

第一章 小兒保健療法實例

一、用牙刷治療夜啼症

一位年輕的母親，對醫生訴說她三歲的男孩常於晚上睡至半夜的時候，突然「啾呀」一聲地翻起身來啼哭，無論怎樣的呵他哄他，都不能制止他的哭聲，但哭了十五至二十分鐘後，便會停止啼哭，並又沉沉睡着。

這位母親會帶他去求醫診治，許多醫生都認為這孩子有輕微的神經質，並給以安眠藥服食，可是，在孩子吃藥後的晚上，半夜時分，又發作了，而且哭得更厲害。

據了解，這男孩在日間都過着寧靜的生活，沒有受到嚇唬，為什麼夜晚睡覺就不寧靜呢？後來一位醫生診斷他的毛病是患了「夜驚症」，也稱為「夜啼症」。醫生用「針灸」療法給這孩子治療，終於把這種「怪病」治癒了。

奇怪的是，醫生給這孩子「針灸」，並不是用銀針和艾絨，而是用很簡單的東西作為工具：一柄牙刷。用牙刷在孩子的手和腹背部刷刷就見效了！

這是什麼秘密呢？說來並不奇怪，這是利用牙刷在孩子的某些穴位上作了刺激。

開始在孩子身上刷的時候，先由孩子的手部開始直至前臂一半的周圍，用牙刷輕輕地，「颯颯」地刷擦。接着，在胸骨的周圍、背脊近頸脖至左右肩胛骨之間，最後直至腰部附近一帶，用牙刷同樣輕輕地各刷擦兩、三遍便可。在治療後的一個月左右，孩子的母親喜悅地走進診室，滿懷高興地告訴醫生：「孩子的夜啼症再沒有發作了。」

二、夜尿症

A君的兒子小明，就讀於某校三年級，可是，只要他稍微緊張的時候，就會遺尿，同時，如果不在家裏睡覺，而在親友家中或外出旅行、在旅館度宿的時候，就必定遺尿。後經診治，證明其器官方面沒有異常，而主要是機能的原因，是一種「神經症」。這種病症，是針灸和指壓最適應症之一。瞭解了小明的病狀後，就開始爲他治療。

治療小明的夜尿症的器具是香烟的火、火柴棒、米粒和膠布。治療點如下（見圖1所示）：①耻骨的中央上端與肚臍連結線五等分，近耻骨五分之一線上的一點；②由近耻骨五分之一线上的那一點，左右兩邊約三厘米的兩點；③肚臍之上約一厘米半的點；④腰左右的腸骨稜連結線，小心按上背骨約兩厘米附近的左右兩點；⑤在④之下約五厘米的次髂內側約一厘米的左右兩點。

