

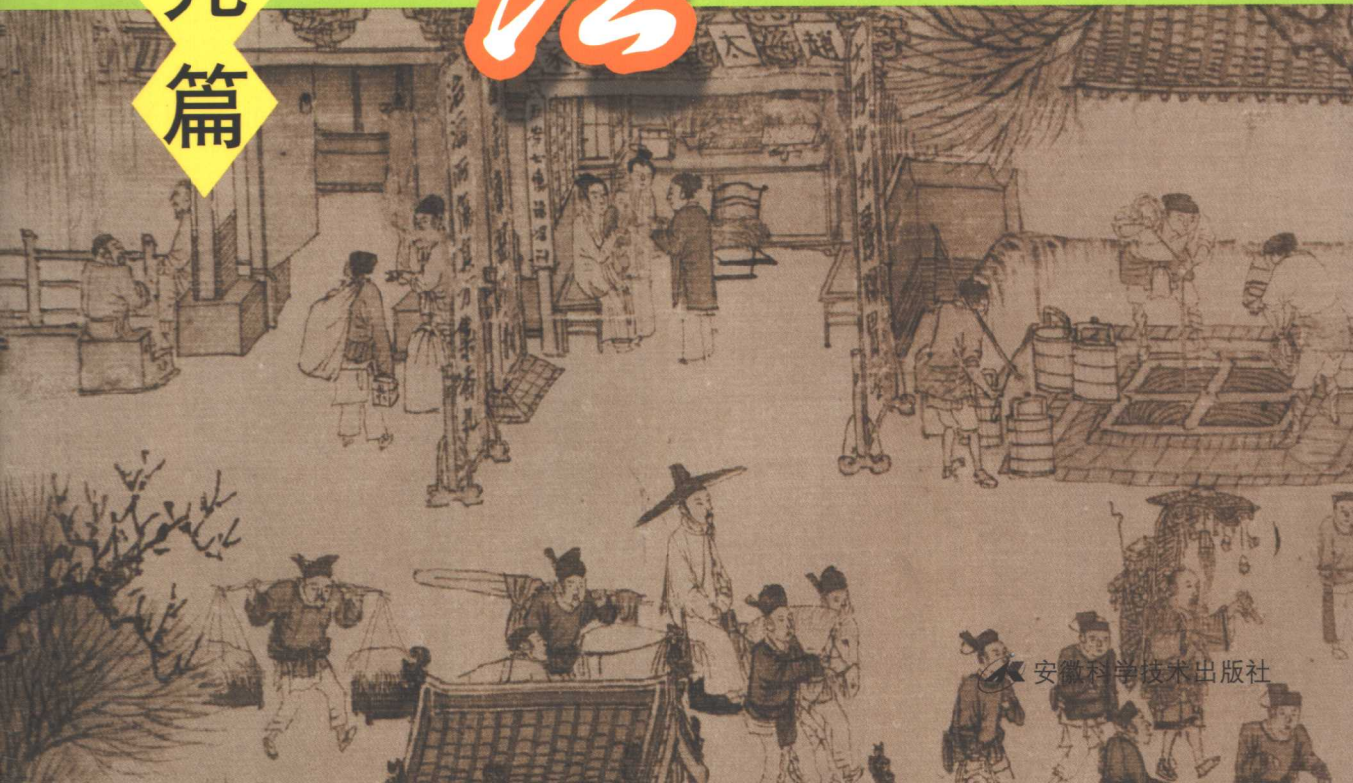
中国传统推拿手法图谱

中国传统

● 费季翔 费清 编著
● 徐湍 胡世帖 摄影

推拿手法图谱

小儿篇



安徽科学技术出版社

中国传统推拿手法图谱

小 儿 篇

费季翔 费 清 编著
徐 湍 胡世帖 摄影

 安徽科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

中国传统推拿手法图谱. 小儿篇/费季翔, 费清编
著. —合肥: 安徽科学技术出版社, 2005. 3
ISBN 7-5337-3186-7

I. 中… II. ①费…②费… III. 小儿疾病-按摩
疗法(中医)-图谱 IV. R244.1-64

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 076994 号

*

安徽科学技术出版社出版
(合肥市跃进路 1 号新闻出版大厦)

邮政编码: 230063

电话号码: (0551) 2833431

E-mail: yougoubu@sina.com

yougoubu@hotmail.com

网址: www.ahstp.com.cn

新华书店经销 安徽新华印刷股份有限公司印刷

*

开本: 787×1092 1/16 印张: 12.5 字数: 310 千

2005 年 3 月第 1 版 2005 年 3 月第 1 次印刷

印数: 5 000

定价: 22.50 元

(本书如有倒装、缺页等问题, 请向本社发行科调换)

前 言

推拿古称拊、按摩、按蹠、蹠摩等，是我国传统医学中独特的用来防治疾病的一种外治方法，又是运用手法来防病治病的一门临床专科。

推拿医学历史悠久，源远流长，是我国传统医学中最早应用于临床、最具特色的手法医学。据考证，从殷商的甲骨卜辞中，就有关于推拿的记载，而且是当时治病的主要手段。

推拿医学的疗效，主要是靠推拿手法。因此，手法的基本训练、操作方法和临床上的具体应用就显得非常重要，而推拿专科医生尤须熟练掌握此项专门技能，才能达到“机触于外，巧生于内，手随心转，法从手出”的境地。

历代推拿医家经几千年的长期临床实践，积累了丰富的经验，对推拿手法提出了持久、有力、均匀、柔和及稳、准、巧、快，从而达到深透、得气、熟练的基本要求。这些要求又是相辅相成，互相渗透，有机统一，密切联系的。手法力量与技巧的恰当结合是使手法既有力、柔和，又深透、得气，从而达到“刚柔相济”巧力境界的必要条件。

