

家庭小儿推拿



四川

96
:4.1
169
2

四川科学技术出版社

(川) 新登字 004 号

书 名 / 家庭保健推拿丛书
家庭小儿推拿
编著者 / 张芸之等

责任编辑·李迎军
封面设计·李 林
版面设计·翁一民
责任校对·代 林

出 版·发 行 四川科学技术出版社
成都盐道街三号 邮编 610012

经 销 新华书店重庆发行所

印 刷 成都字川印刷厂

版 次 1996 年 1 月成都第一版

1996 年 1 月第一次印刷

规 格 787×960 毫米 1/32

6.5 印张 130 千字 插页 2

印 数 1—5000 册

定 价 5.90 元

ISBN 7—5364—3160—0/R·690

目 录

第一章 小儿的特点..... (1)

一、小儿生长发育特点..... (1)

二、小儿疾病特点..... (1)

三、小儿解剖生理特点..... (2)

四、小儿诊法特点..... (4)

第二章 小儿推拿总论..... (7)

一、推拿对小儿疾病的治疗作用..... (7)

 (一) 调整小儿内脏功能 (7)

 (二) 促使小儿气血生成 (7)

 (三) 调节小儿脾胃功能 (7)

 (四) 解痉止痛 (8)

二、小儿推拿常用穴位..... (8)

三、熟练几种手法 (13)

 (一) 推法..... (13)

 (二) 揉法..... (14)

 (三) 摩法..... (15)

 (四) 掐法..... (15)

 (五) 捏法..... (16)

 (六) 拿法..... (17)

 (七) 运法..... (18)

四、小儿推拿的特点	(18)
(一) 穴位特点	(18)
(二) 小儿推拿的次数或时间	(18)
(三) 小儿推拿的手法强度	(19)
(四) 小儿推拿的适应症	(19)
(五) 小儿推拿的禁忌症	(19)
五、小儿推拿常用辅助物	(19)
(一) 葱汁	(20)
(二) 姜汁	(20)
(三) 韭汁	(20)
(四) 蒜汁	(20)
(五) 食盐	(20)
(六) 花椒	(20)
(七) 白酒	(21)
(八) 冷水	(21)
(九) 爽身粉	(21)
六、小儿推拿注意事项	(21)
第三章 小儿保健推拿	(22)
一、脾胃虚弱的保健推拿	(22)
(一) 概述	(22)
(二) 推拿的手法	(22)
二、预防感冒的保健推拿	(25)
(一) 概述	(25)
(二) 推拿的手法	(25)
三、宁心安神的保健推拿	(27)
(一) 概述	(27)
(二) 推拿的手法	(27)

四、增强视力的保健推拿	(30)
(一) 概述	(30)
(二) 推拿的手法	(30)
五、保健推拿须知	(34)
第四章 小儿常见病的推拿	(35)
一、发热	(35)
(一) 概述	(35)
(二) 各类型的症状和推拿手法	(36)
1. 风寒感冒的发热	(36)
2. 风热感冒的发热	(38)
3. 食积发热	(42)
4. 久病及阴虚发热	(45)
(三) 注意事项	(47)
二、感冒	(47)
(一) 概述	(47)
(二) 各类型的症状和推拿手法	(48)
1. 风寒感冒	(48)
2. 风热感冒	(51)
(三) 注意事项	(54)
(四) 民间疗法	(55)
三、咳嗽	(55)
(一) 概述	(55)
(二) 各类型的症状和推拿手法	(55)
1. 外感咳嗽	(55)
2. 内伤咳嗽	(62)
(三) 注意事项	(68)
四、哮喘	(69)
(一) 概述	(69)

(二) 各类型的症状和推拿手法	(69)
1. 寒喘	(69)
2. 热喘	(75)
五、流行性腮腺炎 (腮耳寒)	(79)
(一) 概述	(79)
(二) 症状表现和推拿手法	(80)
(三) 注意事项	(83)
(四) 民间疗法	(84)
六、惊风	(84)
(一) 概述	(84)
(二) 各类型的症状和推拿手法	(84)
1. 急惊风	(84)
2. 慢惊风	(90)
(三) 注意事项	(94)
(四) 民间疗法	(95)
七、流涎 (流口水)	(95)
(一) 概述	(95)
(二) 各类型的症状和推拿手法	(96)
1. 脾胃实热	(96)
2. 脾胃虚寒	(101)
(三) 注意事项	(104)
(四) 民间疗法	(104)
八、呕吐	(104)
(一) 概述	(104)
(二) 各类型的症状和推拿手法	(105)
1. 伤食呕吐	(105)
2. 胃热呕吐	(108)
3. 虚寒呕吐	(110)

