

妈妈医生

亲子奇效·小儿推拿法

曹叔锋·编著

献给全天下

将孩儿健康放在首位的

家长们

集作者20多年
在多个国家的执业经验

简单易学

奇效已被各种族的
无数家长验证

上海科学技术出版社



妈妈医生

亲子奇效小儿推拿法

曹叔锋 编著

上海科学技术出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

妈妈医生：亲子奇效小儿推拿法 / 曹叔锋编著. —
上海：上海科学技术出版社，2011.1
ISBN 978-7-5478-0375-2

I. ①妈… II. ①曹… III. ①小儿疾病-按摩疗法 (中医) IV. ①R244.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 148357 号

上海世纪出版股份有限公司 出版、发行
上海科学技术出版社
(上海钦州南路 71 号 邮政编码 200235)
新华书店上海发行所经销
常熟市华顺印刷有限公司印刷
开本 889×1192 1/32 印张 3.5
字数：85 千字
2011 年 1 月第 1 版 2011 年 1 月第 1 次印刷
ISBN 978-7-5478-0375-2/R·146
定价：18.00 元

本书如有缺页、错装或坏损等严
重质量问题请向工厂联系调换。

内 容 提 要

本书分四大部分介绍小儿推拿方法，主要包括学习小儿推拿手法，了解您的孩子，学习婴儿腹泻、呕吐、遗尿等18种常见病证的症状分类和治疗，并附小儿保健方法，有健脾助长操、益智聪明操、眼保健操。本书内容是中医小儿推拿的精华，操作简单，疗效可靠，并经长期的临床实践所证实。

本书适合于小儿家长学习使用。



前 言

全球的出生率，除了个别国家之外，越来越低；新父母的学历则越来越高。

以本人20余年在海外开业行医经验来看，无论发达国家还是贫穷国家，都对孩子的健康问题异常重视：这一重视不仅体现在愿意付出更多的时间、金钱；也表现在其更多地拥抱自然疗法、非对抗性疗法，尽可能地避免或者最低限度地接受化学疗法（如用西药、手术等）等对抗性疗法，因为现代父母深知对抗性疗法对婴幼儿的长期损害。

小儿推拿，这一中华医学中的瑰宝，正能担当这一使命。在列国行医生涯中，我深深地体会到，无论是黄种人、黑种人、白种人还是任何的混血种的婴孩儿，小儿推拿的疗法都是肯定的，甚至在很多情况下，疗效优于其他疗法。然而，即使如此，在临床治疗中也发现一些缺憾。

因婴幼儿怕陌生人，故在治疗中与医师的配合度较差；加上看见其他哭闹中的孩子，未轮到治疗，已产生相





当排斥的心理了。又如腹痛、呕吐、夜啼、咳嗽等这些症状，也可发生在医院、诊所休诊时间中，使病患不能及时得到小儿推拿治疗，而令家长不得不采用原来并不想采用的对抗疗法——化学药物。

一日，在异常忙碌中我突发奇想，为何不教会这些父母，让他们做亲子治疗呢，这样上述的缺憾都可迎刃而解了。

与成人推拿的手法要求不同，小儿推拿手法中不要求使用内力，这使这一想法更为可行。

一试，果然可行，从一开始的患儿来诊，我定治疗方法，父母学习、回家施治，到后来不得不开班授课，以满足家长们想对其他常见病治疗方法的了解及对小儿护理、整体健康保健的了解。

本书所推荐的治疗方法简单、易学，其有效性均被无数妈妈们在实践中反复证实的。

无论孩子是何种族，也无论父母家长（施治者）的学历背景，从疗效上说，都会给您带来超出预期的惊奇。这并不难理解，想一想，您与您孩子的身体感应当然远超医师与您孩子的，是吗？

