



中国医学百科全书

推 拿 学
气 功 学



上海科学技术出版社

中国医学百科全书

中国医学百科全书编辑委员会

上海科学技术出版社

中国医学百科全书

㊟ 推拿学

丁季峰 主编

㊟ 气功学

林雅谷 主编

上海科学技术出版社出版、发行

(上海瑞金二路 450 号)

新华书店上海发行所经销 上海新华印刷厂印刷

开本 787×1092 1/16 印张 12.5 插页 1 字数 478,000

1992 年 9 月第 1 版 1992 年 12 月第 1 次印刷

印数 1—3,000

ISBN 7-5323-2937-2/R·891

定价: 9.00 元

(沪)新登字 108 号

《中国医学百科全书》编辑委员会

主任委员 钱信忠

副主任委员 黄家驷 季钟朴 郭子恒 吴阶平 涂通今 石美鑫 赵锡武

秘书长 陈海峰

副秘书长 施奠邦 冯 光 朱克文 戴自英

委员 (以姓氏笔划为序)

丁季峰	土登次仁	马飞海	王 懿(女)	王玉川	王世真	王用楫
王永贵	王光清	王叔咸	王季午	王冠良	王雪苔	王淑贞(女)
王鹏程	王德鉴	王翰章	毛文书(女)	毛守白	邓家栋	石茂年
石美鑫	卢惠霖	卢静轩	叶恭绍(女)	由 崑	史玉泉	白清云
邝贺龄	冯 光(女)	兰锡纯	司徒亮	毕 涉	吕炳奎	曲绵域
朱 潮	朱壬葆	朱克文	朱育惠	朱洪荫	朱既明	朱霖青
任应秋	刘世杰	刘育京	刘毓谷	米伯让	孙忠亮	孙瑞宗
苏德隆	杜念祖	杨医亚	杨国亮	杨树勤	杨铭鼎	杨藻宸
李 昆	李永春	李宝实	李经纬	李振志	李肇特	李聪甫
吴之理	吴执中	吴阶平	吴英恺	吴征鉴	吴绍青	吴咸中
吴贻谷	吴恒兴	吴蔚然	余 瀛	宋今丹	迟复元	张 祥
张世显	张立藩	张孝骞	张昌颖	张泽生	张学庸	张涤生
张源昌	陆如山	陈 信	陈中伟	陈明进	陈国桢	陈海峰
陈灏珠	林巧稚(女)	林克椿	林雅谷	郁知非	尚天裕	罗元恺
罗致诚	季钟朴	依沙克江	周金黄	周敏君(女)	郑麟蕃	孟继懋
赵炳南	赵锡武	荣独山	胡传揆	胡熙明	钟学礼	钟惠澜
侯宗濂	俞克忠	施奠邦	姜春华	洪子云	夏镇夷	顾学箕
顾绥岳	钱 惠	钱信忠	徐丰彦	凌惠扬	郭 迪	郭乃春
郭子恒	郭秉宽	郭泉清	郭振球	郭景元	唐由之	涂通今
诸福棠	陶桓乐	黄 量(女)	黄文东	黄耀桑	黄家驷	黄祯祥
黄绳武	曹钟梁	盖宝璜	梁植权	董 郡	董承琅	蒋豫图
韩 光	程之范	傅丰永	童尔昌	曾宪九	谢 荣	谢少文
裘法祖	蔡 荣	蔡 翹	蔡宏道	戴自英		

序

《中国医学百科全书》的出版是我国医学发展史上的一件大事，也是对全人类医学事业的重大贡献。六十年代初，毛泽东同志曾讲过：可在《医学卫生普及全书》的基础上编写一部中国医学百科全书。我们深感这是一项重大而艰巨的任务，因此积极进行筹备工作，收集研究各种有关医学百科全书的资料。但由于十年动乱，工作被迫中断。粉碎“四人帮”后，在党和政府的重视和支持下，医学百科全书的编写出版工作又重新开始。一九七八年四月，在北京正式召开筹备会议，拟订了编写出版方案和组织领导原则。同年十一月，在武汉举行了第一次编委会，落实了三十多个主编单位，全国医学界的著名专家、教授和中青骨干都参加了编写工作。

祖国医学发展史中，历代王朝就有学者编纂各类“集成”和“全书”的科学传统，但系统、全面地编写符合我国国情和医学科学发展史实的大型的医学百科全书还是第一次。这是时代的需要，人民的需要，是提高全民族科学文化水平，加速实现社会主义现代化建设的需要。从长远来看，这是发展我国医药卫生事业和医学科学的一项基本建设，也是建设社会主义精神文明的重要组成部分。因此，编写出版《中国医学百科全书》是我国医学界的一项重大历史使命。

我国既有源远流长的祖国医学，又有丰富多彩的现代医学。解放以来，在党的卫生方针指导下，还积累了群众性卫生工作

和保健强身的宝贵经验，涌现了许多中西医结合防治疾病的科研成果。在我们广大的医药卫生队伍中，有一大批具有真才实学，又善于写作的专家，他们都愿意为我国科学文化事业竭尽全力，把自己的经验总结出来，编写出具有我国特点的医学百科全书。

《中国医学百科全书》是一部专科性的医学参考工具书，主要读者对象是医药院校毕业及具有同等水平的医药卫生人员，但实际需要查阅这部全书的读者将远远超过这一范围。全书内容包括祖国医学、基础医学、临床医学、预防医学和特种医学等各个学科和专业，用条目形式撰写，以疾病防治为主体，全面而精确地概述中西医药科学的重要内容和最新成就。在编写上要求具有高度的思想性和科学性，文字叙述力求言简意明，浅出深入，主要介绍基本概念、重要事实、科学论据、技术要点和肯定结论，使读者便于检索，易于理解，少化时间，开卷得益。一般说来，条目内容比词典详尽，比教材深入，比专著精炼。

为适应各方面的需要，《中国医学百科全书》的编写出版工作准备分两步走：先按学科或专业撰写分卷单行本，然后在此基础上加以综合，按字顺编排出版合订本。这两种版本将长期并存。随着学科发展的日新月异，我们并将定期出版补新活页。由于涉及面广，工作量大，经验不足，缺点错误在所难免，希望读者批评指正。

