



刘希茹 编著

家庭推拿治疗



小儿常见病

图解



上海中医药大学出版社

家庭推拿治疗小儿 常见病图解

刘希茹 编著

上海中医药大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

家庭推拿治疗小儿常见病图解 / 刘希茹编著.
上海: 上海中医药大学出版社, 2000.7

ISBN 7-81010-499-3

I. 家… II. 刘… III. 小儿疾病: 常见病-按摩疗法(中医)-图解 IV. R 244.1-64

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 23633 号

责任编辑 / 姜水印

技术编辑 / 宓国华

责任校对 / 冯佳祺

封面设计 / 王磊

出版 / 上海中医药大学出版社
(200032) 上海市零陵路 530 号

发行 / 新华书店上海发行所

印刷 / 昆山市亭林印刷总厂

版次 / 2000 年 7 月第 1 版

印次 / 2000 年 7 月第 1 次印刷

开本 / 787 × 1092 1/32

字数 / 84 千字

印张 / 6.25

印数 / 1-4000 册

ISBN 7-81010-499-3

R·474 定价: 10.70 元

前 言

不管您走到哪里,您都会注意到这样一种现象:当孩子不小心摔倒时,爸爸妈妈便连忙跑过来抱起孩子,并用手轻轻地揉按摔痛的部位。这实际上就是按摩——一种最简单、最常见的按摩手法。

按摩亦称推拿,是通过手法作用于人体体表的特定部位,以调节机体的生理和病理状态,从而达到治疗病痛的目的。按摩是一种古老的治疗方法,很早就用来治疗儿童疾病。因其简单易行、疗效显著、经济实用,所以很受患者们的欢迎。按摩疗法既无药物之苦口,又无针灸之痛肤,因而特别适宜于治疗小儿疾病。

按摩疗法有其独特的理论体系,但其基本操作手法并不难学。对于年轻的爸爸妈妈们来讲,掌握一些基本的按摩手法,便可在家里及时有效地治疗和预防一些小儿常见病,从而保障

孩子的健康成长。

在长期的临床工作中,我们采用传统的按摩方法并结合儿童的生理和心理特点,多法并用治疗小儿常见病,疗效显著。同时我们也经常指导患儿的亲属学习一些基本的按摩手法以配合医院的治疗,收到了良好的效果。

按摩疗法虽然具有广泛的群众基础,但目前并不普及,还远未进入寻常百姓家庭。原因自然是多方面的,但主要的恐怕还在于现有的按摩书籍专业性太强,不易为一般读者所理解和掌握,从而影响了这一实用疗法的普及。

有鉴于此,我们根据自己多年的临床经验并结合有关典籍的论述,编写了这本《家庭推拿治疗小儿常见病图解》。

本书在编写中尽量使用通俗易懂的语言,以便读者能见词明义。鉴于一般读者的医学知识有限,本书不专门讲解经络的理论及各病证的发病机理,而是将有关知识融入直观的图示之中。相信这种编写方式对于初学者来讲,是大有裨益的。

编写《家庭推拿治疗小儿常见病图解》一书

对我们来说,也是初步的尝试,尽管我们作了很大的努力,但纰缪之处仍在所难免,敬请读者批评指正。本书若能为推拿疗法的普及和儿童家庭保健事业的发展起到一些推动作用,则甚以为幸。

刘希茹

1999年5月于西安

目 录

一、小儿推拿概述	(1)
(一) 小儿的生理和病理特点	(1)
(二) 小儿推拿常用手法	(3)
1. 推法	(4)
2. 揉法	(6)
3. 按法	(7)
4. 摩法	(8)
5. 掐法	(10)
6. 捏法	(11)
7. 运法	(12)
8. 搓法	(12)
9. 擦法	(13)
二、小儿推拿常用穴位介绍	(16)
(一) 头面部穴位	(20)
1. 攒竹穴	(20)
2. 坎宫穴	(20)