小儿推拿这一中医学中的奇葩之一，理应在服务了中华民族数千年之后的今天，走出国门，发扬光大，服务全人类了。

让婴幼儿从小就接受无伤害性治疗，使之更健康地成长，父母孩子又多了一个亲子方法；让家庭这一社会最重要的单位，越加和睦幸福。

这些都是小儿推拿的治疗范畴！

本人才疏学浅，平时应诊忙碌，匆匆完稿，错误不足之处在所难免，还望同道及家长们的不吝指教！



花上1小时阅读本书，就可为日后见证奇效做好准备。

您不必担心在推拿过程中诸如手法不熟练，穴位不精准，因为您的手指或手掌会足够覆盖小儿的穴区。同时，整个推拿过程是无副作用的。

您或许就是您孩子成长过程中最有成就的医师！

是的，Dr Mum。

曹叔锋

2010年8月





目 录

第一章 20分钟学习小儿推拿手法	1
第一节 小儿推拿手法的概念	1
第二节 小儿推拿的常用手法	1
1. 推法	1
2. 揉法	3
3. 按法	4
4. 摩法	4
5. 掐法	4
6. 捏法	5
7. 运法	5
第三节 小儿推拿的治病法则	6
1. 温法	6
2. 通法	6
3. 补法	6
4. 泻法	6
5. 汗法	7





6. 和法	7
7. 散法	7
8. 清法	7
第四节 小儿常用穴位	7
 第二章 20分钟了解您的孩子	12
第一节 婴幼儿的中医生理常识	12
第二节 生病及病后康复	12
第三节 小儿健康数据	13
1. 体重	13
2. 身高	13
3. 头围	13
4. 胸围	13
5. 囟门	13
6. 牙齿	13
7. 呼吸、脉搏	14
8. 血压	14
 第三章 20分钟学习小儿常见病的治疗	15
第一节 婴儿泄泻症状分类及治疗	15
1. 寒湿泄泻	15
2. 湿热泄泻	17
3. 脾虚泄泻	19
第二节 呕吐症状分类及治疗	20
1. 虚寒吐	20
2. 伤食热吐	22
第三节 腹痛症状分类及治疗	24
1. 虚寒腹痛	24





2. 伤食虫痛	26
第四节 小儿疳积症状分类及治疗	27
1. 疳积初起	27
2. 疳积后期(3个月以上)	30
第五节 便秘症状分类及治疗	32
1. 实秘	32
2. 虚秘	35
第六节 脱肛症状分类及治疗	38
1. 实热型	38
2. 气虚型	41
第七节 发热症状分类及治疗	44
1. 外感发热	44
2. 阴虚发热	46
3. 肺胃实热	47
第八节 咳嗽症状分类及治疗	49
1. 外感咳嗽	49
2. 内伤咳嗽	51
第九节 惊风症状分类及治疗	53
1. 急性发作期	53
2. 慢性期	54
第十节 遗尿症状及治疗	56
第十一节 小儿肌性斜颈症状及治疗	59
第十二节 夜啼症状分类及治疗	61
1. 脾寒型	61
2. 心热型	64
3. 惊恐型	65
4. 食积型	65
第十三节 脑性瘫痪症状及治疗	67





第十四节	近视症状及治疗	72
第十五节	小儿肥胖症状及治疗	76
第十六节	自汗症状及治疗	78
第十七节	盗汗症状及治疗	81
第十八节	小儿多动症症状及治疗	84
附录	小儿保健	88
1.	健脾助长操	88
2.	益智聪明操	91
3.	眼保健操	94
后记		98



