿科推拿“特定穴部”和“常用经穴”两个方面，系统介绍海派儿科推拿常用穴部。具体到每个穴部，则从其定位、功效、应用经验 3 个方面，以图文并茂、通俗易懂的形式展现，使广大读者“一看就懂、一取就准”，达到准确运用海派儿科推拿常用穴部的目的。

丛书编委会



总主编：金义成 孙武权

副总主编：冯燕华 陈志伟

编委：王 成 孔令军 张 昊 高怡琳 蒋诗超 程 波
(以姓氏笔画为序)

本书编委会



主 编：孔令军

副主编：衡庆鑫 李云龙

编 委：储宇舟 蔡君豪 陆姬琼

丛书说明



2015年，诺贝尔生理学或医学奖授予中国科学家屠呦呦研究员，以表彰她对青蒿素的发现所做出的贡献。屠研究员在瑞典领奖时演讲的主题是“青蒿素：中医药给世界的一份礼物”，这份演讲报告便是一种“文化自信”的表现，是我们向世界传递声音、输出中国上下五千年的知识与文化的标志，是中国的骄傲。通过许多研究团队的努力，我们相信传统中医药能够献给世界的礼物绝不仅中药这一种，还有许多中医疗法都值得深入研究和挖掘，这其中就包括中医儿科推拿。

儿科推拿是在中医推拿学和儿科学的基础上发展和形成的，而海派儿科推拿则是发生、发展在上海这一特定地域的中医儿科推拿流派。海派儿科推拿以小儿推拿和一指禅推拿为实质内涵，因具有

海派文化和海派中医的特色而冠以“海派”之名；而上海地域具有海纳百川、融汇百家、兼收并蓄、扬长补短的人文精神和学术风格，广泛吸取全国各学术流派的临床经验和学术思想，不计较门户之见，使得“海派”有了更多外延与内涵。

海派儿科推拿具有易学、易掌握的特点，只要用心学习、勤加练习，就可以熟练掌握。此外，还有方便易行的特点，不受场地、时间的严格限制，是一种可操作性很强的绿色疗法。编写这套丛书，正是想将“海派儿科推拿”这个十分有特色又十分实用的保健防病技能及其所蕴含的丰厚文化底蕴传播给大众。爸爸妈妈甚至爷爷奶奶、外公外婆，能够在生活中随时为家中小宝贝保健护理，为宝贝的健康保驾护航，是一件多么让人振奋的事情！

希望各位读者能够通过本套丛书，对“海派儿科推拿”有一个相对全面的认识，能够爱上海派儿科推拿并成为海派儿科推拿的学习者和宣传者，让更多人从中获益。也希望能吸引更多有识之士，尤其是年轻人加入到海派儿科推拿这支队伍中来，为儿童卫生保健和医疗事业做出贡献。

金义成 孙武权

编者寄语



小儿推拿是中医推拿学科的重要组成部分，因其显著的疗效，被认为是“神奇外治法”。至今，小儿推拿仍被广泛应用于感冒、咳嗽、腹泻、便秘、厌食、斜颈等诸多小儿常见疾病的治疗中，并且受到众多小儿家长的推崇与热爱。

编者有近 15 年的推拿疗法使用经验。从北至南学习、拜访过诸多推拿流派名家，收获颇丰，也感触颇多。而真正对小儿推拿理解的升华，还是从师从海派儿科推拿领军人物——金义成教授开始。编者认为小儿推拿“既简单又复杂”，简单在于小儿推拿操作方法简单实用；复杂在于小儿推拿手法对操作形式、频率、力量等均有明确的要求，而且在实际应用中，疾病的辨证分型、穴位配用等直接影响治疗效果。

本套丛书主要面对广大的小儿家长，目的在于指导家长运用简单的小儿推拿方法进行家庭保健及常见疾病的简单处理。因此，本书作为小儿推拿的工具书，将从海派儿科推拿“特定穴部”和“常用经穴”两个方面系统介绍海派儿科推拿常用穴部。具体到每个穴部，将从其定位、功效、应用经验 3 个方面，以图文并茂、通俗易懂的写作形式向广大读者展现。同时，编者提醒广大读者，中国地域广阔，小儿推拿流派众多，各流派均有各自的传承特色。因此，读者不用过多纠结于个别穴部在操作上的差异。

最后，感谢在本书编写过程中给予编者帮助的各位专家前辈，感谢海派儿科推拿团队给予编者的大力支持！限于初版编写时间仓促，文字上难免有不足之处，敬希读者指正！

孔令军

（声明：本书儿童模特的肖像已获其监护人授权同意使用）

目 录



壹	海派儿科推拿穴部简介·····	1
	海派儿科推拿穴部·····	3
	海派儿科推拿常用取穴方法·····	4
贰	海派儿科推拿特定穴部·····	7
	头面、颈项特定穴部·····	9
	1. 攒竹（又名天门）·····	9
	2. 坎宫·····	10
	3. 山根·····	11
	4. 牙关·····	12
	5. 耳风门·····	12

6. 囟门·····	14
7. 天柱骨·····	15
8. 耳后高骨·····	16
9. 桥弓·····	17
上肢特定穴部·····	18
10. 脾经 ·····	18
11. 肝经 ·····	20
12. 心经 ·····	21
13. 肺经 ·····	22
14. 肾经 ·····	23
15. 肾顶 ·····	24
16. 肾纹 ·····	25
17. 四横纹 ·····	26
18. 小横纹 ·····	27
19. 掌小横纹 ·····	28
20. 大肠（又称：指三关）·····	29
21. 小肠 ·····	30
22. 胃经 ·····	31
23. 板门 ·····	32

24. 内劳宫	33
25. 内八卦	34
26. 小天心	35
27. 大横纹	36
28. 总筋	37
29. 二扇门	38
30. 上马	39
31. 十王	39
32. 老龙	41
33. 五指节	41
34. 威灵	42
35. 精宁	42
36. 一窝风	43
37. 外八卦	44
38. 膊阳池	45
39. 三关	46
40. 天河水	48
41. 六腑	50
42. 肘肘	52

胸腹特定穴部·····	53
43. 乳根 ·····	53
44. 乳旁 ·····	54
45. 胁肋 ·····	55
46. 腹 ·····	56
47. 脐 ·····	58
48. 丹田 ·····	59
49. 肚角 ·····	60
腰背特定穴部·····	61
50. 脊 ·····	61
51. 七节骨 ·····	63
52. 龟尾 ·····	64
下肢特定穴部·····	65
53. 足膀胱 ·····	65
54. 百虫 ·····	66
55. 鬼眼 ·····	67
56. 前承山 ·····	67

卷 海派儿科推拿常用经穴·····	69
头面颈项部·····	71
57. 太阳 ·····	71
58. 百会 ·····	72
59. 印堂 ·····	73
60. 迎香 ·····	74
61. 风池 ·····	75
62. 肩井 ·····	76
胸腹部·····	77
63. 天突 ·····	77
64. 膻中 ·····	79
65. 中脘 ·····	80
66. 天枢 ·····	81
67. 气海 ·····	82
68. 中极 ·····	83
四肢部·····	84
69. 合谷 ·····	84
70. 内关 ·····	85
71. 足三里 ·····	86

72. 丰隆	87
73. 三阴交	88
74. 涌泉	89
腰背部.....	90
75. 大椎	90
76. 定喘	91
77. 肺俞	92
78. 脾俞	93
79. 胃俞	94
80. 肾俞	95
81. 八髎	96

附录 小儿推拿常用穴表及穴位图.....	97
----------------------	----



壹

海派儿科推拿 穴部简介



