

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

学会善用遍布孩子全身的天赐良药
每位父母都可以成为孩子的妙手华佗

升级
修订版



上市**6**年，加印**39**次，销量突破**100**万册
超过**1000**万中国父母口碑相传的儿童祛病圣典
全新权威修订**200**余处，重铸健康经典福音书

随书附赠 全彩儿童标准经络穴位图

儿童经络 使用手册

萧言生 / 著



江西科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

儿童经络使用手册 / 萧言生著. — 修订本.
— 南昌: 江西科学技术出版社, 2013. 11
ISBN 978-7-5390-4832-1
I. ①儿… II. ①萧… III. ①小儿疾病-经络-按摩
疗法(中医)-手册 IV. ①R244.1-62
中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第256019号

国际互联网(Internet)地址: <http://www.jxkjcs.com>
选题序号: ZK2012170 图书代码: D13054-101

书 名	儿童经络使用手册
著 者	萧言生
责任编辑	龚 琦
特约编辑	卢 晶 赵 娅
文字校对	孔智敏
出版发行	江西科学技术出版社
社 址	南昌市蓼洲街2号附1号 邮编: 330009 电话: 0791-86623491 传真: 0791-86639342
印 刷	北京瑞达方舟印务有限公司
经 销	各地新华书店
开 本	700mm × 1000mm 1/16
印 张	15
字 数	188千字
彩 插	1
版 次	2013年11月第1版 2013年11月第1次印刷
书 号	ISBN 978-7-5390-4832-1
定 价	32.00元

赣版权登字-03-2013-127 版权所有 侵权必究
(赣科版图书凡属印装错误, 可向承印厂调换)

再版说明

《儿童经络使用手册》自出版以来，承蒙广大读者的喜爱，多次重印。历代医学大家的心血结晶，在我这一代可以用这样的方式传承下去，我非常欣慰。很多家长朋友说，用了书中介绍的调理方法，孩子出现了许多可喜的变化。更多的家长朋友则把这本书作为一份健康礼物送给了自己的亲朋好友，让更多的人从中受益。借此机会，我谨向长期以来一直信任和支持我的读者朋友表示感谢。

尽管本书初版时我们颇费心血，但首版出书时间紧迫，难免留下一些遗憾。书籍面世至今，很多热心读者来信来电，向我们提出疑问和建议，有些读者甚至洋洋洒洒写下数千言。读者的真挚让我感动，我虽没有办法逐一回复，但是在为读者真诚解答的同时，我深感歉意，并意识到重新编校的必要。此次再版，除了对原书内容进行全面梳理和修订外，对已经查证的不足之处做了补充，力求使细节内容更加清晰明了，易于操作，以期满足读者的需求，帮到更多的朋友。

因水平所限，本次修订工作难免会有不足乃至失误之处，恳请读者包涵，并能一如既往积极地为《儿童经络使用手册》提出宝贵意见，使这一修订本通过不断打磨，臻于完善，让这本可操作、科学实用的生活健康读物为更多人排忧解难。

序言

儿童经络乃世界医学一绝



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，儿童处于不断的生长发育中，他们的经络是漂移的，位置和功用也都与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。

我出身于中医世家，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得到及时的医治，我的祖父便自学了这门为儿童推拿的绝活。他从生病孩子小小的手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出奇地好，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，临床价值很高。

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，可以在他的大拇指外侧边缘直线推动，效果等同于吃人参、白术，能起到补脾益气的作用。孩子健康的时候，给小儿做推拿能起到保健的作用；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：只要摸摸孩子的手指头、推推手臂，就可以治病，而且效果比吃药还好。很多令西医头疼的儿科病，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。

小儿推拿的理论和实践经验中，蕴含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，轻松之间就去除了病痛。

很多不了解中医精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，没得到及时有效的医治，得了支气管肺炎，我觉得特别遗憾。

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，就可以治疗百病，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，蕴含的却是关于儿童经络奥秘的伟大真经。

