



三字经儿童经络推拿

儿童经络推拿

实用手册

主 编 王 静 王绍辉 衣华强



专家强力推荐

军事医学科学出版社

儿童经络推拿实用手册

——三字经儿童经络推拿

主 编 王 静 王绍辉 衣华强

副主编 丁美玲 李 欣 刘 峰

韩 扬 毛德刚 王湘茗

军事医学科学出版社

· 北 京 ·

内容提要

本书以通俗易懂的语言介绍了应用“三字经”儿童推拿治疗预防儿童疾病的方法,并详细地介绍了儿童的经络穴位,推拿手法的注意事项等内容。本书是家长学习儿童经络保健的好帮手,也适合儿科医师参考阅读。

图书在版编目(CIP)数据

儿童经络推拿实用手册/王静,王绍辉,衣华强主编.
-北京:军事医学科学出版社,2009.8
ISBN 978-7-80245-314-2

I. 儿… II. ①王…②王…③衣…
III. 儿童-经络-按摩疗法(中医)-手册
IV. R244.1-62

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第123545号

出版:军事医学科学出版社
地址:北京市海淀区太平路27号
邮编:100850
联系电话:发行部:(010)66931051,66931049,81858195
编辑部:(010)66931127,66931039,66931038
86702759,86703183

传真:(010)63801284
网址:<http://www.mmssp.cn>
印装:北京冶金大业印刷有限公司
发行:新华书店

开本:710mm×1000mm 1/16
印张:13.75
字数:128千字
版次:2009年8月第1版
印次:2009年8月第1次
定价:25.00元

本社图书凡缺、损、倒、脱页者,本社发行部负责调换

前 言

做父母的都有这样的体会，自己的孩子一旦有了病，就恨不得替孩子生病、吃药，甚至打针输液。在这里，我们向所有年轻的父母们郑重推荐儿童推拿法。

儿童推拿法是增强您孩子体质和智力的最佳方法，可以使您的孩子从小远离疾病的折磨。经络、穴位推拿疗法是最有价值的灵丹妙药，是中医学一座伟大的宝库。

推拿在治疗儿童某些疾病方面可以完全代替药物，这正符合现代医学所倡导的绿色医疗。在实际操作中，三字经儿童经络按摩取穴少、容易学习和记忆；有的疾病单独一个穴位就可以解除孩子的痛苦，操作简便，特别是在图谱的指导下，父母们很快就可以学会并运用，方便可行。

当您学会了儿童推拿法，在您为自己的孩子治疗疾病的时候，您就会从孩子的眼睛、肢体语言上读懂孩子的内心感受。儿童推拿法不仅可以治好孩子的病，免除孩子的痛苦，而且更加深了您与孩子之间的亲情。

仅以此书献给天下所有的父母和他们的孩子，祝所有的孩子幸福每一天！

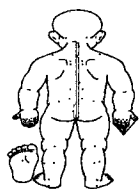
目 录

第一章 三字经儿童推拿的形成和发展	(1)
第一节 儿童推拿简史	(1)
第二节 三字经儿童推拿的形成与发展	(2)
一、三字经儿童推拿的形成和命名	(3)
二、三字经儿童推拿的历史沿革和发展现状 ..	(4)
第三节 三字经儿童推拿的特点	(7)
第二章 认识儿童经络	(9)
第一节 认识经络	(9)
第二节 经络的功能及临床运用	(17)
第三节 儿童生长发育特点	(21)
第四节 儿童生理特点	(26)
第五节 儿童疾病临床诊断方法	(31)
第六节 儿童体质及类型特点	(35)
第三章 儿童经络推拿的手法及注意	
事项	(40)
第一节 单式手法	(40)
直推法	(40)



1

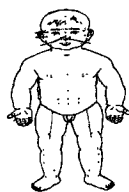
目
录



2

分推法	(41)
合推法	(42)
指摩法	(42)
掌摩法	(43)
拿法	(44)
掐法	(45)
指按法	(45)
指揉法	(46)
大鱼际揉法	(47)
掌根揉法	(47)
运法	(48)
捏法	(49)
捣法	(50)
搓法	(50)
擦法	(51)
摇法	(52)
捻法	(53)
扯法	(53)
掇法	(54)
刮法	(55)
拍法	(55)
第二节 复合手法	(56)
打马过天河	(56)
黄蜂入洞	(57)
水底捞月	(57)
按弦走搓摩	(58)