治療的時候，首先用火柴棒頭順序按壓上述①至⑤個治療點，然後用燃着的烟蒂放置在上述穴位之上施灸，灼

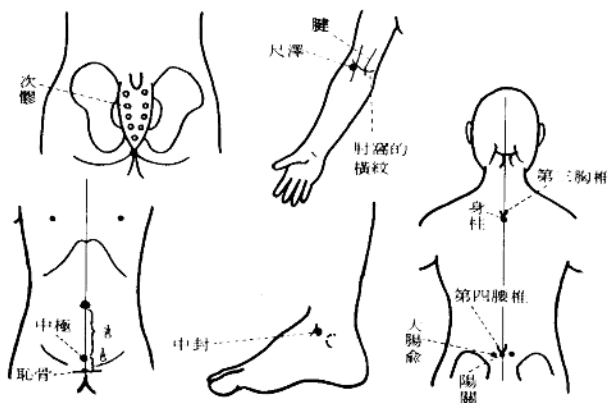


圖1 夜尿症

至穴位體表出現紅暈爲止，最後，用膠布將米粒貼在各治療點之上。半個月後，小明的夜尿症便全部消失了。

夜尿不但是一種病態，而且會使患者滋生自卑感，對心理的影響很大，因此，應及早用這種簡易的治療方法治癒它。

三、小兒氣喘

六歲的小偉，喉底常發出「咻」「咻」的喘鳴聲，經診斷爲氣喘性支氣管炎的症狀，也即是所爲「小兒氣喘」

的一種。這病多發於夜間，發作時，呼吸困難，臉色蒼白。

由於氣喘是與過敏性因素有關，現代醫學，還沒有徹底的根治方法。採用小兒針法治療，也能收良好效果。

爲小偉治療氣喘的器具很簡單：一根牙籤和一枝香烟。首先，用牙籤按壓下列的壓痛點（圖2所示）：①乳頭的垂直線與左右腋下橫連結線的交叉點，由交叉點再向上約一厘米的壓痛點（左右各一點）；②第七頸椎至第一胸椎垂直線距三毫米之左右兩點；③左右背骨的下端連結線向上五至六厘米的背骨之間的壓痛點（左右各一點）。

接着，點燃香烟，把香烟的火挨近用牙籤按壓過的各

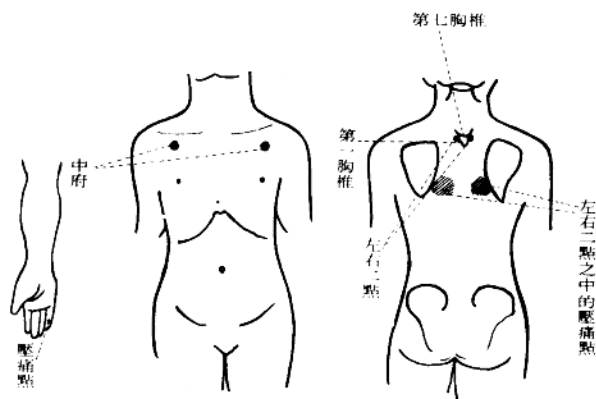


圖2 氣喘

壓痛點，貼近體表施灸，每個壓痛點各施灸兩次。請注意：對孩子們施灸切不要灸痛他，只要灸到體表有熱的感覺就行了。

最後用牙籤按壓左右小指的掌側的第一、二關節之間，最壓痛之點，再用燃着的香烟施灸，然後用膠布將米粒貼在各壓痛點之上，歷時約十分鐘後，治療方法完畢。

在治療的過程中，小偉的喘鳴聲逐漸微弱，治療之後，就聽不到明顯的喘鳴聲了。

事實證明，這種小兒針療法，效果是很好的。

四、疳蟲

五歲的小強幾天來都哇哇地大哭大鬧，還一邊手舞足蹈，完全是歇斯底里的樣子。經仔細地檢查，發現小強的眼瞼和鼻孔都發紅，外眼角內側和鼻根青筋暴現，全身震顫，這是患上疳蟲的原因，據說是一種在小兒體內引起痞積抽風的病原蟲，最終便形成孩子的歇斯底里。此病要待孩子熟睡後才能開始為他治療。

治療時，輕輕地用牙籤刺頸部下面第三胸椎與第四胸椎棘突之間的身柱穴位三至四次，然後用香烟的火施灸。接着，用指甲銼輕輕地刷擦剛灸過的部位的周圍，腰腹背後的中央一帶和兩乳頭之間的胸部。在治療後的翌日，小強變得又安詳，又快樂。往後的兩個星期內，隔天用指甲銼刷擦每一治療部位一次，這樣之後，小強再沒有哭鬧和手舞足蹈的情況出現了。

第二章 症狀的診斷方法

小兒發燒、嘔吐、下痢（瀉肚）和痙攣等等疾病，大多數是在深夜裏突然發作的，而且一發作就很嚴重。孩子半夜裏突然鬧病，父母親除了擔驚受怕外，可能會手足無措。

古語有云：「毒物治其內」。毒物者，即藥物也。因為藥物是含有一定毒性的。時下的大多數西藥，都是一些化學合成物，具有副作用。給藥物孩子服下，如果服錯了藥物，後果就不堪設想；即使孩子服了藥沒事，但藥物在身體內產生的副作用，對身體和精神還未成熟的嬰幼兒來說，影響是很大的。