钱信忠

1982年11月

中国医学百科全书

推 拿 学

主 编：丁季峰（上海中医学院）

副 主 编：曹仁发（上海中医学院）

郑风胡（上海中医学院）

编 委：（按姓氏笔画为序）

刘开运（湖南吉首卫生学校）

严隽陶（上海中医学院）

杨希贤（福建中医学院）

罗志瑜（上海中医学院）

金义成（上海中医学院）

金德康（上海中医学院）

赵善祥（上海中医学院）

俞大方（上海中医学院）

学术秘书：严隽陶（上海中医学院）

编写说明

- 一、《中国医学百科全书》是供医药院校毕业后有一定工作经验和同等水平的医药卫生人员查阅的参考工具书，用条目形式编写，按学科分卷出版。《推拿学》是所属分卷之一。
- 二、本分卷选收推拿学的条目 98 条、插图 87 幅。条目按推拿基本概念、穴位、手法、各类治疗方法及推拿常见病治疗的顺序排列。
- 三、本分卷总论性的条目按定义、源流、主要理论特点、主要手法、适应范围的次序编写；穴位条目按出处、位置、作用、适应范围的次序编写；手法条目按动作要领、练习方法、作用、适应范围、临床操作的次序编写；病种按病因病理、症状、检查、诊断、辨证分型、治疗的次序编写。
- 四、推拿学是一门治疗学科，因此，本分卷每一病种的病因病理、症状、检查、诊断、辨证分型仅作简要的概括叙述；推拿治疗方法则详细介绍，并根据国内应用情况，尽可能地将常用的、有效的治疗方法收列于内。
- 五、本分卷正文前面有与正文排列顺序一致的目录；书末附有中文索引，按笔画顺序排列。
- 六、本分卷某些条目及其内容，在审稿及定稿会上作过较大的变动，有些条目已删，有些条目合并后重新改写。经过合并改写的条目，为了反映原撰稿人的辛勤劳动，将他们的姓名列入有关条目的作者中，因此有的条目撰稿人达四人。
- 七、本分卷主编单位是上海中医学院。由 28 位作者撰写。四川成都体育学院孙和甫、北京宣武医院庞承泽、青岛医学院附院田常英还为本分卷提供材料，特此致谢。
- 八、由于本分卷编者对编写百科全书缺乏经验，虽经多次校改，在内容、体例、文字上仍不免有疏漏，甚至错误，恳望读者批评指正。

推拿学分卷编辑委员会

一九八五年十月

中国医学百科全书

推拿学

目 录

推拿学	1	原发性高血压病	28
小儿推拿	2	哮喘	28
推拿与穴位	2	胆囊炎	28
推拿特定穴位	3	胃脘痛	28
天门	8	胃下垂	29
五经	8	便秘	29
八卦	9	泄泻	29
阴阳	9	颈椎病	30
六筋	10	落枕	30
三关	10	漏肩风	31
六腑	10	急性腰扭伤	31
天河水	11	腰椎间盘突出症	31
膏摩	11	慢性腰痛	32
一指禅推拿	11	骨性关节炎	32
㨰法推拿	12	强直性脊柱炎	32
内功推拿	12	椎骨错缝	33
正骨推拿	12	骶髂关节扭伤(半脱位)	33
指压推拿	14	四肢部伤筋	34
小儿推拿复式操作法	14	四肢骨折后遗症	34
自我推拿	16	狭窄性腱鞘炎	35
腹诊推拿法	17	腱鞘囊肿	35
推拿手法	17	胸部迸伤	35
一指禅推法	20	转筋(腓肠肌痉挛)	35
㨰法	20	跟腱挛缩	36
擦法	21	风寒湿痹	36
推法	21	类风湿性关节炎	36
拿法	22	颞下颌关节紊乱	36
按法	22	口眼喎斜	36
摩法	23	偏瘫	37
揉法	23	周围神经麻痹	37
摇法	23	假性近视	38
扳法	24	乳蛾	38
捏脊法	25	喉喎	38
感冒	26	经闭	39
头痛	26	痛经	39
眩晕	26	乳痈	39
失眠	26	癰闭	40
昏厥	27	小儿发热	40
呃逆	27	小儿咳嗽	41
胸痹	27	肺风痰喘	41

顿咳·····	41	共同性斜视·····	45
小儿泄泻·····	41	小儿先天性肌性斜颈·····	45
小儿呕吐·····	42	脊髓灰质炎后遗症·····	45
疳积·····	43	小儿桡骨头半脱位·····	46
小儿蛔虫团肠梗阻·····	43	小儿脱肛·····	46
惊风·····	43	推拿练功·····	46
夏季热·····	44	小儿推拿歌赋·····	54
疳夏·····	44	古代推拿著作简介·····	55
夜啼·····	44	索引·····	60
遗尿·····	45		

推拿学

推拿学是阐述、研究推拿的临床应用及其治疗原理的一门中医学学科。推拿,是在人体体表上运用各种手法以及作某些特定的肢体活动来防治疾病的中医外治法,具有疏通经络,滑利关节,调整脏腑气血功能,增强人体抗病能力等作用。

推拿有“按摩”(《灵枢·九针论》)、“按跷”(《素问·异法方宜论》)、“乔摩”(《灵枢·病传》)之称。在其他古代文献中,又有“拈引、案抟”(《史记·扁鹊仓公列传》)、“矫摩”(《说苑》)等名称。民间还有“抻筋”等俗称。在明代张介宾《类经》注释和龚云林《小儿推拿秘旨》中,开始采用“推拿”这一名称。目前,在我国,有的地区称推拿,有的地区称按摩。

在祖国医学中,中医有着丰富的外治法。其中,外治法推拿,在长期的发展历史中,已形成了一门以中医理论为基础,有系统的独特治疗规律的学科。推拿学的基本理论是阴阳五行、气血津液、脏腑经络等学说。近年来,结合现代的人体解剖生理学,来诊察疾病,重视辨证和辨病的结合。治疗范围,有伤、内、外、妇、儿、眼等科的疾病。治疗的作用途径,主要是在人体体表的经络穴位上运用手法,通过经络内联外络,气血循行流注而产生局部及全身的作用。推拿手法是推拿治病的手段,掌握手法需要经过锻炼。我国推拿手法,比较丰富,技巧性强,有基本手法、复合手法及复式操作法。某些手法的应用要结合一定的工具,如棒击法使用桑枝棒,按揉法采用不入皮内的针具镊针、圆针。推拿手法还可与药物共用,称为“膏摩”,即把各种性能的药物制成膏,在手法操作时涂上膏,使手法和药物的功效相得益彰。推拿练功,是增强专业工作者的身体素质和手法功力的锻炼方法。目前,采用的推拿练功方法,主要有“易筋经”与“少林内功”。推拿练功的某些方法,尚可适合病人锻炼,有利于防治疾病。推拿临床所应用的穴位,除了十四经穴位和经外奇穴外,尚有推拿特定穴位(或穴区)。穴位的发现和发展,是和推拿、针灸等治疗方法密切相关的。由于推拿手法,不仅用按法、点法作用于一个点,而且用推法等手法作用于一条线,用摩法等手法作用于一个面。因此,专用于推拿手法操作的推拿特定穴位,有的是点,有的是线和面,有的是位于骨节高突处。如三关、六腑是线状穴位,五经(脾经、肝经、心经、肺经、肾经)、板门等穴是平面状穴位,耳后高骨等是位于骨突处的穴位。除经脉穴位之外,推拿也注重对皮部、经筋的应用。

中医推拿历史悠久。在远古时期,就有推拿医疗的活动。古人遇到损伤而发生疼痛时,本能地用手去抚摸痛处,感到疼痛减轻或消失,经过长期实践后,认识了抚摩的作用,成为自觉的医疗活动,以后逐步形成了推拿学科。在我国二千多年前,就有推拿医疗活动的记载。《周礼注疏》一书中说:“扁鹊治虢太子暴疾尸厥之病,使子明炊汤,子仪脉神,子术按摩”,描述了春秋战国时期,名医扁鹊运用针灸、推拿成功地抢救了尸厥病人。《史记·扁