(三) 注意事项	(113)
(四) 民间疗法	(113)
九、腹痛	(114)
(一) 概述	(114)
(二) 各类型的症状和推拿手法	(114)
1. 感受风寒的腹痛	(114)
2. 饮食过多的腹痛	(116)
3. 虫积腹痛	(119)
(三) 注意事项	(122)
(四) 民间疗法	(123)
十、腹泻 (消化不良)	(123)
(一) 概述	(123)
(二) 各类型的症状和推拿手法	(124)
1. 暑湿泻	(124)
2. 寒湿泻	(127)
3. 伤食泻	(130)
4. 脾虚泻	(133)
(三) 注意事项	(138)
(四) 民间疗法	(138)
十一、便秘 (大便干燥)	(139)
(一) 概述	(139)
(二) 各类型的症状和推拿手法	(139)
1. 实秘	(139)
2. 虚秘	(142)
(三) 注意事项	(145)
(四) 民间疗法	(146)
十二、厌食	(146)
(一) 概述	(146)

(二) 症状表现和推拿手法	(146)
(三) 注意事项	(150)
(四) 民间疗法	(150)
十三、疳积 (营养不良)	(151)
(一) 概述	(151)
(二) 各类型的症状和推拿手法	(151)
1. 积滞伤脾	(151)
2. 气血两虚	(154)
十四、夜啼	(159)
(一) 概述	(159)
(二) 各类型的症状和推拿手法	(160)
1. 脾虚夜啼	(160)
2. 心热夜啼	(163)
3. 惊吓夜啼	(166)
(三) 注意事项	(168)
(四) 民间疗法	(169)
十五、遗尿 (尿床)	(169)
(一) 概述	(169)
(二) 症状表现和推拿手法	(169)
(三) 注意事项	(173)
(四) 民间疗法	(173)
十六、小儿汗症	(174)
(一) 概述	(174)
(二) 各类型的症状和推拿手法	(174)
1. 自汗	(174)
2. 盗汗	(177)
十七、脱肛	(181)

(一) 概述	(181)
(二) 各类型的症状和推拿手法	(181)
1. 气虚脱肛	(181)
2. 湿热脱肛	(185)
(三) 注意事项	(188)
(四) 民间疗法	(188)
十八、近视	(189)
(一) 概述	(189)
(二) 症状表现和推拿手法	(189)
(三) 注意事项	(193)
十九、小儿肌性斜颈	(194)
(一) 概述	(194)
(二) 症状表现和推拿手法	(194)
(三) 注意事项	(197)

第一章 小儿的特点

一、小儿生长发育特点

小儿时期机体各器官的发育和生理功能都不成熟，在乳幼儿时期更为突出。如乳幼儿牙齿未长出来，或长出但不全，咀嚼乳食的功能极差，如哺养不当，则易停食，引起脾胃功能障碍，而致消化不良、吐泻等病。

另一方面，小儿机体虽然幼嫩，却具有蓬勃发育的生长能力，年龄越小，生长发育越快。

二、小儿疾病特点

小儿机体幼嫩，对疾病的抵抗力较差，加以自己不知道寒暖，饮食也不能自己调节，易受外界不良因素的侵扰及饮食所伤。且年龄越小，发病率越高。

小儿一旦患病，病情变化多迅速，例如患感冒，若治疗不及时，则可能很快发展成肺炎，出现高烧，

甚至抽搐，喘咳，唇青鼻煽等证。若抢救不当，可致呼吸衰竭，甚至死亡。所以，对小儿疾病，应治疗及时，注意变化，轻症可对其施以推拿之术，重症则应及时送医院治疗，不可耽误。