推拿手法是推拿医学用来防病治病的关键手段，手法的优劣和熟练程度及如何适当地组合、运用手法，对治疗效果有直接的影响，手法必须经过刻苦的训练和临床实践，才能由生而熟，熟而生巧，乃至得心应手，运用自如。

《中国传统推拿手法图谱》分成人、小儿、保健三篇。《成人篇》介绍成人推拿手法45种，880个具体操作方法；《小儿篇》介绍小儿推拿手法15种，316个具体操作方法，其中包括复式操作法32个，另介绍了11种小儿保健推拿法和19种小儿常见病的保健推拿；《保健篇》共分六章，第一章介绍古代保健推拿法，第二章介绍家庭保健推拿手法20种，492个具体操作方法，第三章介绍自我保健推拿手法21种，242个具体操作方法，第四章介绍手部反应点和反射区保健推拿手法5种，58个具体操作方法，以及37个手法自我保健推拿法，第五章介绍足部反射区保健推拿手法4种，43个具体操作方法，以及18个足部自我保健推拿

法，第六章介绍32种常见病保健推拿法。

本书既是作者从事推拿医疗、教学、科研工作40多年所积累的理论知识和实践经验之总结，又广采博收，集众家流派手法之精华，对全国主要而常用的推拿手法按定义、动作要领、分类、功用、主治、适用部位、临床应用等项目进行比较客观的阐述。在临床应用这一项目中，又按经穴位置、操作方法、功效、适应证或适用保健范围等内容进行阐述。

本书是我国目前较完备的一本推拿手法大型专著，本书不仅手法种类较多，资料翔实，而且图文并茂。因此，实用性很强，可供高等医药院校师生和推拿医生、推拿爱好者学习推拿手法之用，还可供家庭或自我作推拿保健之用。

张学金、王梁、费泰格、徐逸涵等也参加了本书图片的拍摄，在此一并致谢。限于水平，本书难免不足或错漏，敬请读者指正，以利修订提高。

费季翔

2004年12月1日于合肥

导 言

对小儿推拿手法的要求，与成人推拿手法的要求一样，同样要持久、有力、均匀、柔和，从而达到深透。但由于小儿脏腑娇嫩、形气未充、肌肤柔弱、肢节短小、不懂合作，手法操作时要特别做到轻快柔和、平稳着实。轻指轻而不浮，快指快而不乱，柔要柔中有刚，实要实而不滞。这是与成人推拿手法要求的不同之处。

小儿推拿手法看似技巧性不强，简单易学，但要真正掌握，熟练灵巧，运用自如，要经过认真、刻苦的练习，才能达到体表施法、体内感应、内呼外应、适达病所的目的，收到满意的效果。

小儿推拿手法有的与成人推拿手法相似；有的手法在名称上与成人推拿手法一样，但具体操作要求完全不同；有些手法则只用于小儿，不用于成人。

小儿推拿手法在操作中要特别注意方向、刺激量的轻重和手法频率的快慢，若与具体经穴或特定穴结合起来，能起到补泻或平补平泻的功用。

根据小儿患病时间的长短，小儿推拿手法操作的顺序一般是从上而下、自前而后。一是先头面，次上肢，再胸腹及下肢前侧或外侧，最后是腰背及下肢后侧(但急救例外)；二是先重点后一般；三是先一般后重点。将刺激较强的手法尽量放到最后操作，以免小儿啼哭不休，影响治疗。

小儿推拿手法在操作时，一定要用润滑剂为介质，如冬春两季用葱姜汁，夏秋两季用滑石粉、麻油或酒精等，这样，一可保护婴儿柔嫩的皮肤，二可增强疗效。

此外，小儿推拿手法中还有一种成套手法，又称为复式操作法。即将一种或几种手法在一个穴位或几个穴位上，按照一定程序进行操作。

小儿推拿手法仅适用于6岁以下的小儿，尤以3岁以下的婴幼儿效果更佳。

目 录

导 言

第一章 按法

- 一、拇指按百会穴法2
- 二、双拇指面按揉四神聪穴法2
- 三、指按揉睛明、攒竹、鱼腰、
丝竹空、瞳子髻、承泣、四白、
阳白穴法2
- 四、指按鼻根两侧与目内眦之间3
- 五、指按迎香穴法4
- 六、双拇指按双头维穴法4
- 七、双拇指按揉双太阳穴法4
- 八、拇指按耳风门穴法5
- 九、拇指按牙关穴法5
- 十、指按风池、风府穴法6
- 十一、指按揉翳风及颈部两侧法6
- 十二、双拇指按揉颈夹脊穴法6
- 十三、中指按天突穴法7
- 十四、按膻中穴法7
- 十五、拇指按乳旁穴法8
- 十六、指按中脘穴法8
- 十七、按关元、中极穴法9
- 十八、按肚角穴法9
- 十九、按脊柱法10
- 二十、按肩井穴法10
- 二十一、拇指按大椎穴法11
- 二十二、拇指按风门穴法11
- 二十三、拇指按肺俞穴法11
- 二十四、拇指按心俞穴法12
- 二十五、拇指按身柱、至阳、筋缩、
中枢、命门穴法12
- 二十六、拇指按腰俞穴法13
- 二十七、双拇指按夹脊穴法13
- 二十八、双拇指按膏肓俞、肝俞、
脾俞、胃俞穴法13