鹊仓公列传》还记载了汉代淳于意以寒水推头治疗头痛、身热、烦懣等症。1973年长沙马王堆出土的西汉帛画《导引图》描绘44种导引姿式,其中有捶背、抚胸、按腰等动作,并注明了各种动作所防治的疾病。秦汉时期的医学名著《内经》中述有推拿的治疗范围及推拿工具。我国第一部推拿专著《黄帝岐伯按摩十卷》(已佚)也成书于秦汉。东汉名医张仲景在《金匮要略》中提到了膏摩的治疗方法。晋代《抱朴子·内篇》记载我国有《按摩经导引经十卷》一书(已佚)。隋代,有专门从事推拿医疗的按摩博士。唐代,设立了按摩专科,有按摩博士、按摩师、按摩工的等级,并开展有组织的教学活动。隋唐时期,盛行自我推拿(导引)和膏摩,如《诸病源候论》一书每卷末都附有养生方导引法。宋、金、元时期,推拿应用范围更为广泛,如宋代名医庞安时运用推拿方法催产。金元四大家之一张从正在《儒门事亲》一书中说:“……导引,按摩,凡解表者,皆汗法也”,提出推拿解表发汗的作用。宋代的《圣济总录》分析了单独手法操作的作用,其中说:“可按可摩,时兼而用,通谓之按摩;按之弗摩,摩之弗按,按止以手,摩或兼以药,曰按曰摩,适所用也。……世之论按摩,不知析而治之,乃合导引而解之。夫不知析而治之,固已疏矣,又合以导引,益见其不思也。大抵按摩法,每以开达抑遏为义,开达则壅蔽者以之发散,抑遏则慄悍者有所归宿。”明代的太医院把推拿列为十三科之一,小儿推拿更有发展,其专著有《小儿按摩经》、《小儿推拿方脉活婴秘旨全书》、《小儿推拿秘诀》等书。清代,推拿在民间广泛流传,发展了许多各具特色的推拿治疗方法。现存不少推拿专著如《小儿推拿广意》、《幼科推拿秘书》、《保赤推拿法》等,也都是这个时期的著作。新中国成立后,推拿有了较快的发展,不仅很多医疗机构设置了推拿科,而且开办了推拿专科医疗机构,有了培养推拿专业人才的医学院校,编著了专业教材《中医推拿学》、《推拿学》,推拿专业队伍不断扩大,国内和国际间的学术交流频繁。1979年7月,在上海举行第一次全国性的推拿学术经验交流会,有二十九个省、市、自治区及部队的一百零八位推拿工作者出席了会议,初步总结了新中国成立后推拿学术的成就。推拿的常见适应证颈、肩、腰、腿痛的疗效,不仅已经得到医学界的肯定,并且,也探索了推拿的治疗原理,使推拿治疗的目的性与预后更为明确。当前在中小学校中推广的眼保健操,是自我推拿防治近视眼方法的发展。以前曾认为推拿禁忌证的冠心病心绞痛,经过推拿医务工作者的临床摸索,已取得了效果。在推拿止痛的基础上,曾应用推拿作拔牙、扁桃体摘除、甲状腺切除和胃切除等手术的尝试,初步显示推拿麻醉临床应用的可能性。目前,在药源性疾病日益增多、药物毒副反应难以克服的情况下,作为物理疗法的推拿,引起了人们的重视。推拿的临床应用日益广泛。推拿研究,不仅要求揭示推拿后器官的生理、病理变化,而且要求深入到细胞分子水平。这方面的工作已经得到开展。

中医推拿学已形成许多学术思想、操作手法、治疗范围不同的治疗方法。“小儿推拿”是以小儿疾病为治疗范围,

并有独特的诊察手段、穴位及操作方法。“正骨推拿”是以骨伤疾病为治疗范围。“运动按摩”是以体育运动员为对象,帮助调整竞技状态,消除疲劳。“指压推拿”是以按、压、点、掐为主要手法治疗疾病,其中以背部脊柱穴位作为治疗部位的指压推拿,称“点脊法”;以胸部穴位作为治疗部位的指压推拿,称“胸部指压疗法”。“保健推拿”是以强身、保健、治病为目的。“一指禅推拿”是以一指禅推法为临床操作的主要手法,循经络、推穴位治疗疾病。“擦法推拿”是以擦法为临床操作的主要手法,并结合现代解剖生理学诊治疾病。“内功推拿”以擦法为临床操作的主要手法,有成套的操作常规,并结合少林内功锻炼防治疾病。此外,尚有几种称为“经穴按摩”的推拿治疗方法。其一,是有一套治疗内、外、伤科病症的基础手法,并根据不同的治疗范围变化手法,如进行阴阳辨证施术的“古代按摩八法”;治疗软组织损伤的“整形八法”;治疗骨伤后遗症的“运动八法”;治疗脱位的“治脱臼八法”;治疗肌肉损伤的“治筋八法”等。另一种是以点穴为主的治疗方法,所应用的穴位除十四经穴外,在临床实践中总结出55个经验穴,对头痛、项强、面神经麻痹、胸肋损伤、四肢关节软组织损伤等症有较好的效果。

(严隽陶 赵善祥)

小儿推拿

小儿推拿又称“小儿按摩”,是推拿在防治小儿疾病的临床实践中形成有独特体系的治疗方法。应用推拿疗法防治小儿病症,已有悠久的历史,早在二千多年前已有关于这方面的记载。如1973年长沙马王堆出土的西汉医帛《五十二病方》中有“以匕周摺婴儿癰所”的描述,即用勺匙的周边刮擦患儿病变部位的方法治疗疾病。在历代不少医学名著中也有很多小儿推拿方法的记载。晋《肘后备急方》治卒腹痛方法中介绍了“拈取其脊骨皮,深取痛行之,从龟尾至顶乃止,未愈更为之”的捏脊法。唐《千金要方》中有膏摩防治小儿疾病的方法,如“小儿虽无病,早起常以膏摩囟上及手足心,甚辟寒风”,又说:“小儿气盛有病,但下之无损,……若已下而余热不尽,当按方作龙胆汤稍稍服之,并摩赤膏”。唐《外台秘要》中载“小儿夜啼至明不安寐……亦以摩儿头及脊脊”。宋《苏沈良方》中有用掐法治疗脐风撮口等症。明清时期,由于推拿疗法在儿科中得到广泛应用已发展成为小儿推拿专科,并在理论、手法、操作方面独具特色,形成一种专门体系。这一时期的小儿推拿专著有三十几种,现在尚存十余种,《针灸大成·按摩经》(1601年)为其最早的小儿推拿著作,《小儿推拿方脉活婴秘旨全书》(1604年)为最早的小儿推拿单行本。

小儿推拿在中医诊治儿科疾病特点的基础上,又发展形成了自身的特色。除了在阐述病因病机时注意小儿生理特点,在运用四诊时重视望诊,在辨证中以五脏辨证为主外,小儿推拿的特色有这样几个方面:①在经穴方面提出五指经穴通联的观点。②有专用于推拿的特定穴位,这些穴位大多集中在头面和上部,且穴位不仅是点状,

