



轻轻一扫，跟着专家学捏脊

全国小儿推拿疗法七大流派之一

祖传四代，传承至今180余年，惠及京城万千儿童的捏脊疗法

冯氏 小儿捏脊

FENG SHI XIAOER NIEJI

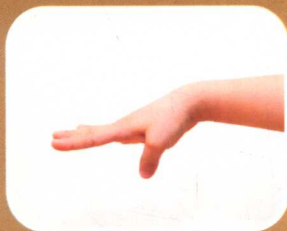


首都国医名师

中医儿科冯氏捏积代表性传承人

首都医科大学附属北京中医医院儿科主任医师

余继林◎编著



北京出版集团公司
北京出版社

冯氏小儿捏脊

FENG SHI XIAOER NIEJI

余继林 © 编著

北京出版集团公司
北京出版社

图书在版编目(CIP)数据

冯氏小儿捏脊 / 余继林编著. — 北京 : 北京出版社, 2017. 9

ISBN 978-7-200-13011-9

I. ①冯… II. ①余… III. ①小儿疾病—捏脊疗法
IV. ①R244.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2017)第 109172 号

冯氏小儿捏脊

FENG SHI XIAOER NIEJI

余继林 编著

*

北京出版集团公司 出版
北京出版社

(北京北三环中路6号)

邮政编码: 100120

网 址 : www.bph.com.cn

北京出版集团公司总发行

新华书店经销

北京市雅迪彩色印刷有限公司印刷

*

787毫米×1092毫米 16开本 8印张 140千字

2017年9月第1版 2017年9月第1次印刷

ISBN 978-7-200-13011-9

定价: 38.00元

如有印装质量问题, 由本社负责调换

质量监督电话: 010-58572393

责任编辑电话: 010-58572413

传承捏脊疗法

惠泽儿童健康

何鲁麓

二〇一六年十月



創馮氏捏脊仁濟
千家萬戶傳祖傳
秘技福澤四海五
洲

馮氏小兒捏脊出版致賀

丙申年冬日 余靖



“冯氏捏积”是我家祖传医术。据先辈人讲，传到我父亲冯泉福这辈至少已有四代了。最早我家并不以此为业，偶有亲朋好友介绍过来的患儿就随时治疗，也不收费。由于“捏积”疗效显著，简单易行，前来求医者日益增多，于是从20世纪20—30年代起，我祖父和父亲便正式挂牌行医。

新中国成立后，人民生活安定，求医者渐多，我家的名声也越来越大，并引起了中国医学科学院儿科研究所的重视。他们专门派了两位科研人员到我家实地调研了两个多月，对患儿治疗前后的身体情况进行检验对比，结果充分肯定了“冯氏捏积”的疗效。打那以后，来我家看病的患儿骤增，我的两位叔父及其他家庭成员也先后参加到“捏积”工作中来，自此逐渐形成了从制药到治病的家族事业。20世纪50年代初，每逢夏秋之交都是“捏积”高峰，前来就医的患儿多达上千人，门前排队候医的队伍要沿着胡同拐两三个弯，从清晨5时开始，到下午1时才能看完。那时几乎是全家出动，就连我这个尚在读书的学生也要在假期帮助维持排队的秩序和参与事后的街道清扫工作。

党的中医政策好，国家对“冯氏捏积”给予了高度重视。我父亲曾在多种场合举办过“冯氏捏积”讲座，并于1956年被北京中医医院聘请到医院工作。我的两位叔父、一位堂姐也被北京二龙路医院聘为儿科医生。我家也随即将祖传的“消积散”“化痞膏”的秘方和制作方法，“捏积”的技法以及制作膏药未用完的珍贵药材——麝香一并无偿献给了国家。此后，我父亲在所在单位领导和同事的帮助下，陆续整理编写了有关“冯氏捏积”的技术资料，并开办了“冯氏捏