- 二十九、双拇指按三焦俞、肾俞、
大肠俞、膀胱俞穴法14
- 三十、拇指按曲池、手三里穴法15
- 三十一、拇指按外关、合谷、
鱼际穴法15
- 三十二、拇指按郄门、间使、
内关穴法16
- 三十三、指按后溪穴法16
- 三十四、拇指按百虫穴法16
- 三十五、拇指按血海、阴陵泉、
太白穴法17
- 三十六、拇指按鬼眼穴法17
- 三十七、拇指按足三里穴法18
- 三十八、拇指按丰隆穴法18
- 三十九、拇指按阳陵泉穴法18
- 四十、拇指按光明、悬钟穴法19
- 四十一、拇指按阴谷穴法19
- 四十二、指按三阴交穴法20
- 四十三、拇指按止痢穴法20
- 四十四、拇指按太溪、涌泉穴法20
- 四十五、拇指按太冲穴法21
- 四十六、指按承山穴法21
- 四十七、按摩四肢法22
- 四十八、按摩足部法22

第二章 摩法

- 一、摩百会穴法24
- 二、摩囟门穴法24
- 三、四指摩头顶法25
- 四、拇指面摩印堂穴法25
- 五、指摩颧髻穴法26
- 六、掌摩颈、背、腰、臀、胸法26
- 七、摩胁法27
- 八、指摩巨阙穴法27
- 九、摩中脘穴法27

十、摩脐法	28
十一、指摩梁门穴法	28
十二、摩丹田穴法	28
十三、摩腹法	29
十四、摩揉全腹法	30
十五、摩推腹部法	30

第三章 推法 31

一、开天门法	32
二、推坎官法	33
三、推卤门法	34
四、推太阳穴法	34
五、推年寿法	35
六、推擦迎香穴法	35
七、推天柱骨法	36
八、推桥弓法	36
九、推璇玑穴法	36
十、推膻中穴法	37
十一、双拇指分推膻中穴法	37
十二、指掌面分推肋肋法	38
十三、推中腕穴法	38
十四、推脐法	38
十五、分推腹部法	39
十六、推肺俞穴法	39
十七、推脊柱法	40
十八、指掌推擦胸背法	40
十九、掌推背、腰、骶部法	41
二十、推揉背俞诸穴法	41
二十一、推七节骨法	42
二十二、旋推脾经法与直推脾经法	42
二十三、旋推肝经法与直推肝经法	43
二十四、旋推心经法与直推心经法	44
二十五、旋推肺经法与直推肺经法	44
二十六、推肾经法	45
二十七、运推五经法	46
二十八、推五经纹法	46
二十九、推四横纹法	47
三十、推小横纹法	47
三十一、推大肠法	48
三十二、推小肠法	49
三十三、推胃经法	49
三十四、推板门法	50

三十五、分推手阴阳法	51
三十六、推大横纹法	51
三十七、推三关法	52
三十八、清天河水法	53
三十九、退六腑法	54
四十、推箕门法	54
四十一、推三阴交法	55
四十二、推涌泉法	55

第四章 拿法 56

一、五指拿揉头两侧法	56
二、拿风池穴法	57
三、拿桥弓穴法	57
四、拿太阳穴法	57
五、拿牙关穴法	58
六、拿奶旁穴法	58
七、拿肚角穴法	58
八、拿肩井穴法	59
九、拿极泉穴法	59
十、拿曲池穴法	60
十一、两指拿合谷穴法	60
十二、拿劳宫穴法	60
十三、拿足膀胱穴法	61
十四、拿百虫穴法	61
十五、拿委中穴法	62
十六、拿承山穴法	62
十七、拿仆参穴法	62

第五章 揉法 64

一、揉百会穴法	65
二、揉摩百会穴法	65
三、揉卤门穴法	66
四、揉神庭穴法	66
五、指揉印堂穴法	66
六、三指揉印堂、攒竹穴法	67
七、指揉阳白穴法	67
八、揉太阳穴法	68
九、拇指端揉承泣穴法	68
十、指揉眼周诸穴法	69
十一、揉迎香穴法	70
十二、拇指揉承浆穴法	70

十三、揉耳门法	70
十四、揉牙关法	71
十五、揉耳后高骨法	71
十六、拇、食两指揉风池穴法	72
十七、拇指揉风府穴法	72
十八、揉桥弓法	73
十九、指揉天柱穴法	73
二十、揉天突穴法	73
二十一、揉膻中穴法	74
二十二、揉擦膻中穴法	75
二十三、双指揉乳旁穴法	75
二十四、双指揉乳根穴法	75
二十五、揉中腕穴法	76
二十六、揉脐法	77
二十七、揉天枢穴法	77
二十八、指揉气海、关元、 中极穴法	78
二十九、掌揉腹法	78
三十、揉丹田法	79
三十一、揉肚角法	79
三十二、揉大椎穴法	80
三十三、揉肩井穴法	80
三十四、双指揉风门穴法	81
三十五、双指揉肺俞穴法	81
三十六、双指揉心俞穴法	82
三十七、双指揉脾俞穴法	82
三十八、双指揉肾俞穴法	82
三十九、揉腰俞穴法	83
四十、揉龟尾法	83
四十一、掌揉脊柱及其两侧背部法	84
四十二、指揉天宗、肩贞穴法	84
四十三、拇指面揉肩髃穴法	85
四十四、拇指面揉曲池、手三里 穴法	85
四十五、揉肾顶法	85
四十六、揉肾纹法	86
四十七、揉掌小横纹法	86
四十八、揉板门穴法	87
四十九、揉运板门穴法	88
五十、揉内劳官法	88
五十一、揉小天心法	89
五十二、揉总筋法	89
五十三、揉端正法	90