也有线状和面状。如前臂的三关穴和六腑穴都是线状穴,而指面部的脾土、肺金、心火、肝木、肾水诸穴均为面状穴。特定穴位的点、线、面状和分布的特点,更能反映推拿以手法治病为主的特点。③诊断中发展了腹诊法,治疗上很重视归经施治和五行生克等基本法则。④在推拿手法方面,强调以轻柔着实为主,要求轻快柔和,平稳着实,适达病所,形成了“按摩掐揉推运搓摇”小儿推拿八法为主的一整套小儿推拿手法和复式操作法。⑤在临床操作中,一是强调先头面、次上肢、次胸腹、次腰背、次下肢的操作程序。二是强调手法的补泻作用。三是重视膏摩的应用和使用葱姜汁、滑石粉等介质进行推拿。这既保护娇嫩的皮肤不致擦破,又增强手法的治疗作用。其操作方法,不仅有将手法与穴位结合起来运用,如按百会、推脾经、摩腹、拿肩井、掐仆参等;还有多种复式操作法,如乌龙摆尾、赤凤摇头、黄蜂入洞、打马过天河等。小儿推拿的对象一般是指六岁以下的小儿,特别适用于三岁以下的婴幼儿。治疗范围比较广泛,如泄泻、呕吐、疳积、便秘、脱肛、发热、咳嗽、惊风、遗尿、肌性斜颈、斜视、小儿瘫痪等症。在临床实际应用中,小儿推拿有许多不同的风格,有的取穴少而操作次数多(以《实用小儿推拿》为代表);有的以复式操作法为主要治疗手段(以《小儿推拿疗法简编》为代表);有的以捏脊方法为主(以《捏脊疗法》为代表);也有以补脾土为主及以根据五行生克归经施治为主。这些各具特色的不同治疗风格,均在临床中取得明显的治疗效果。

(赵善祥 金义成)

推拿与穴位

穴位又称穴、腧、气穴、孔穴、穴道等,是脏腑经络气血输注之处,也是推拿手法作用之所。目前公认的十二经脉、任脉和督脉(十四经)的穴位有361个。不属于十四经范围而有明确位置和穴名的称为“经外奇穴”。一般说来,在上述穴位处,均可用某种推拿手法或某些推拿手法。此外,中医推拿在发展过程中,还逐渐形成了自成体系的“推拿特定穴位”。根据穴位的形状,又可以分为点状穴位、面状穴位和线状穴位。从文献记载来看,点状穴位的历史最为悠久,而面状穴位和线状穴位出现较晚。有的线状穴位是从点状穴位发展而来,如天河水。在面状穴位和线状穴位中,绝大多数为推拿特定穴位。在点状穴位中,既有推拿特定穴位,又有经穴、经外奇穴。《素问》和《灵枢》记载了在“背俞之脉”和“侠脊之脉”可用按法,但没有具体说明什么病症按摩那一个穴位。在现存的古代医学文献中,最早提到具体的穴位与推拿之间关系的是晋代葛洪所写的《肘后备急方》,它记载了在人中穴、龟尾穴和脐上三寸(建里穴)等处进行推拿,治疗卒中恶死和卒腹痛等症。其中,人中穴为督脉穴位,脐上三寸(建里穴)是任脉穴位,而龟尾穴可以算作是最早的推拿特定穴位。后来,由于推拿的不断发展,手法逐渐增多,除了按法和摩法以外,还增加了其它多种手法。按法有可能作用在一个点上,如指按法。而摩法,尤其是掌摩法,它必然

是作用在一个面上。擦法,则从一端到另一端,它作用在一条线上或一个条形的区域。由于手法的复杂和增多,以及在治疗某些病症时,因采用了在一些面上和线上进行推拿而取得了明显的疗效,并且这种疗效反复被临床所证实,这就使古代医学家认识到面状穴位和线状穴位的存在。而推拿特定穴位的发展,也促使了推拿手法的复杂多样。几乎在所有的经穴上都可以用推拿手法治疗,有些穴位禁用针刺,但是却可以用适当的推拿手法。有时以指代针,用手指按压掐揉穴位,可以起到与针刺穴位相似的效果,如在合谷穴用按法治疗头痛就是如此。

由于推拿手法多种多样,对穴位作用的方式比针刺或灸要复杂得多,因而,即使在同一穴位上应用推拿手法与应用针灸,两者所起的作用也就不一定相同。而对于某一个具体的穴位来说,推拿的作用又可以由于手法的刺激频率、持续时间、深浅度、刺激的方向和角度不同而有差异。推拿对穴位所起的作用,也可因手法操作者的功夫高低及技术优劣而不同。以下举例说明推拿这些穴位的作用。

百会 督脉穴位。在本穴用推法,能清脑明目。用摩顶立成膏(见膏摩条),膏摩百会等穴,能引散热毒,治疗头风肿痒、脑热生疮和目暗赤痛等症。

瞳子髎 足少阳胆经穴位。在本穴用按法,可以治疗惊风。

迎香 手阳明大肠经穴位。在本穴用按法,可以治疗惊风;用揉法或指擦法,可以治疗鼻炎。

颊车 足阳明胃经穴位。在本穴用按法,可以治疗惊风;用揉法,能治疗齿痛;用摩法,可以治疗口僻。

承浆 任脉穴位。在本穴用掐法,可以治疗惊风及口眼歪斜。

睛明 足太阳膀胱经穴位。在本穴以指揉法,为防治中小学生近视的一种方法。

下关 足阳明胃经穴位。指揉或指摩本穴,用以治疗颞下颌关节紊乱。

风池 足少阳胆经穴位。按揉风池或拿风池,可以祛风散寒,治疗感冒、头痛和鼻塞等症。

(耳)风门 即手少阳三焦经之耳门穴。用两大指跪按两风门穴,称之为“黄蜂入洞”,能通气,是温法及汗法,见于《厘正按摩要术》。

璇玑 任脉穴位。以两手自璇玑穴同时分别推至两侧,称为开璇玑,能治疗发热、气急、呕吐及泄泻等症。

膻中 任脉穴位。在本穴用揉法,能宽胸理气。本穴与背部足太阳膀胱经的风门穴相配伍,能祛肺之风寒邪热,可以治疗咳嗽和气喘等症。操作时,医者以一手揉膻中穴,另一手揉风门穴,两手同时动作,各揉其穴。

中脘 任脉穴位。以手掌揉摩本穴,可以温中散寒和帮助消化,用以消除胸闷积滞。

脐 又名“神阙”,任脉穴位。用手掌摩或揉脐,有调节肠胃和周身功能的效果,能益消化、助精神和通大便。本穴常与推拿特定穴位中的龟尾穴和七节骨穴相配伍,能止泻痢,并治疗腹胀和腹痛等症。