小儿疾病治疗得当，则易于康复。小儿充满活力，生机蓬勃，又无悲观失望等成人才具有的情绪影响，故比较轻的病可不用药而自愈，即使是重症，只要诊治及时，用药恰当，治愈的速度则比成人迅速，容易恢复健康。

三、小儿解剖生理特点

1. 循环系统

小儿心跳较成人为快，随着年龄的增大，心跳逐渐减慢，到14岁才接近成人的水平。血压与此相反，年龄越小，生理常值也越低。

年龄（岁）	脉搏（次/分）	呼吸（次/分）
<1	140~120	40
1~3	110	25
3~10	90	20
>10	逐渐接近成人	

2. 呼吸系统

小儿整个呼吸道，包括鼻腔、咽喉、气管、支

气管都比成人狭小，而且粘膜下血管和淋巴管都十分丰富，故发炎时粘膜容易充血肿胀，易使狭小的管腔阻塞。如小儿患感冒时，易发生鼻塞不通。患气管炎时，鼻煽、气促、口唇发紫等呼吸困难、缺氧症状特别明显。

小儿肺泡较少，肺的含气量少，而小儿生长代谢旺盛，氧需要量大，所以，每分钟呼吸次数比成人快。

3. 消化系统

①3~6个月婴儿唾液分泌由少到多，此时可出现生理性流涎。②新生儿及乳儿胃呈水平位，由食管到胃的括约肌（贲门）松弛，空气易进入胃内，故易溢乳及呕吐。③小儿各种消化酶的活力较低，消化道的运动功能也不稳定，如饮食不当，易造成消化不良。④小儿肠相对较长，肠系膜也较长，易发里肠套叠和扭转，直肠肌肉和肛门括约肌发育不良，易发生脱肛。⑤小儿肠壁的透性较高，消化不全产物和肠内毒素易于透过肠壁进入血液，容易引起中毒和过敏现象。

4. 神经系统

新生儿大脑皮层细胞分化不全，受到外界刺激后，易疲劳而进入抑制。因此，新生儿大部分时间处于睡眠状态中。乳幼儿大脑皮层下中枢的控制能力薄弱，熟睡时易惊跳。又因神经髓鞘形成不全，兴奋易于扩散。因此，乳幼儿高热时易发生抽搐。

5. 血液系统

新生儿的红细胞和血红蛋白的计数很高，以后

逐渐下降，3~4个月可能出现轻度生理性贫血。小儿的白细胞也较成人高，约 $(8\sim11)\times10^9/L$ ；嗜中性细胞低，约0.40，淋巴细胞高，约0.60。5岁以上，才逐渐接近成人水平。

四、小儿诊法特点

婴儿不会说话，小儿虽能说话，但不能全面正确地叙述病情。故对小儿疾病的诊断，父母可通过对孩子神色、面色、形态、指纹以及二便的观察来测知是否有病或其病变性质。

1. 望神色

首先，父母应仔细观察孩子的精神状态。若您的孩子精神饱满，目光有神，活泼，反应灵敏，则多属无病，或虽有病亦轻。若孩子精神萎靡，目光呆滞，表情淡漠，嗜睡或烦躁不安，则为病情较重。

2. 望面色

父母一般对孩子正常状态时的面色比较熟悉，若患病时，面色多有改变，可根据其变化判断病情。若面色为白色，多为寒证、虚证。面呈红色，多属热证。黄色，多属体虚或有湿。面呈青色，多属痛、寒、惊证。面色青晦，属寒、痛。紫多为惊风。

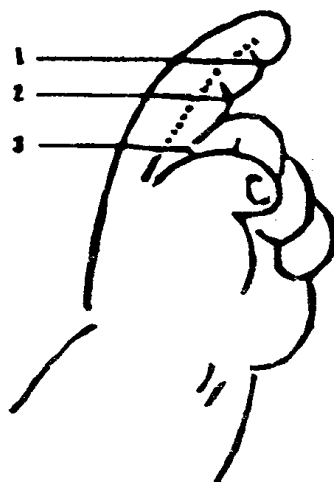
3. 望形态

若孩子翻滚哭叫或双手捧腹多为急性腹痛。若呼吸喘促，痰鸣哮吼多为哮喘。婴儿点头样呼吸伴口唇发紫，常属肺炎。颈项强直、四肢抽搐、两眼

上翻为惊风。头大颈细、毛发稀疏、肚大青筋、肌肉羸瘦多属疳积。眼眶凹陷、皮肤缺乏弹性、伴腹泻则为脱水之征。

4. 察指纹

中医学对小儿疾病有一种独特的诊断方法，察指纹。通过它一眼就能辨别小儿的健康状态。这种方法用于3岁以下的孩子。察指纹是观察孩子的手，虎口至食指内侧显露于皮下的静脉。分为风关、气关、命关三关（图1）。