积”学习班，还配合儿科同事做了大量的科研工作，这使得“冯氏捏积”的学术地位有了极大提高，使这一疗法得到了空前的普及。

余继林大夫是一位认真负责的有心人。他自1983年开始担负起我父亲的学术传承工作，从一位中医内行的角度来审视和理解“冯氏捏积”，并对其加以阐述、补充和提高。早在1985年，他就编著了《冯氏捏积疗法》一书，此书经我父亲审阅后出版发行，将“冯氏捏积”介绍到了全国。在我父亲辞世后，余大夫并没有停止“冯氏捏积”的传承工作，而是怀着更加坚定的信念努力做好这项工作。他在长达30多年的时间内进行了著书立说、录像存珍、办班普及、电视直播、电台讲座、基层推广、社区传授等多形式、多层面、多地区的学术交流和疗法推广工作，此外，在本单位至今还承担着已坚持长达11年的国际学习班的授课任务。为了落实中医药适宜技术在基层的推广，2016年，余大夫应国家卫计委、国家中医药管理局等单位的聘请多次参加“冯氏捏积”疗法的全国学术会、培训班及中医儿科紧缺人才高级研修班的授课工作。这些扎实而又富有成效的工作不仅提高了“冯氏捏积”的学术地位，而且扩大了其在国内外的影响。余大夫是我父亲当之无愧的学术继承人和杰出弟子。最近他又不顾年事已高，不辞劳苦地到处奔走，倾注了很多心血，充实了大量资料，写就了他的新作《冯氏小儿捏脊》，我期待着这一新作的出版发行，相信它会进一步推动“冯氏捏积”的普及和推广，更好地服务于人民。

冯振家

2016年10月

(注：冯振家系冯泉福之子，教育部退休干部)

自序

中医学，博大精深，是中华民族5000年来文明和智慧的结晶。中医儿科学又是中医学的重要组成部分，它荟萃了中华民族几千年来对小儿养育和疾病防治的丰富经验，其中小儿推拿又是中医儿科的一大特色治疗手段。当前，随着人民生活水平的提高，人们对小儿养育和疾病防治的理念、要求都发生了巨大变化，“外治手段”“绿色治疗”已成为家长们的普遍要求。从以往有病吃药的观念，逐步过渡到今天的无病强身、预防为主，这是一种社会进步，是人民健康意识不断增强的体现。非药物疗法已经受到越来越多家长的重视和欢迎。

捏脊疗法又称捏积疗法，是中医推拿疗法在儿科的具体运用，是小儿推拿疗法的重要组成部分，也是深受群众欢迎的一种外治疗法。在北京，捏脊疗法，几乎家喻户晓。而祖传四代、历经150多年，传承至今已逾180多年的“冯氏捏积”又紧紧地和冯氏医家联系在一起，群众亲切地把冯氏医家称作“捏积冯”。

冯氏小儿捏脊疗法具有以下特点和优势：其一，它具有强身保健和治疗疾病的双重作用。其二，它以外治手法为主要手段，配合冯氏口服消积散和冯氏外敷化痞膏，三位一体，疗效明显。其三，它的适应证十分广泛，且多为常见病，深受家长欢迎。其四，它的操作相对简单，便于掌握，易于推广。

近年来，为了适应当前疾病谱的变化和满足广大家长的需求，在保持原有冯氏小儿捏脊疗法的基础上审时度势，慎重地选用了躯体其他部位的一些穴位进行辅助治疗，使得冯氏小儿捏脊疗法的临床疗效更加显著，适应证更加广泛，符合中医药继承、挖掘、整理、提高的指导思想。

当前，在提倡“绿色治疗”的形势下，小儿推拿疗法已经在全国范围内推广开来，特别是冯氏小儿捏脊疗法，它操作简单、疗效明显、适应证广泛，且防治结合，备受广大家长的欢迎。这使我萌生了一个想法，编写一本便于推广、普及冯氏小儿捏脊疗法的著作，力求图文并茂、通俗易懂，适合小儿家长阅读、学习、使用，同时也适合社区全科医生、基层妇幼保健人员及中医爱好者。我希望1985年我编著的《冯氏捏积疗法》一书和这本书能成为姊妹篇，前者偏重理论和学术，后者偏重普及和应用。能达到这个目的，我的愿望就实现了。