天枢 足阳明胃经穴位。在本穴用揉法,能化痰止咳;在本穴用推法,能通大便。

风门 足太阳膀胱经穴位。在本穴用揉法,以热为度,能治疗咳嗽等症。

肺俞 足太阳膀胱经穴位。在本穴用揉法,能化痰;用重揉法,可以治疗小儿惊风。

灵台 督脉穴位。在本穴用指压法,可以治疗上腹部疼痛。

肩井 足少阳胆经穴位。在本穴用按法或拿法,能发汗,可以止呕吐。两手柔和地交替拿两侧肩井穴,能使全身气血周流。

曲池 手阳明大肠经穴位。本穴与推拿特定穴位天河水等穴相配伍,能开胸退热。

劳宫 手厥阴心包经穴位。在本穴用揉法、掐法或运法,能开孔窍而发汗,治疗发热等症。

间使 手厥阴心包经穴位。在本穴用推法,并与外关穴相配伍时,能治疗转筋和吐泻等症。

阳溪 手阳明大肠经穴位。在本穴用推法,可以治疗小儿泄泻。

后溪 手太阳小肠经穴位。在本穴用推法,有利尿作用,《幼科铁镜》认为,推后溪穴的利尿作用,不比中药猪苓和泽泻的作用差。

太陵 手厥阴心包经穴位。在本穴用掐法,有催吐作用。

中冲 手厥阴心包经穴位。在本穴用掐法,并与推拿特定穴位心经穴相配伍,可以治疗急惊风。

三阴交 足太阴脾经穴位。在本穴用拿法,能疏通血脉。在本穴用指按法、指揉法或指摩法,可以治疗妇科疾病。

承山 足太阳膀胱经穴位。在本穴用拿法,能使小儿入睡,并能治疗腓肠肌痉挛。先在本穴用掐法,然后即用揉法,可以治疗小儿气喘,并能消痰积。

涌泉 足少阴肾经穴位。在本穴用擦法,有补肾作用;用揉法,能治吐泻。

仆参 足太阳膀胱经穴位。在本穴用推法和掐法,可以治疗小儿吼喘。

(金德康)

推拿特定穴位

中医推拿在发展过程中逐渐形成了一套自成体系的穴位,这些穴位在清朝以前的医学著作中有明确的记载,但不同于十四经穴和经外奇穴,在临床上主要应用于小儿推拿,称为推拿特定穴位。推拿特定穴位与十四经穴相比,有以下几方面的特点:①十二经和任脉、督脉的穴位都是“点”,而推拿特定穴位既有“点”,又有“线”和“面”。如三关穴是“线”状穴位,肺经穴是“面”状穴位。②前者的每条经脉各自有一定的走向,一条经上的许多穴位串连成线,如手太阴肺经的11个穴位是从胸至手联成一线的,而推拿特定穴位还没有象前者那样分经联线。③推拿特定穴位有不同于经络路线的内在联系。例如脾经

穴，位于拇指，脾气通于口，络联于大指，通背右筋、天枢穴、列缺穴和足三里穴。④在有些部位，阴阳面的区分两者不同。例如手掌与前臂掌侧为手三阴经通行之处，属阴面，手背与前臂背侧为手三阳经循行，为阳面。但在推拿特定穴位中，手掌与前臂掌侧为阳面，而手背与前臂背侧为阴面。对于这种阴阳面的区分，历史上曾有人提出异议，但这种别出一格的认识流传广泛，一直延续至今。

推拿特定穴位共有一百多个，上部穴位最多，约占全部推拿特定穴位的半数，而上肢的穴位，又较多地集中于手部。除上肢外，穴位较多处为头面部。躯干和下肢穴位较少(图1)。在一百多个穴位中，常用穴位将近三分之一。有少数穴位的位置、作用或主治尚不够清楚。

头面部穴位 头面部的推拿特定穴位有三十几个，其数目仅次于上肢，绝大多数是点状穴位，个别为线状穴位。分别介绍于下：

(颌)天门 又称“攒竹”，见“天门”条。

天庭 一般是指前额中央。作为推拿特定穴位的天庭有两个位置，一个位于两眉内端连线中点(眉心穴)略上方；另一个位于头面前正中线上，前发际处。《幼科推拿秘书》将天庭穴称为天门穴、三门穴，1932年出版的《增图考释推拿法》认为天庭穴即督脉的神庭穴。掐天庭，或由天庭分推至两侧颞部，是头面部常用的推拿方法之一。在头痛、头胀、头昏和额部不舒时，常用抹法，自天庭抹向两旁；也可在天庭穴用一指禅推法或揉法等。

颌天心 位于头面前正中线上，前发际(天庭穴)略下方。在古代文献中，颌天心穴与掌天心穴相混。掐颌天心动治内吊惊风。本穴还作望诊用，鼻梁上筋直插天心为惊风的征兆，见于《针灸大成·按摩经》。

大天心 又称上天心，位于额部，常用揉法，治疗口眼歪斜等。见于《小儿推拿广意》。

中庭 位于前额发际内，与任脉的中庭穴位置不同，见于《幼科推拿秘书》。

眉心 位于两眉内端联线的中点，常用掐法、推法、摩法和揉法。本穴与其它穴位配合使用，能治疗惊风。慢惊风的患者，若心间迷闷，掐住眉心良久，可以减轻症状。在眉心穴用较轻的指揉法或指摩法，对一部分失眠的患者有一定效果。

山根 位于鼻根部，眉心穴的下方，见于清·《保赤推拿法》，亦称“山根”。常用推法、掐法、揉法，主治惊风、抽搐。推拿头面部，依据一定的顺序进行，作为推拿成套顺序操作的方法之一。自山根推至印堂、额门三十六次，为手法发汗的方法之一。本穴也作望诊之处。若见山根色红，则是夜啼之症；色赤，乃心经受风；色赤黑，是吐泻之症；山根发紫，是伤乳食；如果见青色，则为惊风；假如山根出现青黑色，说明病情危重。

年寿 有三个不同的位置：①位于山根穴与准头穴之间，见《小儿推拿方脉活婴秘旨全书》，作望诊用。本穴如色黄则为吐泻，若眇白，是虚症。②位于印堂穴与山根穴之间，见《小儿推拿广意》。常用推法，能治鼻干。也作察

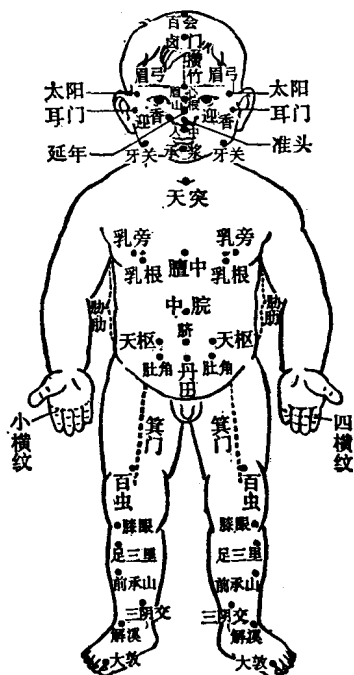
色验病之处：年寿微黄，则为正色；若色见深黄，为吐泻之症；假如患痢疾，则本穴出现黑色；如果该处平陷，那将夭折。③准头穴的别名，见《幼科推拿秘书》，治疗鼻干。

延年 位于鼻部，在山根穴与准头穴之间。常用掐法。见《幼科铁镜》。

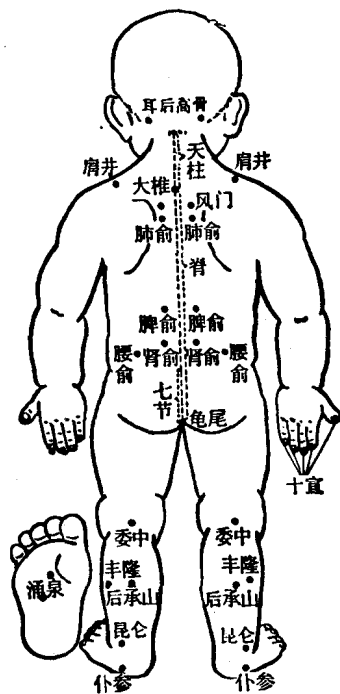
准头 有二个位置：①位于鼻尖，见《小儿推拿方脉活婴秘旨全书》。推拿本穴，可治疗大便不通。②年寿穴的别名，见《幼科推拿秘书》。掐准头穴，为头面部有次序的操作方法之一。