五十四、揉五指节法	90
五十五、揉二扇门法	91
五十六、揉二人上马法	92
五十七、揉精宁法	92
五十八、指揉威灵穴法	93
五十九、揉外劳官法	93
六十、揉一窝风法	94
六十一、揉阳池穴法	95
六十二、指揉神门穴法	95
六十三、指揉合谷穴法	96
六十四、揉膊阳池法	96
六十五、揉百虫法	96
六十六、揉鬼眼法	97
六十七、揉足三里穴法	97
六十八、揉丰隆穴法	98
六十九、揉前承山法	98
七十、揉三阴交穴法	99
七十一、揉解溪穴法	99
七十二、揉仆参穴法	100
七十三、揉涌泉穴法	100
七十四、揉捏四肢法	101

第六章 掐法 102

一、掐天庭法	102
二、掐印堂法	103
三、掐山根法	103
四、掐年寿法	104
五、掐准头法	104
六、掐人中法	105
七、掐承浆法	105
八、掐耳后高骨法	105
九、掐龟尾穴法	106
十、掐心经法	106
十一、掐肺经法	107
十二、掐肾经法	107
十三、掐十王法	108
十四、掐十宣穴法	108
十五、掐老龙法	109
十六、掐端正法	109
十七、掐五指节法	110
十八、掐四横纹法	110
十九、掐小横纹法	111

二十、掐大横纹法	111	八、捏脊柱法之二	129
二十一、掐内八卦法	112	九、捏擦背部法	130
二十二、掐内劳官穴法	112	十、捏拿肿块法	130
二十三、掐小天心法	113	第十章 刮法	131
二十四、掐总筋法	113	一、刮眉心法	131
二十五、掐二扇门法	114	二、刮颈项法	132
二十六、掐二人上马法	114	三、刮天柱骨法	132
二十七、掐威灵法	115	四、刮大椎穴法	132
二十八、掐精宁法	115	五、刮胸背肋间法	133
二十九、掐外劳官法	116	六、刮肘弯法	133
三十、掐甘戟法	116	七、刮膝弯法	134
三十一、掐一窝风法	117	第十一章 擦法	135
三十二、掐合谷穴法	117	一、指擦鼻旁法	135
三十三、掐阳池穴法	118	二、掌擦后枕部法	136
三十四、掐腓阳池法	118	三、擦天柱骨法	136
三十五、掐鬼眼法	119	四、擦膻中穴法	136
三十六、掐前承山法	119	五、擦肺俞穴法	136
三十七、掐解溪穴法	119	六、擦肾俞穴法	137
三十八、掐昆仑穴法	120	七、掌擦背部法	137
三十九、掐仆参穴法	120	八、擦腰骶、八髎穴法	137
四十、掐大敦穴法	121	第十二章 捣法与捣小天心法	139
四十一、掐涌泉穴法	121	第十三章 捻法	140
第七章 搓法	122	一、捻五指节法	140
一、搓胁肋法	122	二、捻十手指与足趾法	141
二、搓脐法	123	第十四章 运法	142
第八章 摇法	124	一、运太阳法	142
一、摇一窝风法	124	二、运耳后高骨法	143
二、摇肘肘法	125	三、运五经法	143
三、摇四肢关节法	125	四、运五经纹法	144
第九章 捏法	126	五、运内八卦法	144
一、捏揉耳廓法	126	六、运内劳官法	146
二、捏桥弓法	127	七、运外八卦法	146
三、挤捏天突穴法	127		
四、捏挤肚脐法	127		
五、捏挤天枢穴法	128		
六、捏挤大椎穴法	128		
七、捏脊柱法之一	128		

第十五章 抹法与分抹上下 眼眶法147

- 附一 屈伸上肢诸关节法147
- 附二 屈伸下肢诸关节法148
- 附三 虚掌拍背部法148
- 附四 扳颈与旋颈法148

第十六章 复式操作法150

- 一、黄蜂入洞法150
- 二、双凤展翅法151
- 三、揉耳摇头法151
- 四、开璇玑法152
- 五、按弦搓摩法152
- 六、揉脐及龟尾并擦七节骨法153
- 七、龙入虎口法154
- 八、二龙戏珠法154
- 九、双龙摆尾法155
- 十、乌龙摆尾法155
- 十一、苍龙摆尾法156
- 十二、丹凤摇尾法156
- 十三、凤凰单展翅法157
- 十四、凤凰展翅法157
- 十五、凤凰鼓翅法158
- 十六、赤凤摇头法158
- 十七、猿猴摘果法159
- 十八、孤雁游飞法160
- 十九、水底捞月法160
- 二十、打马过天河法161
- 二十一、引水上天河法162
- 二十二、大推天河水法162
- 二十三、飞金走气法163
- 二十四、飞经走气法163
- 二十五、肘肘走气法164
- 二十六、黄蜂出洞法164
- 二十七、天门入虎口法165
- 二十八、老汉扳辔法165
- 二十九、运土入水法166
- 三十、运水入土法166
- 三十一、老虎吞食法167
- 三十二、总收法167

第十七章 小儿保健 推拿169

- 一、益肺防邪保健推拿法169
- 二、健脾胃助运化保健推拿法170
- 三、补肾益智保健推拿法171
- 四、安神保健推拿法171
- 五、眼睛保健推拿法172
- 六、鼻保健推拿法172
- 七、小儿脑保健推拿法172
- 八、小儿脊柱保健推拿法173
- 九、新生儿保健推拿法173
- 十、婴幼儿保健推拿法173
- 十一、小儿养生保健推拿法174