愿我们的中医事业兴旺发达，蒸蒸日上。

俞继林



目 录



第一章

誉满京城、名扬海外的冯氏小儿捏脊疗法 / 1

- 一、捏脊疗法的历史 / 2
- 二、历经百年形成的冯氏小儿捏脊疗法 / 4
- 三、冯氏小儿捏脊疗法的治疗原理 / 9

第二章 冯氏小儿捏脊疗法要素之一——充分准备 / 11

- 一、捏脊疗法的两种操作手法 / 12
- 二、冯氏小儿捏脊疗法的操作步骤 / 13
- 三、捏脊时的体位 / 15



第三章

冯氏小儿捏脊疗法要素之二——捏脊手法 / 19

- 一、推法 / 20
- 二、捏法 / 20
- 三、捻法 / 21
- 四、放法 / 21

五、提法 / 22

六、揉法和按法 / 22

第四章 冯氏小儿捏脊疗法要素之三

——严格遵守注意事项 / 25

一、捏脊疗法的饮食禁忌 / 26

二、捏脊疗法的禁忌证 / 27

三、家长的个人卫生和日常锻炼 / 28

第五章 冯氏小儿捏脊疗法要素之四——独家秘方 / 31

一、冯氏口服消积散 / 32

二、冯氏外敷化痞膏 / 32

第六章 冯氏小儿捏脊疗法相关穴位 / 35

一、督脉上的相关穴位 / 36

二、足太阳膀胱经的相关穴位 / 39

三、配合冯氏小儿捏脊疗法的穴位 / 42

第七章 你也可以用冯氏小儿捏脊疗法给宝宝治病 / 61

一、捏脊之前学点儿科知识 / 62

二、宝宝得了什么病 / 63

三、做宝宝的捏脊大夫 / 71

第八章 冯氏医家趣闻逸事 / 105

- 一、名医施今墨和大医冯泉福的杏林情缘 / 106
- 二、1962年国家领导人邀请冯泉福老大夫出席
新年国宴 / 107
- 三、文脉相通、笔医相融——忆书法家刘炳森挥毫为冯老85岁
大寿祝福 / 107
- 四、冯氏医家的传家宝——双釉缸 / 110
- 五、冯氏医家和同春堂药店的医药情 / 111
- 六、北京动物园的黑猩猩受益于冯氏捏脊疗法 / 112

第一章

誉满京城、名扬海外的

冯氏小儿捏脊疗法





一、捏脊疗法的历史

小儿捏脊疗法是以中医的阴阳五行、卫气营血、经络学说为理论，通过捏拿小儿脊背所产生的良性刺激而治疗某些疾病的一种手法疗法。它是中医推拿疗法在儿科的具体运用，是小儿推拿疗法的一个重要组成部分。

推拿疗法又称按摩，在祖国的医学史上历史悠久，源远流长，甚至可以说，它是人类同疾病做斗争的最早手段。

在原始社会中，我们的祖先为了生存与发展，就要不断地进行生产斗争，在这个过程中就不可避免地出现各种外伤和疾病。在医药出现之前，人类没有治疗疾病的手段，只能本能地用双手抚摩患处来达到减轻疼痛的目的。这种简单易行的手段，使我们的祖先逐渐认识到：按摩是可以治疗疾病的。

随着生产力的发展，人类的医学知识也不断地增进，推拿疗法作为一种治疗疾病的重要手段，也被我们的祖先所重视和采用。由此可见，推拿疗法是我们祖先在与疾病做斗争的长期实践中所形成的宝贵经验。早在2000多年以前，现存最早的医学经典《黄帝内经·素问》中就有了关于推拿疗法的记载，如“形数惊恐，经络不通，病生于不仁，治之以按摩醪药”。意思是讲人多次遭受惊恐，造成经络不通，而发生麻木不仁，治疗它应当用按摩和服用药酒。在其他的史料中，如《史记·扁鹊仓公列传》中也记载过有关推拿疗法的内容。推拿疗法到了秦汉时期有了相当的发展。在《汉书·艺文志》中曾记有《黄帝岐伯按摩》十卷的书目，与此同时中医理论中的阴阳五行、卫气营血、经络学说也逐渐成形，给推拿疗法奠定了理论基础。东晋著名医家葛洪所著《肘后备急方》中，首次提出了“捏脊疗法”，书中写道：“拈起其脊骨皮，深取痛引之，从龟尾至顶乃止，未愈更为之。”虽寥寥数语，但是，他把这种疗法的捏脊部位、手法的特色、捏脊的起止走向、疗程的多次性等特点都十分清楚地表述了出来，为后人的学习和传承提供了重要的学术依据。