第一章

20分钟学习小儿推拿手法

您千万不要只用5分钟来阅读，请用足20分钟时间，边读边练习，直至达到频率要求。

第一节 小儿推拿手法的概念

(1) 小儿推拿手法必须结合小儿的穴位或一定部位，而小儿的穴位有特殊性，与成人不同。

(2) 在对小儿进行手法操作时，必须轻快柔和、平稳着实。

(3) 常用小儿推拿介质通常是蛋清或蒜泥中加少量的水(均可用时现调现用)，这都可作为小儿推拿中的“按摩膏”，以免接触小儿皮肤时挫伤细嫩的肌肤。

第二节 小儿推拿的常用手法

1. 推法 要求有节律，频率为每分钟200~300次。





(1) 直推法 拇指桡侧或指面，或示、中二指指面对穴位作直线推动(图1-1)。

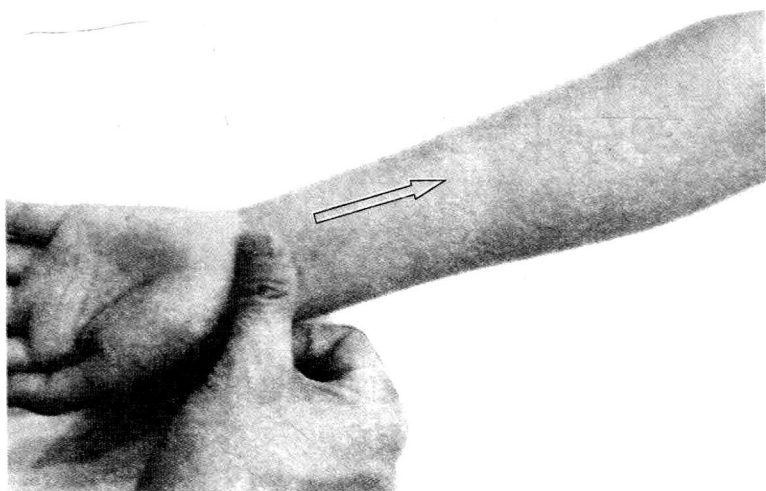


图1-1 直推法

(2) 旋推法 用拇指指面对穴位作顺时针或逆时针方向旋转推动。

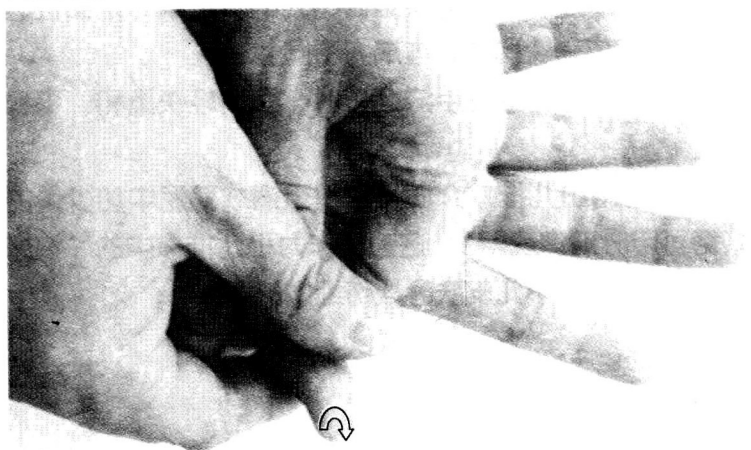


图1-2 旋推法



(3) 分推法 两手拇指桡侧或指面,或示、中二指指面,自穴位中间向两旁分向推动或作“^”推动。



图1-3 分推法

2. 揉法 以中指、拇指指端或掌根或大鱼际,吸定于一定部位或穴位上作顺时针或逆时针方向旋转揉动。要求压力轻柔均匀,手指固定于穴位,频率为每分钟200~280次。