小兒和成年人患病，發作時是有些不同的。成年人患病的時候，其病狀一般是慢慢出現。例如發燒的時候，最初的熱度並不怎樣高，但漸漸成為高熱。嘔吐的時候，首先是感到有些不適，接着是比較嚴重，終於嘔吐。可是，小兒患病就沒有這種過渡的階段，很多時候是猝然發作的。

兒童是長身體的時候，身體內的細胞是以驚人的速度成長的，成人病情半天或一天的變化，嬰幼兒可能只需一

或兩分鐘。因此小兒的疾病，要盡快地給以治療。如果學會小兒針這種家庭治療方法，以備不時之需，是很方便的。

對於小兒患病，既然治療要迅速，但是在家裏，當自己動手為孩子施小兒針時，如果對症狀一知半解，或不懂得分辨，也是無濟於事的。

家庭小兒針，是在孩子疾病突然發作的時候的應急治療方法，因此在施用之前，必須冷靜地診斷清楚所患的症狀，才可施用。

無論是專業或本書介紹的家庭應急用的小兒針，對各種的急性症狀、慢性病和神經系的疾病等等，都有顯著的治療效果。但是對於傳染病、惡性腫瘤、破傷風、腹膜炎、血友病和壞血病等等，則是禁忌症，切不可用小兒針刺治療。

下面是一些診斷症狀的簡單方法，在什麼情況下可以施用家庭小兒針；在怎樣的情況下，却要召救護車，把孩子急送醫院救治。

發燒——有短期間的發燒，也有持久不退的發高燒。

短期間的發燒：咳嗽、喉痛、全身懶倦、食慾不振、頭痛，這是感冒。與感冒的症狀相似，但扁桃腺紅腫時，是患「急性扁桃腺炎」。嬰兒發燒，且不斷搖頭，可能是患「急性中耳炎」。此外，在幼兒出牙的一、兩天期間，有些也會發燒，即「智慧熱」。

但是，如果兒童在發燒一、兩天後退燒，但手脚出現

搖晃時，可能是患急性灰白髓炎（小兒麻痺），必須迅速帶孩子去給兒科醫生醫治。

長期間發高燒：很多時候可能是患腦炎、髓膜炎和肺炎等等，當然只有醫生才能醫治。

腹痛——腹痛是嬰幼兒最常見的症狀，很多時候是便秘。可是，嬰幼兒腹痛時，自己是不懂說和表示出來的，因此只有做父母的小心觀察留意。

急性胃腸炎：痛楚時強時弱，按壓腹部會痛。大多數時候會嘔吐和肚疴。

急性闌尾炎：右下腹部劇痛，有嘔吐、噁心現象，但是不會腹瀉。

腸重積：激痛，患者大多數是嬰兒和一歲左右的幼兒，治療稍遲會有生命危險，因此應該儘快送往醫院救治。

食物中毒：整個腹部感痛，有肚子發脹、發燒的現象。但不會嘔吐和腹瀉。

腹瀉——俗稱肚疴，由於糞便含有很多的水分，因而頻頻要上廁所，每日瀉數次至數十次不等。肚瀉時如果沒同時發生血便、嘔吐和痙攣等現象，只是覺得精疲力倦，這可能是赤痢或疫痢。

小兒如果糞便稀薄，不必太過擔心。但是如果腹瀉嚴重，而且嘔吐和發燒，那就要考慮到是否患上傷風感冒或胃腸炎等病症。

痙攣——嬰幼兒患痙攣，並不是罕見的事情。在小兒

中，大約有百分之六至七十的孩子都曾經發生過痙攣。

痙攣有所謂習慣性痙攣，稍微受到刺激即會發作。便秘等等原因也會成為痙攣性體質。此外患傷風感冒、支氣管炎和麻疹等疾病，也會發生痙攣。發燒達到攝氏三十九度以上的高熱時，有些會發生熱性痙攣。上述的各種痙攣，都是小兒針的適應症。