第十八章 小儿常见病的 保健推拿175

- 一、发热175
- 二、咳嗽175
- 三、哮喘176
- 四、泄泻177
- 五、积滞177
- 六、便秘178
- 七、脱肛178
- 八、遗尿179
- 九、夜啼179
- 十、夏季热180
- 十一、佝偻病181
- 十二、百日咳181
- 十三、鼻旁窦炎182
- 十四、近视眼182
- 十五、弱视183
- 十六、斜视183
- 十七、多动症183
- 十八、小儿肌性斜颈184
- 十九、产伤麻痹184

附 小儿常用穴位图186

第一章 按 法

(一)定义 医者用拇指螺纹面、中指指端或掌面(根)部分着力,按压在患儿体表一定的穴位、部位上,并施加一定的力量,持续一定的时间,称为按法。所谓“按而留之”之意即此。

(二)动作要领

1. 按压时,着力部分要紧贴患儿体表,不可移动。
2. 着力的部分有大小,按压的方向以垂直为主,按压的力量须轻柔,患儿有一定的压迫感即可。
3. 按压时取穴要准,医者着力部分选择大小要与患儿穴位、部位的大小相适应。
4. 按压结束时,不宜突然放松,要缓缓减轻按压的力量。

(三)分类 由于医者着力部分不同,临床上可分为拇指按法、中指按法、掌按法三种。

1. 拇指按法:医者拇指伸直,手腕微屈,其余手指握空拳,前臂微用力,用拇指指端或螺纹面着力,紧贴患儿穴位体表,逐渐按压。
2. 中指按法:医者中指伸直,用指端着力,其余四指半屈,用腕部用力,逐渐按压。
3. 掌按法:医者用单掌或双掌的掌面或掌根部着力,紧贴在患儿体表上,微用力向下按压,并持续一定的时间。掌按时,腕关节稍背屈。

(四)功用 舒筋活络,开通闭塞,温中散寒,活血止痛。

(五)主治 腹痛、泄泻、便秘、哮喘等。

(六)适用部位

1. 指按法适用于全身各部的穴位,尤以患儿点状穴位为宜。
2. 掌按法适用于腰背、胸腹等面积大而又平坦的部位,尤以患儿面状穴位为宜。

(七)文献辑录

1. 《素问·举痛论》:“……寒气客于肠胃之间,膜原之下,血不得散,小络急引,故痛。按之则血气散,故按之痛止……寒气客于背俞之脉,则脉泣,脉泣则血虚,血虚则痛,其俞位于心,故相引而痛,按之则热气至,热气至则痛止矣。”

2. 《医宗金鉴》:“按者,谓以手往下抑之也。”

3. 《厘正按摩要术》:“周于蕃曰:按而留之者,以按之不动也。按之从手从安,以手探穴而安于其上也……以言手法,则以右手大指面直接之,或用大指背屈而按之,或两指对过合按之,其于胸腹则又以掌心按之,宜轻宜重,以当相机而行。”

4. 《推拿指南》:“按法,此法亦名拿法,用手在穴上抑之,使下也。其手术有四:一用右手大中两指相对着力合按之;二用右手大指面直接之;三用大指背屈按之;四用右手掌心按之。”

(八)临床应用 按法是小儿推拿较常用的基本手法之一。临床上以指按法应用较多。按法的强弱与补泻有关,重按为泻,轻按为补,不轻不重按为平补平泻。按法在临床上常与揉法结合使用,组成“按揉”复合手法,使其刚柔相兼,柔和而又有力量。

一、拇指按百会穴法

(一)经穴位置 百会穴是督脉的穴位，系手足三阳经、督脉、足厥阴肝经之交会穴，其位置在头部正中线与两耳尖连线的交点处。

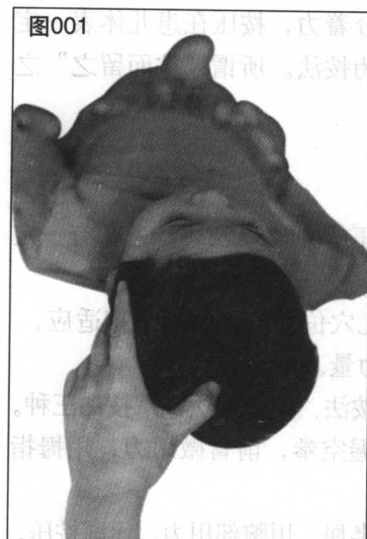


图001

(二)操作方法 患儿仰卧位，医者坐其头端前方，或由家长抱着患儿，医者立其前或立其后，用一手拇指螺纹面着力，轻按在患儿百会穴上，微用力做一紧一松的向下按压30~50次，或做持续向下按压1分钟左右(图001)。

(三)功效 安神镇惊，升阳举陷，清脑明目。

(四)适应证 头痛、惊风、眩晕、夜啼、遗尿、久泻、脱肛、惊风、烦躁等。

(五)按语 百会穴为诸阳之会，升提阳气作用较强，若患儿是实热之证则当慎用本法。3岁以下的小儿虚证极少，故本法在临床上应用机会不多。

(六)文献辑录 《幼科铁镜·卷一·卓溪家传秘诀》：“百会由来在顶心，此中一穴管通身，扑前仰后歪斜痢，艾灸三九抵万金，腹痛难禁还泻血，亦将灸法此中寻。”