	猿猴摘果	(58)
	按肩井	(59)
	飞经走气	(60)
	二龙戏珠	(61)
	苍龙摆尾	(62)
	揉脐及龟尾并推七节骨	(62)
	赤凤点头	(63)
	凤凰展翅	(64)
	运土入水	(64)
	运水入土	(65)
第三节	儿童推拿的适应证和禁忌证	(66)
第四节	儿童推拿注意事项	(67)
第五节	儿童推拿常用介质	(69)
第四章	儿童日常保健穴位及操作	(71)
第一节	腧穴定位法	(73)
第二节	头颈部穴位	(77)
	攒竹(天门)	(77)
	坎宫(眉弓)	(78)
	太阳	(78)
	耳后高骨	(79)
	人中	(80)
	百会	(80)
	天柱骨	(81)
	风池	(82)
	印堂	(82)



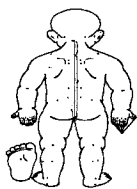


4

	凶门	(83)
	山根	(84)
	准头(素髻)	(84)
	牙关(颊车)	(85)
	迎香	(86)
	承浆	(86)
	耳门(风门)	(87)
	桥弓	(87)
第三节	胸腹部穴位	(89)
	天突	(89)
	膻中	(89)
	乳旁	(90)
	乳根	(91)
	中脘	(91)
	腹	(92)
	胁肋	(94)
	天枢	(94)
	脐(神阙)	(95)
	丹田	(95)
	肚角	(96)
	气海	(97)
第四节	腰背部穴位	(98)
	肩井	(98)
	大椎	(98)
	风门	(99)
	肺俞	(100)

	脾俞	(101)
	胃俞	(101)
	肾俞	(101)
	腰俞	(102)
	脊柱	(102)
	七节骨	(103)
	龟尾	(104)
第五节	上部穴位	(104)
	脾经	(104)
	肝经	(105)
	心经	(106)
	肺经	(107)
	肾经	(108)
	大肠	(108)
	小肠	(110)
	肾顶	(110)
	肾纹	(111)
	掌小横纹	(112)
	小横纹	(112)
	四横纹	(113)
	运土入水	(113)
	运水入土	(114)
	胃经	(115)
	板门	(115)
	内劳宫	(116)
	内八卦	(116)





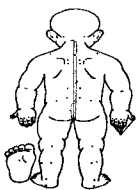
小天心	(117)
总筋	(118)
大横纹	(118)
老龙	(119)
十宣	(119)
二扇门	(120)
二人上马(上马、二马)	(121)
外劳宫	(122)
五指节	(123)
威灵	(123)
精宁	(124)
左端正	(125)
右端正	(125)
合谷	(125)
外八卦	(126)
少商	(126)
商阳	(127)
中冲	(127)
关冲	(128)
少泽	(128)
一窝风	(129)
膊阳池	(130)
曲池	(130)
洪池	(131)
拇腮	(131)
皮罢(肝记)	(132)

	甘载	(132)
	三关	(132)
	天河水	(133)
	六腑	(134)
第六节	下腿部穴位	(134)
	箕门	(134)
	膝眼	(135)
	百虫窝	(135)
	三阴交	(136)
	解溪	(137)
	足三里	(137)
	前承山	(138)
	后承山	(138)
	委中	(139)
	昆仑	(139)
	涌泉	(140)



第五章 经络推拿可提高孩子的身体

	素质	(141)
第一节	经络调摄技术的作用	(141)
第二节	体质辨识与婴幼儿保健按摩	(144)
第三节	临床治疗	(146)
	感冒	(146)
	咳嗽	(148)
	哮喘	(150)
	百日咳	(153)