3. 太阳穴	(21)
4. 山根穴	(21)
5. 人中穴	(22)
6. 迎香穴	(22)
7. 牙关穴	(23)
8. 囟门穴	(23)
9. 百会穴	(24)
10. 耳后高骨	(24)
11. 风池穴	(25)
12. 天柱骨	(25)
(二) 胸腹部穴位	(26)
1. 天突穴	(26)
2. 膻中穴	(27)
3. 乳根	(28)
4. 乳旁	(28)
5. 胁肋	(28)
6. 中脘	(29)
7. 腹	(29)
8. 脐	(30)
9. 天枢	(30)
10. 丹田	(31)

11. 肚角	(31)
(三) 腰背部穴位	(32)
1. 肩井	(32)
2. 大椎	(32)
3. 风门	(33)
4. 肺俞	(33)
5. 脾俞	(34)
6. 肾俞	(34)
7. 腰俞	(35)
8. 脊柱	(35)
9. 七节骨	(36)
10. 龟尾	(36)
(四) 上肢部穴位	(37)
1. 脾经	(37)
2. 肝经	(38)
3. 心经	(38)
4. 肺经	(39)
5. 肾经	(39)
6. 大肠	(40)
7. 小肠	(40)
8. 肾顶	(41)

9. 肾纹	(41)
10. 四横纹	(42)
11. 小横纹	(42)
12. 掌小横纹	(43)
13. 胃经	(43)
14. 板门	(44)
15. 内劳宫	(44)
16. 内八卦	(45)
17. 小天心	(46)
18. 运水入土、运土入水	(46)
19. 总筋	(47)
20. 大横纹	(47)
21. 十宣	(48)
22. 端正	(48)
23. 五指节	(49)
24. 老龙	(49)
25. 二扇门	(50)
26. 上马	(50)
27. 外劳宫	(50)
28. 威灵	(51)
29. 精宁	(51)

30. 外八卦	(52)
31. 一窝风	(52)
32. 膊阳池	(53)
33. 三关	(53)
34. 天河水	(54)
35. 六腑	(55)
(五) 下肢部穴位	(55)
1. 箕门	(55)
2. 百虫	(56)
3. 膝眼	(56)
4. 足三里	(56)
5. 前承山	(57)
6. 三阴交	(57)
7. 解溪	(58)
8. 大敦	(58)
9. 丰隆	(59)
10. 委中	(59)
11. 后承山	(59)
12. 仆参	(60)
13. 昆仑	(60)
14. 涌泉	(61)

三、常见病证治疗	(62)
(一) 婴儿腹泻	(62)
(二) 呕吐	(70)
(三) 腹痛	(78)
(四) 疳积	(82)
(五) 厌食	(87)
(六) 便秘	(91)
(七) 脱肛	(96)
(八) 发热	(99)
(九) 咳嗽	(106)
(十) 惊风	(111)
(十一) 遗尿	(117)
(十二) 小儿肌性斜颈	(120)
(十三) 佝偻病	(125)
(十四) 夜啼	(127)
(十五) 脑性瘫痪	(132)
(十六) 小儿麻痹后遗症	(141)
(十七) 近视	(145)
(十八) 肥胖病	(150)
(十九) 小儿腹股沟疝	(154)
(二十) 夏季热	(157)

(二十一) 小儿肠梗阻	(160)
(二十二) 自汗	(163)
(二十三) 盗汗	(166)
(二十四) 多动症	(168)
附录	(171)
一、宝宝健身操	(171)
二、小儿预防感冒操	(173)
三、健脾助长操	(175)
四、益智聪慧操	(177)
五、眼保健操	(178)
六、小儿生理常数	(179)
(一) 体重	(179)
(二) 身长(高)	(180)
(三) 头围	(180)
(四) 胸围	(181)
(五) 卤门	(181)
(六) 牙齿	(181)
(七) 呼吸、脉搏、血压、体温	(181)
七、辅食添加表	(182)
八、提倡母乳喂养	(183)