井灶 即两鼻孔。常用擦洗和摩洗之法。医者以左手托病者头后，用右手大指指腹蘸汤洗患者两鼻孔三十六次，称为“洗井灶”。本法能通脏腑之气，治寒热互作、鼻流清涕、昏迷不醒、急慢惊风及鼻息肉等。在隋朝的《诸病源候论》中就有了“以手捻鼻两孔，治鼻中患”的记载。

坎宫 有二个位置：①线状穴位，位于眶上缘眉毛处，见《小儿推拿广意》。常用分推法，医者以两大指自患者眉心穴分推至两眉外梢处，称为“推坎宫”，一般分推二十四次。《小儿推拿广意》将“推坎宫”作为头面部有次序操作的第一个步骤，外感内伤均可用之。春天和夏天以指蘸水推；秋冬蘸葱姜汁，和真麻油。②八卦之一，参见八卦穴。



正面穴位图



背面穴位图

图1

风池 又名“坎上”，见《针灸大成·按摩经》。位于目上胞，即眼的上睑缘与眶上缘所围成的一个区域。本穴与气池穴为成对的穴位，可作望诊用。若风池与气池为黄色，乃是吐逆之症；假如色见黄青，则为风；如果色红，患者即为惊啼烦躁。

气池 又名“坎下”，见《针灸大成·按摩经》。位于目下胞，即眼的下睑缘与眶下缘所围成的一个区域。本穴与目上胞的风池穴为成对的穴位。

三阴 见《幼科推拿秘书》，位于右眼胞，即右眼的上睑缘与眶上缘及下睑缘与眶下缘所围成的区域，与左侧的三阳穴为一对穴位，同作望诊之用。若三阴穴与三阳穴处虚肿，则心有痰。

三阳 见《幼科推拿秘书》，位于左眼胞，即左眼的上睑缘与眶上缘及下睑缘与眶下缘所围成的区域。本穴与其他穴位同用，可以治疗因寒而引起的小儿夜啼。

耳背高骨 又名“耳后高骨”，位于耳后颞骨乳突处，见《小儿推拿广意》。常用运法、掐法和揉法，能治风热之症。“运耳背高骨”，是常用的推拿方法。《小儿推拿广意》认为，在头面部推拿时，应先推坎宫穴，次推攒竹穴，再运太阳穴，继而运耳背高骨穴。“揉耳背高骨穴”，可作为治疗早期面瘫的方法之一，应用时，须与轻擦患侧面部的的方法配合使用。

太阴 见阴阳穴。

龙角 又名“文台”，位于左鬓发处，与虎角穴为一对穴位，见《幼科推拿秘书》。

虎角 又名“武台”，位于右鬓发处，与龙角穴为一对穴位，见《幼科推拿秘书》。

两颞 位于太阳穴的上方，见《幼科推拿秘书》。

牙关 位于颞下颌关节处。古代常用拿法和按法，治疗口紧不开；用揉牙关穴的方法治疗齿痛。目前临床上在本穴用摩法、揉法或一指禅推法，治疗由于翼外肌功能亢进、翼外肌痉挛和咀嚼肌群痉挛而引起的颞下颌关节紊乱。

两颞 即腮，见《幼科推拿秘书》，作为望诊之处。若两颞见赤色，乃肺家客热。

左颊右颞 位于颞骨外侧，见《幼科推拿秘书》。

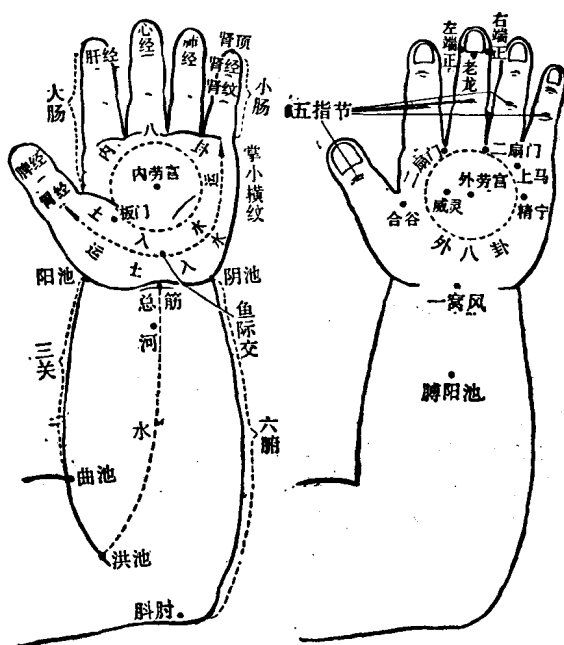
食仓 位于两颞下，即腮下，见《幼科推拿秘书》。

颞角 即左侧的太阳穴和右侧的太阴穴之合称，见《幼科推拿秘书》。

有些头面部的穴位，由于其位置不够明确而未被列入。推拿头面部穴位时，有时根据病情，按照一定的次序进行。有两种按照次序进行的头面部推拿方法影响较大。一是清·《小儿推拿广意》（1676年），头面部的推拿次序是：一推坎宫，二推攒竹，三运太阳，四运耳背高骨，五掐承浆，六掐两颊车，七掐两听会，八掐两太阳，九掐眉心，十掐人中。二是清·《幼科铁镜》（1695年），认为应该按照以下次序进行：开天门，分阴阳，揉太阴、太阳、掐天庭、眉心、山根、准头、人中、承浆。

上肢部穴位 上肢的推拿特定穴位最多，约占全部推拿特定穴位的半数，而其中的大部分穴位又集中于手部

（图2）。在上肢穴位中，既有点状穴位，又有面状穴位和线状穴位。以五脏六腑的名称命名的手部穴位，由于各家的看法不同，因而一个穴位有好几个不同的位置，而在同一个位置上又有好几个不同的名称，很不一致，但目前公认的通用位置却比较一致。分别介绍于下：



上肢穴位图(正面)

上肢穴位图(背面)

图2

大肠 有四个不同的位置：①男性位于食指中段指骨的腹面，女性位于食指远端指骨的腹面，见《针灸大成·按摩经》。②位于食指远端指骨的腹面，见《小儿推拿方脉活婴秘旨全书》。③位于食指近端指骨的腹面，见《小儿推拿广意》。④位于食指拇侧边缘一线，也称“大肠侧”、“大肠筋”，见《幼科推拿秘书》，此处为目前临床上的通用位置。常用推法，也用掐法、抹法、揉法。能止泻痢，退肝胆之火，主治泄泻、痢疾和腹胀等症。本穴与脾土穴相配伍，治泄泻；与三关、阴阳、八卦、四横纹和龟尾等穴相配伍，治疗赤白痢；与脾土、八卦等穴相配伍，能消食。