到了隋唐时代，推拿疗法的发展到了历史上的第一个高潮。据《隋书·百官

志》记载，当时已有“按摩博士二人”，说明在当时已设立了按摩科及按摩博士的官职。到了唐代，推拿疗法进一步发展，据《旧唐书·职官志》《新唐书·百官志》《唐六典》记载，当时不仅在官方的医疗机构中设立了按摩专科，而且设立了官方的按摩学校。在隋唐的一些医学名著中也记载了不少有关推拿疗法的内容，如《诸病源候论》每卷之末都有有关推拿疗法和体育疗法的内容介绍。同时推拿疗法的手法也逐渐形成不同的流派，如《千金要方》中曾载有“婆罗门按摩法”及“老子按摩法”。不仅如此，推拿疗法在儿科方面的运用也出现在一些医学专著中，如《千金要方》中记载有“小儿虽无病，早起常以膏摩囟上及手足心，甚辟寒风”。《外台秘要》中记载有“小儿夜啼至明不安寐……亦以摩儿头及脊骭”。值得注意的是，这里已经提到了推拿疗法作用于小儿脊背的内容。隋唐时代推拿疗法的发展与成就为小儿推拿疗法形成一个独立的体系奠定了坚实的基础。

宋代，推拿疗法有了一定的发展，并被收录到官方所编纂的《圣济总录》中，但是元代战争连绵，使推拿疗法一时衰落了下來。

到了明清时代，推拿疗法再度兴起，形成了历史上的第二个高潮。明朝官方所设立的13个医科专业中，按摩专科就是其中的一科。在此历史时期内，小儿推拿疗法得到了比较充分的发展，形成了一个独立的体系，并逐渐衍生出一些不同的流派。这时有关小儿推拿疗法的专著也相继问世，如《小儿推拿秘诀》《小儿推拿方脉活婴秘旨》以及《针灸大成》第十卷中记载的“四明陈氏按摩经”等。到了清初，推拿疗法有了进一步的发展，各医家在明代推拿疗法的基础上，都大大地丰富和完善了推拿疗法的内容。这个时期，各家的推拿疗法专著也较多，如《小儿推拿广意》《厘正按摩要术》《推拿抉微》等。明清时代的推拿疗法专著，不仅对前人的推拿疗法做了总结，而且各家的专著从不同角度对推拿疗法均有所创新。这些专著对推拿疗法的发展起到了积极的作用。当时由官方编纂的《医宗金鉴》中，也较为详细地记录了有关推拿疗法的内容。

鸦片战争以后，由于帝国主义的文化侵略，清政府的腐败，古老的推拿疗法遭到排挤和打击，日渐衰落。到了民国时期，推拿疗法几乎被摧残得奄奄一息，甚至被视为“贱技”。但是，这一古老的疗法在广大劳动群众中却有着顽强的生

命力，仍然在民间广为流传和发展，流派也更加繁多。冯氏小儿捏脊疗法就是在这种历史条件下逐渐形成的一种具有冯氏特色的捏脊疗法。

解放以后，在党和政府的关怀下，冯氏小儿捏脊疗法伴随着中医的新生又获得了新的生命。经过几十年的发展，冯氏小儿捏脊疗法已成为儿童保健事业中的一个重要内容，在小儿推拿学中占有重要的学术地位。今后，这朵奇葩必将随着中医事业的发展，在儿童保健事业中更吐芬芳。