一、小儿推拿概述

(一) 小儿的生理和病理特点

所谓小儿推拿,指的是采用推拿手法预防和治疗小儿疾病的方法。小儿在其生长发育过程中,在生理、病理和治疗方面,均有与成年人明显不同的特点。在生理上,小儿脏腑柔弱,血气未充,经脉未盛,内脏精气不足,抵御外邪入侵的能力差。而另一方面,小儿又有发育迅速、生机蓬勃的特点。而且年龄越小,其生长发育越快,同时营养的需要量也越大。所以中医学认为小儿之体“稚阳未充,稚阴未长”,且经常表现为“阴之不足,阳之有余”。

在病理方面,小儿具有这样一些特点:抵抗力差,容易发病,病势传变快,但又易于康复。这是因为小儿体质和脏腑功能均较为娇嫩,所以抵抗能力差。此外小儿寒暖不能自调,饮食不能自控,因而在外易为病邪所侵,在内易为饮食所伤。另外,由于小儿脏腑之气不足,身体发

育不完全,所以疾病在体内传变较快,主要表现为一日之内数变。然而由于小儿生机蓬勃,少七情六欲之扰,且病因单纯,所以其组织再生和修补能力较强。因而小儿患病之后如能得到及时调治,一般均较容易康复。

在诊断方面,由于小儿自我表达能力差,乳儿又无语言能力,这给问诊造成了很大的困难。此外小儿气血不足,经脉未充,脉象难以辨识。因此临床诊断小儿疾病时,一般都采用望诊法。因为望诊不受条件限制,对病情的反映比较可靠。

在运用推拿疗法治疗小儿疾病时,要求推拿手法轻快柔和,平稳着实。穴位除常用的少数经穴、奇穴外,多数穴位为小儿推拿所特有。这些特有穴位一般都分布在两肘以下,其主治作用和分布特点给临床治疗带来了很多方便。由于小儿疾病多为外感六淫和饮食内伤所致,因此在推拿治疗上常采用解表、清热和消导等方法。小儿疾病传变迅速,所以在运用推拿手法时一定要审慎。必要时应及时送往医院救治。

(二) 小儿推拿常用手法

小儿推拿手法种类繁多,有的与成人推拿手法相似,有的为小儿推拿所独有(如运法),有的虽与成人手法名称相同,但操作要求却迥然不同(如推法)。小儿推拿手法虽然种类繁多,但常用的也不过“推、揉、按、摩、掐、捏、运、搓、摇”等,此外还采用一些成人推拿手法,如一指禅推法、滚法等。

就小儿推拿手法的操作特点而言,一般来说以推法、揉法次数为多,摩法时间较长,掐法重、快、少,按法和揉法常与其他手法配合使用。例如,掐后常用揉法舒缓气血。在临床应用中,小儿推拿手法经常与具体穴位或部位结合在一起。例如,补肺经就是旋推肺经穴,清肺经即直推肺经穴等等。一般来讲,掐、拿、捏等刺激较强的手法应放在最后操作,以免小儿哭闹影响整个治疗。同时为了防止擦破小儿皮肤,按摩时可使用一些诸如蛋清、滑石粉及葱姜汁等介质。临床观察表明,介质不但有润滑作用,而且有助于提高疗效,值得重视。

下面概要地介绍一些常用小儿推拿手法的操作方法、要求及临床应用。

1. **推法** 推法包括直推法、旋推法、分推法及合推法。

(1) **直推法** 以拇指桡侧或指面,或食中两指指面在穴位上作直线推动的手法称为直推法(图1)。

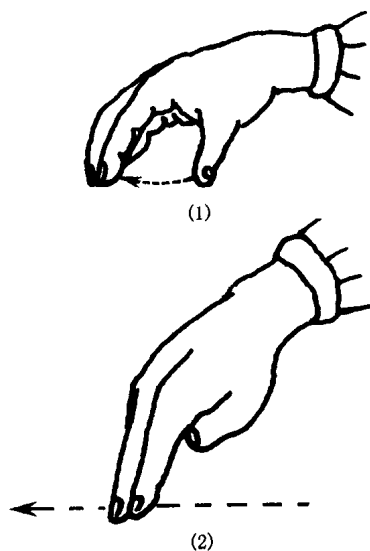


图1 直推

直推可以根据需要用双手或一手,用拇指