二、双拇指面按揉四神聪穴法

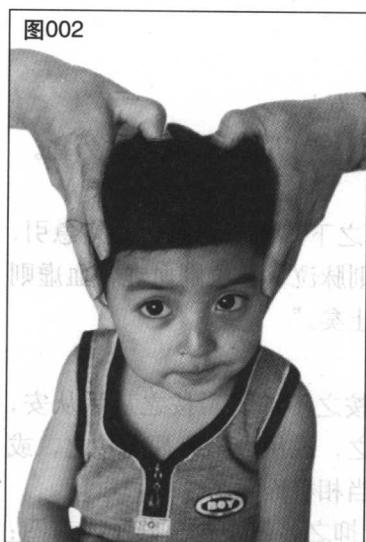


图002

(一)经穴位置 四神聪又名神聪、神聪四穴，属经外奇穴，其位置在头顶百会穴的前、后、左、右各开1寸处，共四穴。

(二)操作方法 小儿仰靠坐位，操作者立其身前或身后，用两手拇指指端着力，对称地附着在百会穴前、后或左、右两个神聪穴上，其余四指分扶穴周头部，稍用力做持续按压每穴半分钟左右，然后以腕关节与拇指的掌指关节做轻柔的摆动或小幅度的环旋活动为主动，使着力部分带动该处的皮下组织作反复、持续不断、有节律的轻柔缓和的回旋揉动，使产生的力轻重交替、持续不断地作用于四神聪穴上(图002)。每穴揉动约半分钟。

(三)功效 醒脑，开窍，安神。

(四)适应证 大脑发育不全、癫狂痫证、多动症等。

三、指按揉睛明、攒竹、鱼腰、丝竹空、瞳子髎、承泣、四白、阳白穴法

(一)经穴位置 睛明又名泪孔、命名，是足太阳膀胱经的起始穴，系手足太阳、足阳明之交会穴。《素问·气府论》王冰注为手足太阳、足阳明、阴跷、阳跷五脉之交会穴，

而《铜人腧穴针灸图经》、《圣济总录》等均为手足太阳、手足少阳、足阳明五脉之交会穴。其位置在目内眦向内0.1寸，再向上0.1寸，近目眶骨内缘处。

攒竹又名员在、夜光、明光、眉头、天光，是足太阳膀胱经的经穴，其位置在眉毛内侧端、眶上切迹处。

鱼腰属经外奇穴，其位置在眉毛正中处，正对瞳孔处之凹陷中。

丝竹空又名巨髎、目髎，其位置在眉毛外端凹陷处。

瞳子髎又名太阳、前关、后曲、鱼尾，是足少阳胆经的起始穴，系手太阳、手足少阳之交会穴，其位置在目外眦外侧、眶骨外侧缘凹陷处，闭目时当眼外角纹止处。

承泣又名颧穴、面窌，是足阳明胃经的起始经穴，系阳跷、任脉、足阳明之交会穴，其位置在瞳孔直下0.7寸，当眼球与眶下缘之间。

四白是足阳明胃经的经穴，其位置在承泣直下3分，当眶下孔之凹陷处。

阳白是足少阳胆经的经穴，系足少阳、阳维之交会穴，《针灸聚英》作手足阳明、手足少阳、阳维五脉之交会穴，其位置在前额部，当眉毛中点直上1寸处。

(二)操作方法 小儿仰卧位，医者坐其头端前方，用拇指或食指、中指的指端着力，稍用力按压在睛明等穴上，每穴半分钟左右，依次按压(图003)。

(三)功效 祛风，泄热，明目，通络。

(四)适应证 近视、远视等目疾。

(五)按语 本法操作一定要依次进行；本法可与揉法结合，进行先按后揉或先揉后按的操作；作揉法时可先顺时针、后逆时针方向揉动，每穴各30~50圈。

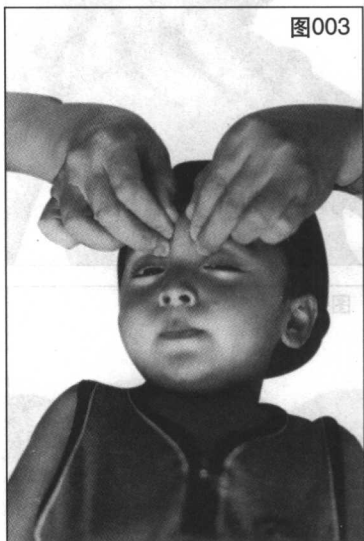


图003

四、指按鼻根两侧与目内眦之间

(一)经穴位置 山根穴(鼻根处)与目内眦之间。属经验穴。

(二)操作方法 小儿坐位或仰卧位，医者立或坐其身旁，用两拇指指端着力，呈对称地分别按压在鼻根两侧与目内眦之间，稍用力作持续按压或作一紧一松的按压约1分钟(图004)。

(三)功效 明目，通鼻。

(四)适应证 目疾、鼻炎等。

(五)按语 若欲加强刺激，则可取又按又揉或按揉相结合的方法，则疗效更佳，但时间宜短，不然，小儿不易接受。

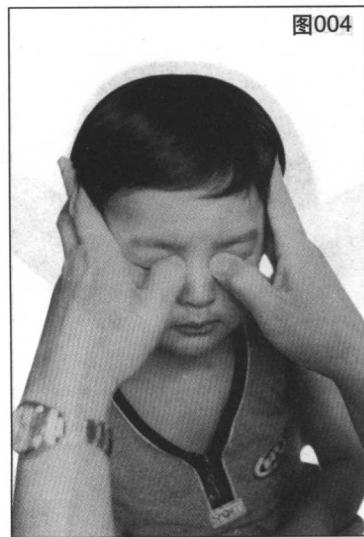
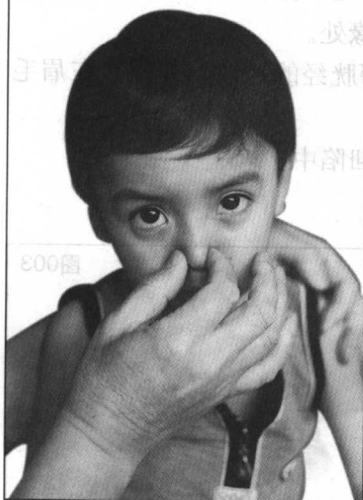