小肠 有四个不同的位置：①男性位于食指近端指骨的腹面，女性位于食指中段指骨的腹面，见《针灸大成·按摩经》。②位于中指近端指骨的腹面，见《小儿推拿广意》。③位于食指中段指骨的腹面，见《幼科铁镜》。④位于小指尺侧边缘一线，见《幼科推拿秘书》。目前在临床上，以小指尺侧边缘一线作为小肠穴者居多。常用推法，治疗腹泻。《小儿推拿广意》认为，小肠与三关、脾土、大肠、三焦、八卦和总筋等穴位配伍，能治疗疳热。

胃 有两个位置：①位于拇指近端指骨的腹面，见《小儿推拿广意》。常用推法，能止吐、止泻。②位于拇指近端指骨的桡侧边。

胆 位于拇指近端指骨的腹面，见《小儿推拿方脉活婴秘旨全书》。据《小儿推拿广意》记载，本穴与三关、六腑、

心经和阴阳等穴相配伍,治疗夜啼。

(手)膀胱 有二个位置:①位于小指中段指骨的腹面,见《小儿推拿方脉活婴秘旨全书》。②位于小指近端指骨的腹面,见《小儿推拿广意》。

胞络 又称“心胞”、“包络”,位于无名指近端指骨的腹面,见《幼科推拿秘书》。

三焦 有四个不同的位置:①位于总筋穴与天河水穴之间,见《小儿推拿方脉活婴秘旨全书》。②位于无名指中段指骨的腹面,见《小儿推拿广意》。③位于中指中段指骨的腹面,见《幼科铁镜》。④位于中指近端指骨的腹面,见《推拿仙术》。常用推法、揉法,治疗心气冷痛等症。

命门 在手部有四个不同的位置:①位于小指近端指骨的腹面,见《针灸大成·按摩经》。②位于小指中段指骨的腹面,见《针灸大成·按摩经》及《幼科铁镜》。③位于拇指远端指节的桡侧缘,见《小儿推拿方脉活婴秘旨全书》。④位于中指近端指骨的腹面,见《万育仙书》。

掌天心 位于掌心正中,常用运法,治疗惊风及口眼歪斜等,见《小儿推拿方脉活婴秘旨全书》。

小天心 位于手掌根部,大陵穴的远心端五分处,见《针灸大成·按摩经》。常用掐法和揉法,治疗惊风、小便少、小便黄赤和小便不通等。

大横纹 见《针灸大成·按摩经》。《幼科推拿秘书》认为,大横纹即腕部掌侧横纹。大横纹与肾经,小横纹和六腑穴相配伍,治疗小便赤涩,见《小儿推拿方脉活婴秘旨全书》。

气关 位于食指中段指骨的腹面,常用揉法,能行气通窍。

腹门 又称“板门”、“版门”,有二个不同的位置:①位于手掌大鱼际处,大指节之五分,在本穴用揉法,可以治疗气促、气攻、气痛及腹胀等症。在本穴用重揉法,能促进食欲。自腹门穴推向横纹穴,主吐;从横纹穴推向腹门穴,主泻。见《小儿推拿方脉活婴秘旨全书》和《保赤推拿法》。而《幼科推拿秘书》认为,本穴属胃脘。自腹门穴直推到横纹穴,止吐;从横纹穴转推到腹门穴,止泻。②位于掌面腕横纹的远心端,大鱼际与小鱼际之间。自腹门推向横门,再用掐法,能止泻,并可催吐。自横门推向腹门,再用掐法,为泻法,能止呕吐。在本穴用揉法,也能治疗气促、气攻、气痛及腹胀等症,见《针灸大成·按摩经》。

五经纹 一手有五个穴位,分别位于手掌面的第一掌指关节处横纹及食指、中指、无名指和小指近端指间关节横纹处。常用搓法,能动脏腑之气,去风。治疗五脏六腑气不和,肚响腹胀,四肢抽掣和寒热往来等。见《针灸大成·按摩经》。

小横纹 关于本穴的位置,有二种不同的说法:①位于手掌,小指与第五掌骨交界处横纹,见《针灸大成·按摩经》,常用掐法和推法。本穴与肾经穴和六腑穴相配伍,可以治疗大便不通、小便赤涩和腹胀等症。②一手有四个穴位,分别位于食指、中指、无名指及小指的掌指关节掌侧横纹处。掐本穴,能退热除烦,治疗口唇破烂等症。

四横纹 一手有四个穴位,分别位于手掌面的食指、中

指、无名指及小指的掌指关节处横纹,见《针灸大成·按摩经》。常用推法,也用擦法、掐法和搓法,能和气血、止腹痛及退热除烦,治疗不思饮食、手足常掣、肠胃湿热、眼目翻白、喘急腹痛、口眼歪斜和嘴唇破烂等症。《厘正按摩要术》认为,四横纹分别位于食指、中指、无名指和小指的近端指间关节掌侧横纹处,而将掌指关节处横纹称为小横纹。

一扇门 位于手背第三掌骨小头的桡侧,常用掐法、揉法,能退热发汗。用手指按揉本穴,对于某些失枕患者,有一定的治疗效果。

二扇门 关于本穴的位置,有三种不同的说法:①位于手背第三掌骨小头的尺侧,见《针灸大成·按摩经》。②一手有二个穴位,位于手背第三掌骨小头的两旁,见《厘正按摩要术》等著作。③位于手背第四掌骨小头与第五掌骨小头之间,见《幼科推拿秘书》。常用揉法、掐法,能发汗退热。壮热汗多者,用揉法。本穴也可治疗急惊、口眼歪斜等症。

二人上马 对于本穴有二种不同的说法:①位于手背第四掌骨与第五掌骨之间,常用掐法,能补肾、清神、顺气,见《针灸大成·按摩经》。②二人上马穴又名“上马穴”,“二人”是指医者用以操作的大指及食指,“上马”是指医者分别用大指和食指以按法作用于二个穴位所形成的姿势,这二个穴位分别位于手掌面第五掌指关节处横纹和第五掌骨底处。如果用掐法,可以起到清补肾水的作用,治疗小肠诸气等症,见《幼科推拿秘书》。

外劳宫 又称“外劳”,见《针灸大成·按摩经》。位于手背,正对掌心劳宫穴处,常用掐法、拿法和揉法,能和解脏腑寒风热气,治疗头痛、腹胀、腹痛、泄泻、惊风及潮热等症。

五指节 见《针灸大成·按摩经》,一手有五个穴位,分别位于第一掌指关节背面及食指、中指、无名指和小指近端指间关节背面横纹处。常用掐法、揉法、捻法,能祛风化痰、苏醒人事,通关膈闭塞。依次在五指节用揉法,其功效相当于祛风的中药苍术,见《幼科铁镜》。

甘戟 位于第一掌骨背面,用掐法,能拯危症,见《小儿推拿方脉活婴秘旨全书》。

靠山 位于第一掌骨底的背侧,常用掐法,治疗疟疾和痰壅等病症,见《小儿推拿方脉活婴秘旨全书》。《小儿推拿广意》认为,靠山穴即合谷穴。

外八卦 位于手掌背面,与内八卦相对,常用运法,见《针灸大成·按摩经》。运外八卦,能通周身气血,开脏腑秘结。《小儿推拿广意》认为本穴性凉。

精宁 关于本穴,有三种说法:①男性位于左腕背横纹的桡侧端,女性位于右腕背横纹的尺侧端,见《针灸大成·按摩经》。用掐法,能治疗气吼痰喘、干呕痞积及小肠诸风。②位于手背第二掌指关节处。用掐法,能治风哮,消痰食痞积,见《小儿推拿广意》。③位于手背外劳宫穴的尺侧。揉掐此穴,可治疗气吼、干呕、痞积及噎逆,见《秘传推拿妙诀》。目前,精宁穴与精英穴已互相混淆。