大部分孩子对吃药和打针都有抵触情绪，尤其是吃药。因此，我建议在孩子出现初起症状时，父母可以在家先给孩子做一些简单的具有保健和治疗功能的按摩推拿，缓解孩子的痛苦，还有助于孩子的康复。由于篇幅所限，我在书中所介绍的每种疾病的调理方法只选取了最主要的穴位做标示，重复的推拿手法一般只在第一次出现时做标示。未在内文中逐一标注的穴位，可参见书前的彩色拉页，连同内文标注的主要穴位一并按摩，疗效更佳。

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，孩子们从生下来就个个健康强壮，国家的医药开支也会减少，“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，实在是令人痛心。

我非常奇怪，在大力提倡中医学复兴的今天，人们对小儿推拿这一门绝学居然如此冷漠。父母们宁愿让孩子受苦打点滴、吃有副作用的西药，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，我写成此书，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然于天下尽一份绵薄之力。

萧言生

2013年9月20日于百草园



目录

序言 儿童经络乃世界医学一绝001

第一章 孩子的身心和经络受上天保佑

小儿经络是人体经络中最有价值的灵丹妙药001

- 让孩子告别白大褂001
- 天天给孩子推拿比吃人参还补003
- 很多父母都不知道怎样预防和处理孩子的疾病005
- 明白儿童的经络，才能对症下药007
- 推拿经络不仅仅是带给孩子健康和平安007
- 别搞错了，不同体质的孩子有不同的推拿方法009
- 孩子能吃不一定是福013

第二章 给孩子推拿经络前必须明白的基本道理

要懂孩子的五脏补泻之道015

- 五脏的荣损在孩子身上表现得特别明显015
- 小儿推拿配上五行生克的道理就所向披靡了017
- 别让病症抹黑孩子的脸022
- 有病说不出的孩子最可怜022

- 望孩子面相，知五脏症状023
- 观孩子的五指，可知他身上的百脉盛衰027

第三章

用推拿经络来激发孩子体内的天然大药

孩子的双手上藏有当代医学没有发现的亿万财富030

亲手把健康送给孩子是父母的最大福气031

- 孩子元神出入的必经之处——天门（攒竹）032
- 孩子感冒的天敌——运太阳033
- 孩子眼睛的卫兵——坎宫034
- 孩子头痛的克星——揉耳后高骨035
- 孩子肚子疼——分推腹阴阳035
- 孩子呕吐轻松治——推天柱036
- 孩子便秘——揉摩肚脐037
- 气血两旺，告别腹泻——揉丹田038
- 让孩子不再夜里“画地图”——推七节骨038
- 让孩子排泄通畅——揉龟尾039
- 脾胃问题脾经解——推脾经040
- 还孩子一片甘凉——推肝经040
- 口舌生疮——推心经041
- 让孩子的呼吸轻松流畅——推肺经041
- 先天不足后天补——推肾经042
- 大肠功能紊乱——推大肠经042
- 身体代谢全畅通——推小肠经043
- 让孩子“吃嘛嘛香”——推胃经043
- 治腹胀等孩子的常见病——掐四横纹044

- 推板门（大鱼际）也是治疳积的好办法045
- 巧运八卦百病除——运内八卦046
- 打开孩子清火退热之门——掐二扇门046
- 孩子祛体寒的真良方——掐外劳宫047
- 过三关，气血旺——推三关047
- 扑灭孩子身上的一切邪火之源——推天河水048
- 降孩子体内的所有实热找六腑——推六腑049
- 捏三提一——华佗捏脊法049
- 儿童经络使用原则050
- 儿童经络的操作原则050
- 儿童经络的基本使用手法051
- 儿童经络的使用注意事项052

第四章

儿童经络保健大法

- 日常保健法053
- 健脾按摩保健法055
- 眼部按摩保健法056
- 感冒预防保健法056
- 增高保健法058
- 肠胃保健法059
- 脾胃保健法062