图004

图005



五、指按迎香穴法

(一)经穴位置 迎香又名冲阳，是手阳明大肠经的止点穴，其位置在鼻翼外缘中点旁开，当鼻唇沟中。

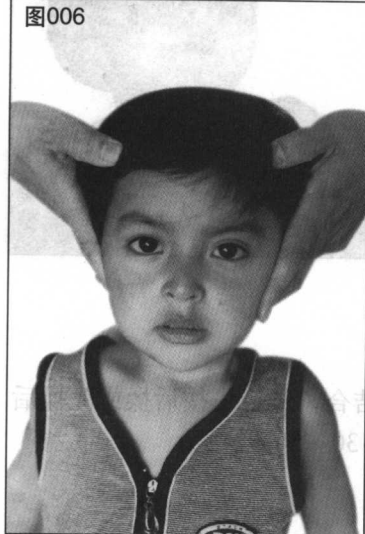
(二)操作方法 置小儿坐位，医者立其身旁，用两手指端或拇、食两指的指端着力，对称地分按在两侧迎香穴上，持续用力按压或做一紧一松的按压半分钟~1分钟(图005)。

(三)功效 祛风，通鼻。

(四)适应证 鼻炎、鼻窦炎、感冒鼻塞、面神经麻痹等。

(五)按语 操作时，本法还可与揉法结合，组成先按后揉或又按又揉的复合手法。

图006



六、双拇指按双头维穴法

(一)经穴位置 头维穴是足阳明胃经的经穴，系足阳明、足少阳、阳维之交会穴，其位置在鬓发前缘直上入发际0.5寸，距神庭穴(督脉)4.5寸处。

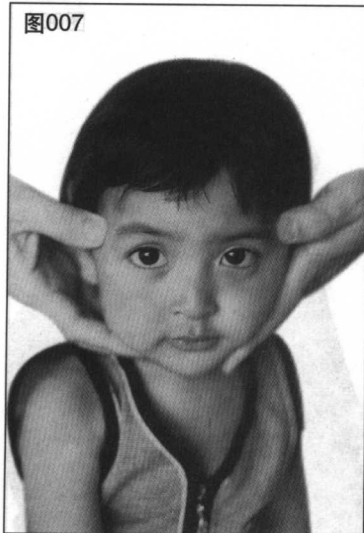
(二)操作方法 小儿坐位，医者立其身前或身后；或小儿仰卧位，医者坐其头端前方，用两手拇指或中指螺纹面的前三分之一处为着力点，呈对称地分按在两侧头维穴上，稍用力做持续或一紧一松的按压约半分钟(图006)。

(三)功效 清脑明目。

(四)适应证 头痛、面神经麻痹、视力减退等。

(五)按语 本法在操作中可与揉法结合起来组成按揉复合手法使用。

图007



七、双拇指按揉双太阳穴法

(一)经穴位置 太阳又名前关、当阳，属经外奇穴，其位置在颞颥部，眉梢与目外眦之间向后约1寸凹陷处。

(二)操作方法 小儿坐位或仰卧位，医者立或坐其身旁，用两手拇指螺纹面的前三分之一处为着力点，呈对称地分按在两侧太阳穴上，持续用力按压半分钟~1分钟；或稍用力做一紧一松的按压半分钟左右；或用按揉复合手法操作半分钟左右(图007)。

(三)功效 疏风通络，有利于小儿脑发育。

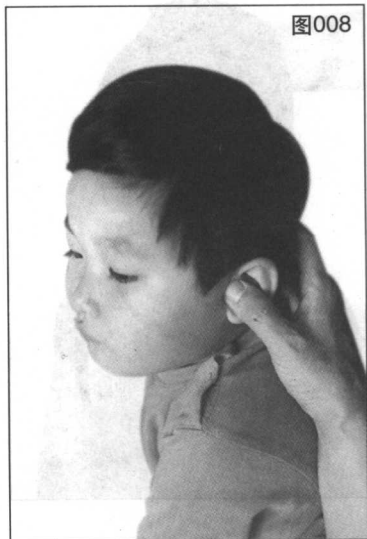
(四)适应证 头痛、目疾等。

八、拇指按耳风门穴法

《(一)经穴位置》耳风门穴即手少阳三焦经之耳门穴，其位置在耳屏上切迹与下颌骨髁状突后缘之间的凹陷处(张口出现凹陷)。

《(二)操作方法》患儿侧卧位或俯卧位，患侧在上；或由家长抱着，患儿坐位，医者坐或立其身侧，用一手拇指指端着力，轻按在患儿耳风门穴上，微用力做一紧一松的按压约30次(图008)。

图008



《(三)功效》开窍镇惊，泄热活络。

《(四)适应证》惊风、耳鸣耳聋、止吐。

《(五)文献辑录》

1. 《幼科推拿秘书》：“风门，在两耳门外。”
2. 《厘正按摩要术》：“风门即耳门，在耳前起肉当耳缺陷中。”“风门在耳前，少阳经所主，色黑则为寒为疳，色青为燥为风。”
3. 《推拿指南》：“风门穴，在耳心旁陷中，开口取之。”