二、历经百年形成的冯氏小儿捏脊疗法

冯氏医家，清初落户北京，家风善厚，虽握医技，但不以此谋生，乐善好施，把为疾苦小儿“释缚脱艰”作为己任。早在清代末年，冯氏医家就开始在北京从事小儿捏脊的工作。古老的捏脊疗法，经冯氏医家四代精心钻研，逐步形成了冯氏捏脊疗法的特有风格。在治疗手法上以推法为先导，同时配合捏、捻、放、提、揉、按等手法。在治疗手段上以手法治疗为主，同时配合冯氏口服消积散和外敷化痞膏（图1），使冯氏捏脊疗法具备手法简便、疗效明显两大优点，并得到群众的称赞。从清末开始，冯氏捏脊疗法的名声就在广大群众中传开了，慕名而来的患儿日益增多。冯泉福老先生是冯氏捏脊疗法的第四代传人，自



图1 冯氏口服消积散和外敷化痞膏

幼耳闻目睹这一疗法的奇效，又深得长辈们的言传身教。1923年，年仅21岁的冯泉福正式随父在家系统学习冯氏捏脊疗法和冯氏口服消积散、冯氏外敷化痞膏的制作。在学习过程中，冯泉福醉心实践，精究方术，努力提高自己的

诊疗水平。

冯泉福行医60余年，历经新旧两个社会。在几十年的工作中，他对技术精益求精，练就了一套精良的捏脊手法，他以娴熟的手法、迅捷的动作、明快的节奏感而在群众中享有盛名。

(图2)

解放以后，由于党对中医事业的关怀，古老的捏脊疗法获得了新生。20世纪50年代初，冯氏捏脊的日门诊量高达1500人次，当时冯氏医家中10余人都投入这一工作中。由于医疗保健工作的需要，冯泉福和其他家庭成员都积极

响应政府的号召，自1959年起相继成为国家的正式医务人员。出于对新社会的热爱，以冯泉福为代表的冯氏医家毅然将祖传秘方和十八两珍藏麝香献给国家。

解放以后，不仅捏脊疗法得到了新生和发展，冯氏医家也得到党和政府无微不至的关怀，获得了很高的荣誉。1955年，冯泉福老先生被推选为北京市西城区政协委员，1956年又当选为北京市西城区第三届人民代表，1960年以后冯泉福一直担任北京市东城区政协委员，1983年又当选为北京市儿童少年先进工作者，1985年受到“北京市统战系统为四化服务先进集体和先进个人代表表彰大会”的表彰。冯泉福在医务界享有极高的声誉，曾任中华全国中医学会北京分会理事、顾问，儿科专业委员会理事，中医药研究促进会理事等职务。

医务界对冯氏小儿捏脊疗法也极为重视。解放以后，不少报刊都刊登过有关冯氏捏脊疗法的内容，冯泉福也多次登台讲授和演示捏脊手法。一些科研单位（包括北京中医医院）曾先后抽出不少的科研人员，应用现代化的科学手段研究、探讨捏脊疗法的治疗效果和机理。已故的名医施今墨老先生在1962年写道：“冯泉福先生在北京家传四代，历百余年专为小儿‘捏脊’，誉遍城郊，疗

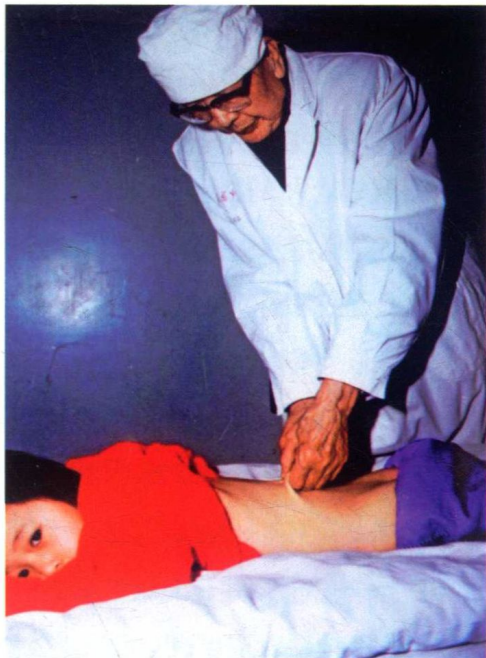


图2 冯泉福给患儿捏脊