1. 命关 2. 气关 3. 风关

图1

诊察时，应在光亮处，用手指轻轻从命关推向风关，以使指纹容易显露，便于观察。正常小儿的指纹呈淡红色。或红略兼青，隐约不显，不浮不沉。若指纹浮露为病在表，如感冒等证；如指纹深沉为病在里，如肺炎；指纹色红为寒证；色紫为热证；色

青多为惊风、疼痛；青紫为热毒深重的危证；色深为虚证；色深郁滞、推而不畅多为实证。

正常指纹只在风关以下能看见，若指纹现于风关，病情轻浅易治；纹现气关，病已深入，病情较重；纹现命关或直至指甲，病情多危重。

5. 察二便

若您的孩子大便硬结如羊粪状为实热伤津；若便稀夹有奶瓣、味酸臭为内伤乳食，泻下黄水，或腹泻如注、味臭，为湿热内滞；大便清稀、带泡沫，有粘液为外感风寒；泻下如桃花样脓血便为细菌性痢疾，大便果酱色伴婴儿阵发性哭闹，应警惕为肠套叠。

小便深黄短少属热，清白量多为寒，尿色浑黄伴皮肤发黄为黄疸，尿混浊如淘米水为疳证，尿红色或茶褐色多为血尿。

第二章 小儿推拿总论

一、推拿对小儿疾病的治疗作用

(一) 调整小儿内脏功能

推拿对小儿内脏功能有明显的调整作用。如肠蠕动亢进者(肠痉挛),在腹部和背部进行适当推拿,可使亢进者受到抑制而恢复正常。反之,对肠蠕动减退者,则可促进其蠕动恢复正常。

(二) 促使小儿气血生成

中医认为“脾为后天之本”,推拿是通过健脾胃,促进小儿气、血的生成,同时通过疏通经络,加强肝的疏泄功能来促进气机的调畅,这样又加强了气生血、行血、摄血的功能,促进或改善小儿生理循环,使小儿气血充盈而调畅。

(三) 调节小儿脾胃功能

推拿对脾胃的调节,主要是通过加强胃的功能、调畅气机而实现的。小儿推拿中常用摩腹来促进胃

的通降功能，或用推、揉、按等法对脾俞、胃俞、足三里穴进行治疗，以促进脾胃及全身气血的运行，达到增强脾运化功能的作用。

（四）解痉止痛

推拿是解除肌肉紧张、痉挛的有效方法，因为推拿不但可直接松弛肌肉，并能解除引起肌紧张的原因，推拿直接放松肌肉的原理有几个方面：①加强局部血液循环，使局部温度升高。②降低了小儿对疼痛的敏感性。③将紧张或痉挛的肌肉充分拉长，解除其痉挛，以消除疼痛。如小儿腓肠肌痉挛（脚转筋）时，可充分背屈小儿踝关节，然后自上而下用力推、扳、按揉腓肠肌的后侧，使肌肉松弛，达到舒筋活络、解痉止痛的目的。

二、小儿推拿常用穴位

在对您的孩子施行推拿治疗前，首先，请您耐心了解一下小儿常用的穴位（图2），但切不要看到那么多穴位名就紧张起来。因为，您大可不必记住这么多，在每种病的推拿治疗中，我们将详细指导您怎样运用各种方法进行推拿治疗。而且，我们认为，掌握穴位的位置固然重要，但不必太苛求。因为小儿身体很小，相对而言，母亲的手就显得较大，很容易按到穴位上。因此，部位大致准确就行了。关键在于对孩子的推拿过程中，母亲手的温暖和父母