但是，腦髓膜炎、急性傳染病，以及中毒等等重病引起的痙攣，則是家庭小兒針治不了的。

呼吸困難——發作時，夜不能眠，患者只能呆坐在床上呼吸。

支氣管氣喘：是呼氣性的呼吸困難，呼氣多過吸氣兩、三倍，因此胸部內呈苦悶感覺，臉色蒼白，流冷汗，皮膚顯青紫色（即青色症）。

氣管內異物：不斷急劇咳嗽，吸氣困難，這可能是有異物塞了氣管，必須馬上將孩子送往醫院救治。

小兒氣喘：與支氣管氣喘一樣，喉裏會發出急激的喘鳴聲，但沒有胸內苦悶、呼吸困難和青色症等現象。

學習家庭用小兒針刺，大致上必須懂得分辨上述各種症狀。

第三章 小兒療法的特徵

由小兒針治療嬰幼兒的最大特徵，就是具有「即效」的治療效果。

針灸治療對慢性病有很顯著的效果，而且，一些現代醫學上還無法對付的疾病，針灸治療却能夠治癒了。這一事實，引起了醫學界人士的重視，而且發生了爭論。

有些醫生指出，現代醫學（指西醫）治病的方法，主要是局部治療，譬如發炎時就消炎，疼痛時就止痛；但針灸治療的特點，是全體治療，從經絡上去找病源原因，用針灸的刺激、調整全身的機能、增強身體內的一種自然治癒能力，徹底地將病醫好。針灸治療的這種方法，就叫做「本治法」（全身治療），這是目前西醫還辦不到的。

不但如此，針灸也是可以進行局部治療的。針灸對所謂「標治法」的局部治療，也有極佳的治療效果。譬如癱瘓、寒症、慢性胃炎和氣喘等，本來用全身治療的「本治法」是可以醫治的，但是調整全身的機能而達到治病的目的，不是兩、三次針灸就可做得到的，即使是四、五天就可以做到，但在治療期間，病一發作就痛苦難耐。因此「本治法」要與「標治法」同時進行，在全身治療的同時，

進行必要的局部治療。

很多針灸的「標治法」，特別對疼痛有極佳的止痛效果。譬如，西醫治不了的「三叉神經痛」和「坐骨神經痛」，一施針灸，痛楚立即減輕百分之七十至八十。還有現代醫學大致上還不可能治療的腰痛，甚至發作時注射麻藥還不能止痛的胃痙攣，只需一次針灸，激痛立消。

一位醫生說，他所治療的病人中，有個是患變形膝關節症的女病人。她在第二次世界大戰時，患了膝關節炎，但因為當時炮火連天，因而並沒有好好地治理，病情越來越嚴重，終於關節僵硬，左腿像棍子一樣伸直，不能彎曲。從那時起至今已近三十年了，找遍名醫、藥石紛投，又試過溫泉療法等等，膝部不但未能屈曲，而且經常發生疼痛。

那位醫生給她診斷後，決定用「本治法」和「標治法」為她治療，大約四十分鐘左右，那位女病人畧為展顏。經過幾次的繼續針灸，有一天，那位女病人歡笑地對醫生說：「這回，我可以自己乘坐公共汽車回家了。」

用「本治法」和「標治法」僅僅治療了幾次，就有這樣顯著的效果。使人不能不相信針灸療法的神奇。那位女病人再經過幾次治療之後，她的膝部可以屈曲約四十五度了，行走路來，步履輕快，差不多完全復元了。

針灸治療，既然對成年人的疼痛有這麼靈驗的效果，那麼對嬰兒又如何呢？當然，成年人與嬰幼兒的針灸治療，是有分別的，兩相比較，針灸治療對成年人身體的經

絡產生的刺激，只要有數十分之一的那樣的刺激量用在嬰幼兒的身上，就可發生與成年人同樣的效果，如果說針灸治療對成年人是「速效」，對嬰兒則可以說是「即效」。

一、小兒針刺治療的應用例

上面介紹了小兒的幾種病症，例如夜泣症、夜尿症、氣喘等等，對小兒這些病症的治療，不用銀針、艾絨，而用火柴棒、米粒、香烟、牙刷等物，究竟這些物品為什麼會有治療效果呢？

人類的身體，發育到了二十歲才完成。到了二十歲，肉體、內臟各器官、神經系統等等，才全部成熟、安定。在身體發育期間，體內有一種恆定性維持機能，能抵抗和接受外來的刺激。