8

儿童经络推拿实用手册

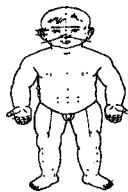
腹泻	(155)
呕吐	(157)
厌食	(160)
腹痛	(161)
疳积	(164)
便秘	(166)
痢疾	(168)
脱肛	(171)
遗尿	(172)
疝气	(174)
癃闭	(176)
惊风	(178)
夜啼	(181)
小儿麻痹后遗症	(183)

附:

三字经歌赋	(186)
-------------	-------

第一章

三字经儿童推拿的形成和发展



第一节 儿童推拿简史

儿童推拿学是研究小儿生长发育,保健以及疾病防治的一门科学。它是祖国医学的重要组成部分,其历史悠久,源远流长。儿童推拿又称儿童按摩,是古代劳动人民在长期与疾病作斗争的实践中不断发展、充实起来的一门学科。早在春秋战国时期就有《黄帝岐伯按摩十卷》。晋代《肘后备急方》记载了用小儿捏脊疗法治疗卒腹痛、疳积、积滞;掐人中治疗突然昏厥等。隋唐时代在太医院已有按摩科,如唐代《千金要方》中运用膏摩治疗小儿鼻塞流涕、夜啼、腹胀、不能乳食。宋代《颅凶经》是我国最早的一部儿科专著。明代形成了儿童推拿的独特体系,四明陈氏著有《小儿按摩经》,是现存最早的一部推拿专著,还有龚云林著的《小儿推拿方脉活婴秘旨全书》,在当时设立的医疗机构“太医院”中医十三科中,又再次成立了按摩科,儿童推拿理论水平不断提高,临床上已积累了丰富的治病经验。《小儿按摩经》的问世,创立了儿童推拿的

1

第一章
三字经儿童推拿的形成和发展



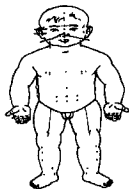
理论体系,标志着儿童推拿进入发展的新纪元。后世医家在《小儿按摩经》的基础上不断进行补充,包括穴位、手法、操作方法,促进了儿童推拿的理论与临床操作技术的发展,小儿推拿的学术思想不断进步以至成熟。清代“太医院”虽不设按摩科,但由于其疗效卓著,备受欢迎,在民间也有较大发展,并有大量的推拿专著问世,如《小儿推拿广意》、《幼科推拿秘书》、《厘正按摩要术》等。

新中国成立后,在党的中医政策指引下,儿童推拿事业蓬勃发展,有关推拿疗法的著作胜于任何时代,治疗的病证也越来越广,且疗效甚佳。该疗法在国外也很受欢迎。

第二节 三字经儿童推拿的形成与发展

推拿疗法作为防病治病的一门学科,在数千年里经历了曲折的发展过程,经历了唐宋的辉煌时期,走过了发展旺盛的明清时期。而在此发展过程中,由于地域特点引起的人体生理病理的不同,不同医家对推拿疗法又产生不同的理解,逐渐发展成为小儿推拿的不同流派,丰富了小儿推拿理论体系,并对小儿推拿的理论和临床发展起到了促进和推动的作用。

清代末期,推拿以分散的形式在民间存在和发展。这种发展形式,缺陷就是受一地之限,缺乏交流;但优势是容易按照地域流行病的特点和民间要求,发展为各自的推拿学术流派,三字经流派推拿就是这样形成的。



一、三字经儿童推拿的形成和命名

1. 三字经儿童推拿创始人简介

徐谦光,名宗礼,号秩堂,登郡宁邑人(现山东省牟平宁海镇),生于1820年,其40岁以前主要以经商为主。徐氏虽为商贾,但爱好广泛;经商之旅,亦即学医与悬壶济世之途;博闻而强记,且每有心得则笔耕不辍,这为他以后的事业奠定了坚实的基础。至清光绪年间(1877年),徐谦光根据自己的心得及临床经验著成《推拿三字经》,其不仅仅论治儿童疾病,还将治疗儿童的推拿手法扩充用于成人,后经历代医家的整理、继承与发挥,特别是著书立说使之发扬光大,形成流传至今的重要的小儿推拿流派。