第五章

父母是孩子最好的医生

- 把孩子养得壮壮的——小儿疳积（食积）的经络疗法064
- 像华佗那样捏脊——小儿疳积合并肠炎的经络疗法070

不让热邪乘“虚”而入——小儿盗汗的经络疗法	072
绝不让孩子伤心——小儿自汗的经络疗法	076
扑灭孩子身上的邪火——小儿发热的经络疗法	079
清洁孩子的脾胃——小儿腹泻的经络疗法	088
先补孩子的正气——小儿痢疾的经络疗法	098
疏通孩子体内的河道——小儿便秘的经络疗法	105
补好孩子的漏“气”之处——小儿遗尿的经络疗法	108
把“歪脖子”变成乖孩子——小孩斜颈的经络疗法	111
妙手送香——小儿厌食的经络疗法	111
每个孩子都是天使——小儿脑瘫的经络疗法	113
让孩子的咽喉清凉如水——小儿咽炎的经络疗法	118
关好孩子的“天窗”——小儿囟门关闭晚的经络疗法	121
孩子，我不要你咳——小儿哮喘的经络疗法	123
轻搓肺经不再忧——小儿感冒的经络疗法	126

第六章 小病父母医，一生体无恙

推拿脾胃出痘快——小儿水痘的经络疗法	131
永远赶走孩子身上的“痒”——小儿湿疹的经络疗法	134
梳理胃经就会好——小儿呕吐的经络疗法	136
警钟为病而响——小儿咳嗽的经络疗法	139
驱散孩子肺经上的寒气——小儿百日咳的经络疗法	141
我有“夜啼郎”，推拿保安康——“夜啼郎”的经络疗法	143

绝不让心阴虚留下后果——小儿流口水的经络疗法	146
把孩子的浊气往下引——小儿呃逆的经络疗法	148
把“疹”出透——小儿麻疹的经络疗法	150
驱除“风邪”就不痒——小儿荨麻疹的经络疗法	153
还是“风邪”惹的祸——小儿风疹的经络疗法	156
赶走“热邪”脸不肿——小儿疳腮的经络疗法	159
浇灭“虚火”和“脾热”——小儿口疮的经络疗法	161
护肾通膀胱——小儿中耳炎的经络疗法	163
用手揉开孩子腹内的“气”——小儿腹胀的经络疗法	167
疏通孩子的排泄管道——小儿肥胖症的经络疗法	169
腹内有“毒”用手解——小儿腹痛的经络疗法	171
补足孩子的阳气——小儿冻疮的经络疗法	173
孩子的身体自有“防盗门”——小儿扁桃体炎的经络疗法	174
闻香识臭不再愁——小儿慢性鼻炎的经络疗法	177
清肺泻肝最见效——小儿肺炎的经络疗法	181
清心清肺清脾胃——小儿暑热症的经络疗法	183
帮孩子护好肝——小儿近视眼的经络疗法	186
补足孩子的脾和肾——小儿佝偻病的经络疗法	189
让孩子的嘴里清清香香——小儿鹅口疮的经络疗法	191
还孩子小嘴边的清新——小儿舌舔皮炎的经络疗法	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”

孩子也和大人一样会得心病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

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，一直不停咳嗽，已经去过医院，诊断是扁桃体发炎。如果再去医院里挂几天的点滴，不但孩子痛苦，她这做母亲的心理上也觉得有点承受不起了。

听完她的讲述后，我肯定地对她说：“你没有像很多家长那样只知道给孩子乱吃补药，而是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，按涌泉穴 200 次，清大肠经 300 次，推六腑 300 次。在推拿的过程中，孩子乖乖地趴在那里，不哭不闹，做完推拿后很快就不咳了。



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



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不凡疗效。

孩子身体虚弱，疾病接连发生，频繁到医院接受治疗，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，不妨先尝试远离白大褂，感受一下中华传统医学的神奇瑰宝——小儿推拿，相信一定不会让你失望。

· 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，第一反应应该是先给孩子推三关，激发孩子自身的抗病能力。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，我就给她推六腑，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。