嬰幼兒是長身體的時候，充滿活力，生理各方面都未成熟，不論是內臟器官或者神經系統，都處於不安定的狀態，就像一部鬆了制動器的汽車，全速行駛，只要稍微受了刺激，就會產生敏感的反應。因此，是很容易接受刺激的。而且，嬰兒的皮膚很嫩薄的，有較強的感受性。

人體的內臟，有一種「體壁反射」，當內臟和神經系統出現異常時，即產生反應，並反射顯現在身體的表面。譬如，神經痛時，沿着那種神經的經絡就會出現疼痛；患十二指腸潰瘍、膽石症的時候，胸椎的第十、十一和十二椎骨左側會出現壓痛點；患胃潰瘍時，相同胸椎的右側出

現壓痛點。還有，胃有病時，背部的一個叫做「胃俞」的穴位，會出現異常。針灸治療，就是利用這種「體壁反射」，用針和灸予以刺激，疏通經絡，回復身體的正常。這些受刺激的治療點，即是身體表面的穴位。

當穴位受到的刺激傳入身體後，恆定性維持機能就會接受對本身有利的刺激，而且，刺激量必須足夠，才能產生效果。成年人的針灸治療，必須用銀針刺穴，艾絨溫灸體表所產生的刺激量，才有療效的。可是，嬰兒的皮膚表面，感受性比成年人強得多，很容易接受刺激，所需的刺激量較少。只需給予目的部位直接刺激就可以了。因此，嬰兒的針灸治療無須像成年人那樣，給予針刺艾灸等等強烈的刺激。只要在體表的穴位上撫按、摩擦，或用針尖輕輕地抵觸就行了。

二、適應症與不適應症

不過，我們還要知道，並不是所有的病症都適宜用針灸的。

針灸治療有適應症、不適應症和禁忌症之分。

適應症——神經痛、神經麻痺、神經症、心臟神經症、本態性高血壓症、失眠、關節炎、腰痛、跌打、挫傷、支氣管氣喘、胃卡他（胃炎）、風濕病、胃衰弱、胃痙攣、便秘、腹瀉、痔瘡、腎臟炎、浮腫、睪丸炎、月經痛……等等，都是針灸治療的適應症，而且療效顯著。

不適應症——心臟瓣膜障礙、慢性腦脊髓疾患、熱性病、惡性皮膚病、變性肥大症、梅毒……等等，針灸治療並不怎樣起作用，而且可能拖延了醫治的時間，使病情惡化。

禁忌症——傳染病、惡性腫瘤（癌症、肉瘤等）、腹膜炎、丹毒、血友病、破傷風、壞血病、急性闌尾炎、高熱疾患……等等，針灸治療忌惹出危險，因此禁扎針。雖然如此，但也有些病症用針灸治療是有一定效果的。例如惡性腫瘤，雖然不是針灸可治癒，但可用針灸減輕疾患的痛苦。但是，這種治療是需要專門技術的。

小兒針的適應症、不適應症和禁忌症，基本上與成人相同。不過，小兒針適應治療的範圍更廣。這裏不妨重複說一遍：嬰兒的身體、神經和生理，是處於未成熟和不穩定的狀態。因此之故，小兒的一些異常，例如疳蟲和夜泣症等，是成年人沒有的。這些疾患稱為「小兒病」，用小兒針治療，既適應，又有很好的療效。

小兒針特別有效果的適應症有虛弱性體質、痙攣、抽搐、吐乳、腹瀉、夜尿症、失眠、百日咳、夜泣症、夜驚症、扁桃炎、鼻塞、結膜炎、小兒支氣管炎、口吃、蕁麻疹、耳下腺炎、斑疹、便秘、氣喘性支氣管炎、異味症、腺樣腫、濕疹……等等。而且大部分的小兒針適應症，都有「即效」的效果。