精英 关于本穴,有几种说法:①位于手背第四掌骨与

第五掌骨之间,距掌指关节半寸处,见《小儿推拿方脉活婴秘旨全书》。用掐法,治疗痰壅、气喘、气攻和口歪等症。②位于肘部,见《小儿推拿广意》。用掐法,治疗气喘及口眼歪斜等症。③位于掌面腕部尺侧端,见《幼科铁镜》。④位于外劳宫穴的尺侧,见《幼科推拿秘书》。

威灵 关于本穴,有几种说法:①男性位于左腕背横纹的尺侧端,女性位于右腕背横纹的桡侧端。一般用掐法,在治疗急惊暴死的患者时,如果医者掐之,患者发出声音者可治,若掐之无声者难治,见《针灸大成·按摩经》。②位于手背,第二掌骨基底部的桡侧,见《小儿推拿方脉活婴秘旨全书》。③位于外劳宫穴的桡侧,见《秘传推拿妙诀》。④位于掌面腕部桡侧端,见《幼科铁镜》。目前威灵穴已与威宁穴相混淆。

威宁 位于手背第四掌指关节处,见《小儿推拿广意》。用掐法和揉法,急惊卒死者用之。

虎口 ①即合谷穴,见《甲乙经》。②位于大指与食指交叉处,见《幼科推拿秘书》。用揉法,自八卦穴之乾宫,经过坎宫、艮宫至虎口穴,能去食积。

皮罢 又名“肝记”,位于大指端。用拿法,能清神;用掐法,治吼喘;对于昏迷不醒者,也在本穴用掐法,可能使之苏醒,见《厘正按摩要术》及《秘传推拿妙诀》。

母膝 位于大指甲后一分处,用掐法,止吐血,见《小儿推拿广意》。

左端正 位于中指远端指骨的桡侧边,用掐法,能止泄泻,也治斜视,见《小儿推拿广意》。

右端正 位于中指远端指骨的尺侧边,见《小儿推拿广意》。用掐法,能止吐,也治斜视。用捏法,治疗鼻出血。

水底 位于小指及第五掌骨的尺侧边,见《幼科推拿秘书》。

老龙 有几个位置:①位于中指端,见《幼科铁镜》。②位于中指背面,指甲床的近心端,见《保赤推拿法》。③位于无名指端,见《厘正按摩要术》。用掐法,治疗惊风。

十王 两手十指十个穴位的总称,有二个不同的位置:①每一个手指有一个穴位,位于手指的指尖。②每一个手指有一个穴位,位于手指甲的侧面。用掐法,能退热,见《厘正按摩要术》。

一窝风 位于腕背横纹正中,见《针灸大成·按摩经》。用掐法,治疗腹痛、头痛和急慢惊风,并能发汗去风热。治疗腹痛时,本穴与肚角穴相配伍。本穴与四横纹穴和脐相配伍时,可以治疗寒疝痛啼。

鱼脊 位于腕部掌面的桡侧端,腕部阳池穴之旁,见《幼科推拿秘书》。

浮心 位于腕部掌侧大横纹的桡侧边,见《幼科推拿秘书》。

横门 有点状穴位和线状穴位之分。①点状穴位:位于掌侧腕横纹中点的近心端,见《针灸大成·按摩经》。②线状穴位:即掌侧腕横纹,见《保赤推拿法》。自横门穴推向腧门穴,止呕吐;自腧门穴推向横门穴,止泻。自横门穴刮到中指尖,并掐之,催吐。掐横门穴,治疗喉中痰响。《幼科推拿秘书》将掌侧腕横纹称之为横纹穴,并认为自

横纹穴直推至腧门穴,止泻;而自腧门穴推至横纹穴,则止吐。

螺蛳 一手有二穴,位于腕部两侧骨突起处,即尺骨和桡骨茎突处。以两手撮螺蛳上皮,称为猿猴摘果,可消食。见《针灸大成·按摩经》。

交骨 一手有二穴,位于腕部桡侧缘与尺侧缘,腕部阴池穴和阳池穴的两旁。用拿法、按法,治急慢惊风。见《厘正按摩要术》。

(腕)阳池 位于腕背横纹正中,见《针灸大成·按摩经》。用掐法、揉法,能清补肾水,止头痛,发汗。本穴的位置与手少阳三焦经的阳池穴相近,但作用不同。

(臂)阳池 位于前臂伸侧,离掌根三寸处,见《小儿推拿方脉活婴秘旨全书》。常用掐法、揉法,治疗风痰、头痛及二便闭塞或小便赤黄。

肘肘 也名“斗肘”,位于肘部尺骨鹰嘴处,见《针灸大成·按摩经》。常用揉法、掐法和摇法,能顺气生血。

走马 位于上臂掌侧中段,见《小儿推拿广意》。以五指按之,能发汗。

琵琶 位于锁骨外端,用按法,能壮热清神,见《小儿推拿广意》。

洪池 ①位于前臂近心端,能清热,见《幼科铁镜》。②手阳明大肠经曲池穴的别称,见《幼科推拿秘书》。

《小儿推拿广意》认为,推拿上肢穴位,可以根据病情按照下列次序进行:①推指三关穴。②推手指的五经穴。③揉五指尖。④运掌心八卦穴。⑤在腕部阴阳穴用分法。⑥视患者是寒症还是热症而用不同的方法推三关穴和六腑穴。⑦视患者是寒症还是热症而选用黄蜂入洞、苍龙摆尾、二龙戏珠、赤凤摇头、猿猴摘果、凤凰展翅、飞经走气、按弦搓摩、水里捞明月,打马过天河等十大手法。⑧运肘肘。

胸腹部穴位

心演 约位于胸骨剑突处,一般用推法,与其它穴位相配伍,能治疗慢惊风,见《针灸大成·按摩经》。

奶旁 又名“乳旁”、“孺旁”,位于两乳外侧,见《小儿推拿广意》。常用拿法、按法,能止咳、止吐、祛风。

虚里 位于左乳下三寸,见《厘正按摩要术》。

肚角 见《小儿推拿广意》。位于脐下两旁,能止泻、止腹痛,常用拿法、掐法和按法。本穴与一窝风穴相配伍,能治疗腹痛;与小横纹穴相配伍,可治疗便秘;与三关、心经、肾水、左端正、大肠、外劳宫、阴阳、八卦、脐和龟尾等穴相配伍,治疗泄泻。对于某些腹部胀满不舒的患者,在两肚角穴用拿法,有一定的效果。

阙门 位于腹正中线,脐上1寸5分处,有通上下之气的作用。

肾囊 即阴囊,见《幼科推拿秘书》。

项背部穴位

桥弓 线状穴位,位于颞骨乳突下方至锁骨上窝缺盆穴一线。用拇指自上而下作推法,有平肝熄风、清脑明目、宁心安神及益气 and 血等作用。

天柱 见《幼科推拿秘书》。位于项部正中线,自枕骨