《(六)按语》临床上除用本穴治病外，还可作望诊用。

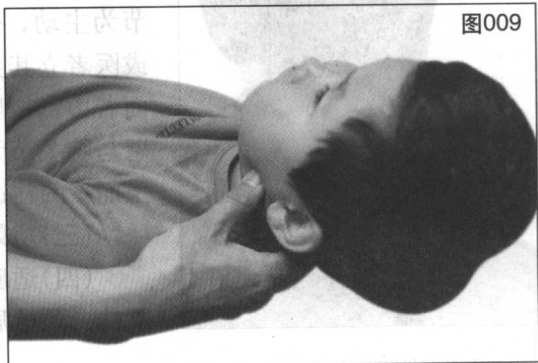
本法除用拇指指端着力外，亦可用拇指指间关节突起部着力按压；本法根据病情或需要可单手操作，也可双手同时操作。

九、拇指按牙关穴法

《(一)经穴位置》牙关穴又名颊车穴，是足阳明胃经的经穴，其位置在下颌角前上方一横指凹陷中，相当于下颌角直上0.4寸，向前一横指处。

《(二)操作方法》患儿仰卧位，或患儿由家长抱着，面朝前，医者坐或立其身侧，用一手或双手拇指螺纹面的前三分之一处着力，紧贴在患儿一侧或两侧牙关穴上，微用力做一紧一松按压5~10次(图009)。

图009



《(三)功效》祛风活络，开通闭塞。

《(四)适应证》牙关紧闭、口噤不开等。

《(五)文献辑录》

1. 《按摩经》：“牙关紧，颊车泻。”
2. 《厘正按摩要术·立法·按法》：“按牙关，牙关在两牙颞尽近耳处。用大中两指，对过着力合按之，治牙关闭者即开。”

十、指按风池、风府穴法

(一)经穴位置 风池是足少阳胆经的经穴，系足少阳、阳维之交会穴，《针灸聚英》作

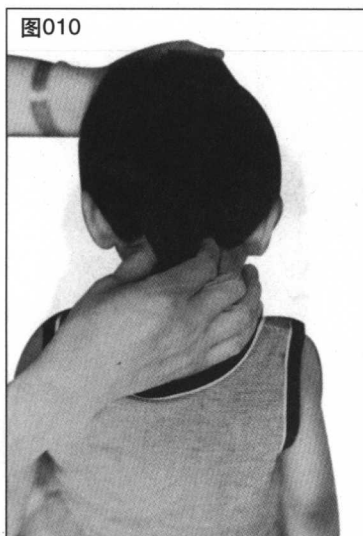


图010

手足少阳、阳维之交会穴，其位置在项后枕骨下两侧凹陷处，当斜方肌上部与胸锁乳突肌上端之间的凹陷处，与督脉之风府穴相平。

风府又名舌本、鬼枕、鬼穴，是督脉的穴位，系督脉、阳维之交会穴，《针灸聚英》作足太阳、督脉、阳维之交会穴，其位置在后正中线上入后发际1寸处，当枕外粗隆直下凹陷处。

(二)操作方法 小儿坐位，医者立其身后，用一手手掌轻扶小儿前额与头顶，另一手拇指端着力，按压在一侧风池穴或风府穴上，或用拇、食两指的指端着力，分按在两侧风池穴上，持续稍用力或一紧一松按压半分钟左右(图010)。

(三)功效 祛风清头，醒神开窍。

(四)适应证 头痛、感冒发热、项强等。

(五)按语 本法可与揉法结合，组成按揉复合手法使用。

十一、指按揉翳风及颈部两侧法

(一)经穴位置 翳风是手少阳三焦经的经穴，系手足少阳之交会穴，其位置在耳垂后，

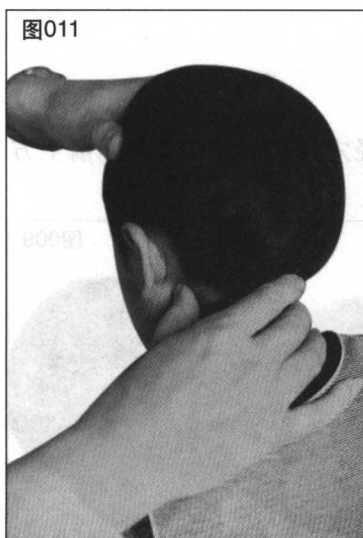


图011

乳突与下颌骨之间凹陷处。颈部两侧主要是指两侧胸锁乳突肌或斜方肌。

(二)操作方法 小儿坐位，医者立其身侧，以一手拇指螺纹面的前三分之一为着力点，按压在一侧翳风穴上，持续用力按压半分钟~1分钟；或以腕关节和拇指掌指关节为主动，带动着力部分做揉动半分钟~1分钟(图011)。或医者立其身后，用两手食、中、无名指三指相并的螺纹面着力，按压在两侧胸锁乳突肌上，持续用力按压或以前臂与腕关节为主动，带动着力部分做揉动，并边揉边做自上而下的往返移动数遍。

(三)功效 舒筋活络，聪耳散结。

(四)适应证 耳鸣、耳聋、下颌关节炎、面神经麻痹、落枕、颈椎病、小儿肌性斜颈等。

十二、双拇指按揉颈夹脊穴法

(一)经穴位置 颈夹脊穴为经外奇穴，其位置在颈椎棘突两旁，距督脉(后正中线)0.5寸处。