嬰孩、小兒的疾病，很多時候都是單純的疾病。因此，用小兒針是期望有「即效」的效果。但是另一方面，小兒的抗病力很弱，患病時，常常會即時激發成急性症

狀，因而要盡快進行治療，如果猶豫不決，慢吞吞地醫治，是很容易出危險的。由此可見，具有「即效」療效的小兒針，也是一種急救治療。

三、小兒針治療器具

小兒針，是以針灸、指壓和按摩為基礎的一種綜合刺激療法。

人類的皮膚，有所謂「痛覺」、「溫冷覺」和「觸覺」三種感覺。刺激療法就是巧妙地利用和通過這三種感覺，給予神經一定的刺激，使身體產生反應。因此，小兒針是綜合針治療（痛覺）、灸治療（溫冷覺和指壓、按摩「觸覺」）三種刺激療法而成的。

針治療——用金屬製的針接觸皮膚，或刺入皮下組織，亢奮或抑制神經，調整身體的生理機能。同時，將針刺入皮膚或肌肉組織，還會激發身體內的自然治癒能力。因此針治療不但會治療疾病，還能預防疾病。

灸治療——在皮膚的上面燃燒艾絨，產生溫熱的刺激，改善身體的機能。而且在皮膚上燃燒時，會產生一種火傷毒素，它起的化學作用，能製造身體內各種各樣的免疫物質，滋生抵抗力，治療疾病，或者預防疾病。

指壓、按摩——在身體的一定部位壓、撫、捻，還有活動關節，以調整內臟和其他的機能，放鬆肌肉、靈活關節、增進健康，治理疾病的後遺症。

小兒針的治療方法，是與嬰孩、小兒的生理密切配合的，因此使用的治療器具，只要能產生輕微的刺激就可以了。成人針治療使用的器具，有所謂毫針（用以刺入，針身細軟）、三稜針（點刺放血用）等等。小兒針（小兒針刺使用的針），即有如下幾種：

（一）接觸針：稍微接觸皮膚的針。包括有牙籤針、彈簧式單入針、擺針、松葉針、集毛針、圓利針和提針等。

（二）摩擦針：摩擦皮膚的針。包括有杓針、輪針、達磨針、鉢針、車針和長刀針等。

（三）切皮針：點刺皮膚放血的針。包括有兔針、搔針和三稜針等。

（四）刺入針：與成人的針治療相同，刺入皮下的針。包括有毫針、皮內針（刺入皮內，固定留針的特殊針具）……等等。

灸治療使用的是艾，有艾炷和艾條，其中以艾炷灸最常用，是灸治療的主體部分。

小兒針的器具、刺入針、切皮針或者是灸治療，是需要一定的操作技術的，必須經過練習，否則會出危險。但本書介紹的，是一般家庭應用的小兒針，以不出危險為原則。因此從針灸醫師使用的器具之中，挑選出安全的，施用時沒有危險效果的器具；而使用的方法，只要稍微練習，無論誰也懂得使用的簡單方法。而且，小兒針作為家庭治療的急救治療，使用的器具是要在家裏容易找到的東

西。

由此可見，一般家庭應用的治療器具，必須具備有「安全、使用方法簡單、身邊有的、有效」的條件，因此，本書介紹的小兒針治療器具，就是利用香烟的火、牙籤、火柴棒、硬幣、牙刷和指甲鉗等等，代替針和艾，而且這種不用銀針和艾絨的針灸治療，具有與針灸治療相同的效果。

四、家庭用小兒針的使用方法

家庭用的小兒針，主要是牙籤、火柴棒、牙刷、指甲鉗、有鑄紋的硬幣和香烟的火等。下面，就把這些器具的使用方法和刺激方法逐一說明。

牙籤

持法：用拇指、食指和中指輕輕地捏着牙籤。牙籤的尖端稍微突出指尖，最好大約一至兩厘米左右，將牙籤稍微持於直立位置，操作時比較容易。

操作：將牙籤的尖端瞄準刺激的部位扎下去，接觸部位時，牙籤垂直，與刺激部位的表面成直角，輕輕地接觸皮膚扎刺。

如果牙籤的尖端太過鋒利，會刺傷嬰兒嫩薄的皮膚，因此應該先把尖端剪平，然後使用。不過，要根據情況和年齡而定，年齡越大，使用的牙籤要尖些。

刺激的種類：用強的刺激，以達「瀉」的刺激。（刺