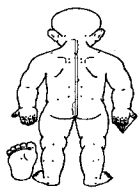
2. 《推拿三字经》的内容特点

《推拿三字经》虽未出版,但在民间流行。其特点主要表现在:①推拿穴位通治成人与小儿疾病,治疗中以手法的轻重与时间的长短为区别,特别是手法方面,成人速而重,小儿速而轻。②常用的穴位34个,约占其他推拿流派采用穴位的一半,在治疗疾病中只用1~2个穴位,至多5个穴位,但疗效确切。③常用手法归纳起来,只有推、揉、捣、拿、分合、运六种手法,容易学习和掌握,也便于推广和应用。④采用的穴位极少,而特别主张每个穴推拿的时间长,总的推拿时间与其他推拿流派比较并不长(主要指小儿)。⑤擅长独穴治病,就是只用一个穴位,多推、久推,以得效为度,特别是急性病,更主张用独穴,事实证明

这一疗法是有效的,且为其他推拿流派所不具备的。

二、三字经儿童推拿的历史沿革和发展现状

1877年,徐谦光著成《推拿小儿全书》,由于该书开始部分为三字句歌诀体,故后人将其单列,习称《推拿三字经》,而在三字句歌诀后面,原书还附有“推拿三字经序”、四言脉诀、推拿插图和具体操作方法等,其内容远比三字经正文丰富。附篇比正文更易理解、更形象和生动,并且将中医的理、法、方、推有机的结合起来,这是儿童推拿三字经流派建立的重要标志。



4

儿童经络推拿实用手册

《推拿三字经》的主要内容为以推拿某穴功代某汤头,如推三关为参附汤,推六腑为清凉散,运八卦为补中益气汤等,这在当时的确起到了传播小儿推拿的作用。人们通过将十分熟悉的方药与推拿手法和穴位进行类比,能很快掌握该手法与穴位的特性和临床运用;同时三字歌诀这种传统文体读起来又朗朗上口,是重要的推拿入门教育资料,所以该流派从创立之始就以其新颖的形式、独到的见解和确切的疗效而受到医患欢迎,并流传至今。徐谦光生有五子,至今已传至第5代,每代均有从医者,但多局限于当地,且以处方用药为主,所以徐氏家族目前并无推拿传人。真正将《推拿三字经》发扬光大当数民国年间的李德修先生(1893~1972)。

李德修,又名慎之,男,山东威海市北竹岛村人。因为偶然机遇得到清代徐谦光著《推拿三字经》一书,经8年学

习,开始独立应诊。1920年至青岛,在鸿祥钱庄设诊所,以推拿疗疾,颇具声望。1929年自设诊所,求治者盈门。

李德修继承和发展了清代徐谦光推拿流派的学术思想,其治疗特点为取穴少,一般不超过5个,推拿时间长,非常注重“独穴”,多采用推、拿、揉、捣、分合、运6种手法,疗效显著。

李氏结合个人经验,发展了三字经流派推拿,扩大了临床应用,其主要表现为以下几方面。

(1)手法:徐氏书中提出根据年龄不同,手法轻重与时间长短应不同。李氏在此基础上提出南北地区、气候寒暖、身体强弱也必须加以区别,否则不能取效。寒冷地区推拿所用时间有时为温暖地区的数倍乃至十倍,才能取效,同时节令寒暖也须灵活变化,甚至室内的温度也应注意。推拿体质强健人的手法必须重些,推拿体弱人与敏感人的手法必须轻些。同时,李氏又强调了推拿时用力要匀,自始至终都要沉着稳定、轻重一致;此外,李氏采用滑石粉作为润滑剂,替代了葱姜香油,既洁净又便利。

(2)取穴:在取穴方面李氏比徐氏更加简化。李氏主张不分男女,一律只在左手取穴;徐氏原著说,男左六腑、女右三关都属凉穴,李氏则无论男女皆取左手,三关为热,六腑为凉,50年的临床运用证明疗效可靠,更便于记忆掌握,较徐氏原说更优。

(3)望诊:在望诊方面李氏增加了观测小儿活动姿态推测病情。例如小儿时时用手搓揉头目,为头痛头晕之