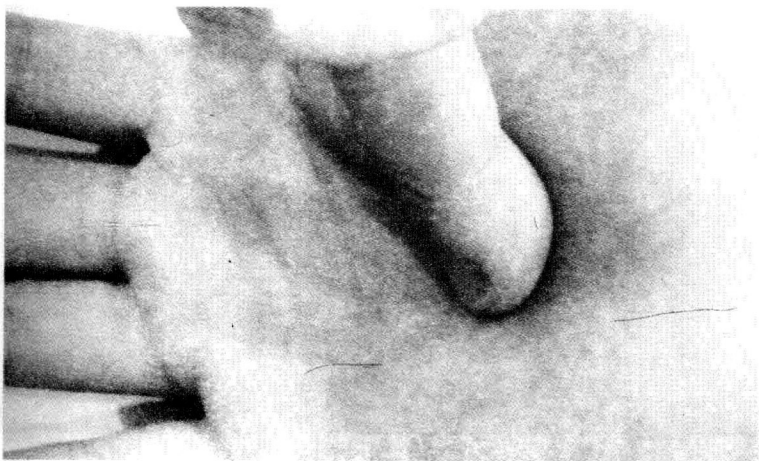


图1-4 揉法





3. 按法 以拇指或中指或掌根在穴位上作逐渐向下用力按压(图1-5)。要求逐渐用力, 频率慢。

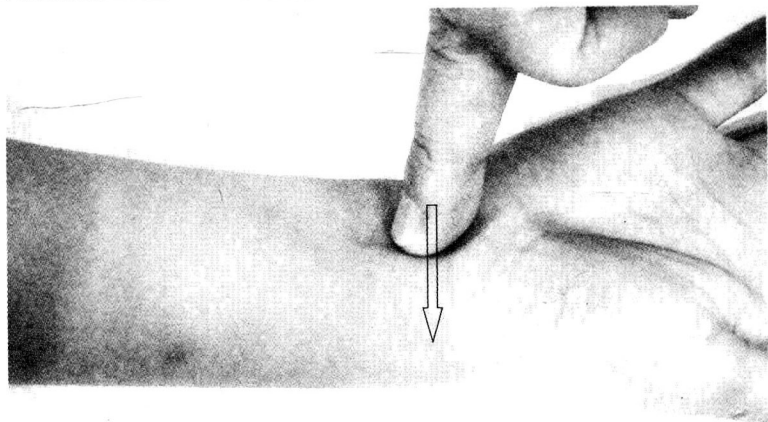


图1-5 按法

4. 摩法 以手掌面或示、中、环三指指面附着于一定部位或穴位上, 以腕关节连同前臂作顺时针或逆时针方向环形移动摩擦(图1-6)。要求手法轻柔, 均匀协调、压力适当, 频率为每分钟120~160次。

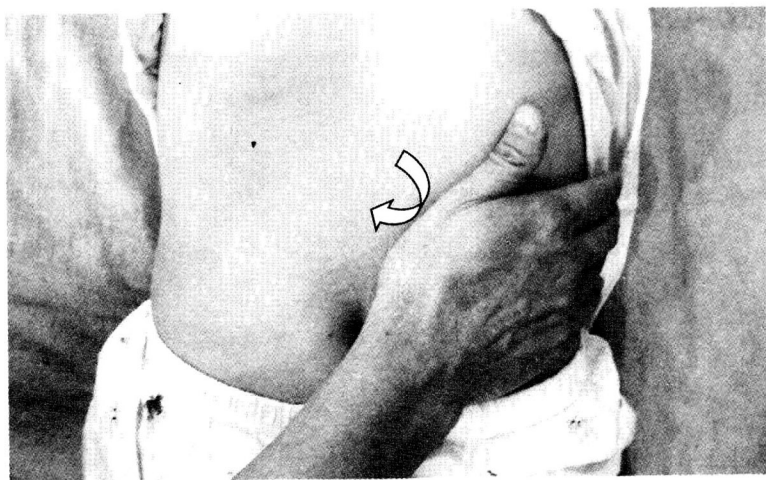


图1-6 摩法

5. 掐法 即用指甲重刺穴位(图1-7)。要求逐渐用



力，达深透为止，不可破皮。

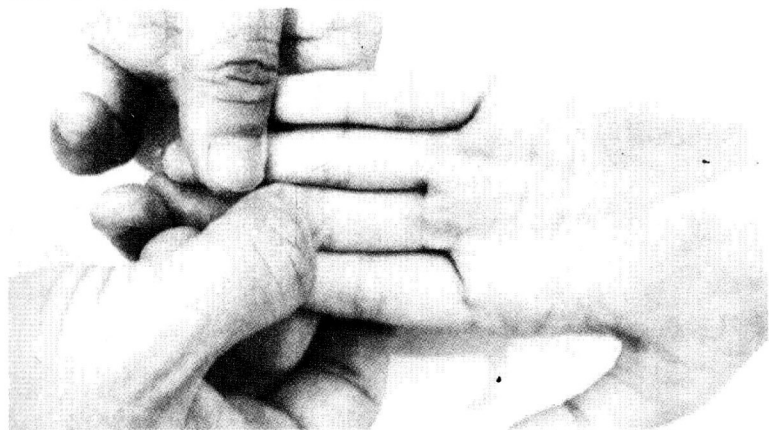


图1-7 掐法

6. 捏法 用拇指、中指、示指三指同时用力捏拿皮肤，双手交替捻动向前(图1-8)。或示指屈曲，用示指中节桡侧顶住皮肤，拇指前按，两指同时用力捏拿皮肤，双手交替捻动向前。要求捏起皮肤多少和用力大小要适当，不可拧转。



图1-8 捏法

7. 运法 以拇指或中指指端在一定穴位上，由此往彼



作弧形或环形推动(图1-9)。要求宜轻勿重、宜缓勿急，功在体表、不带动深层肌。

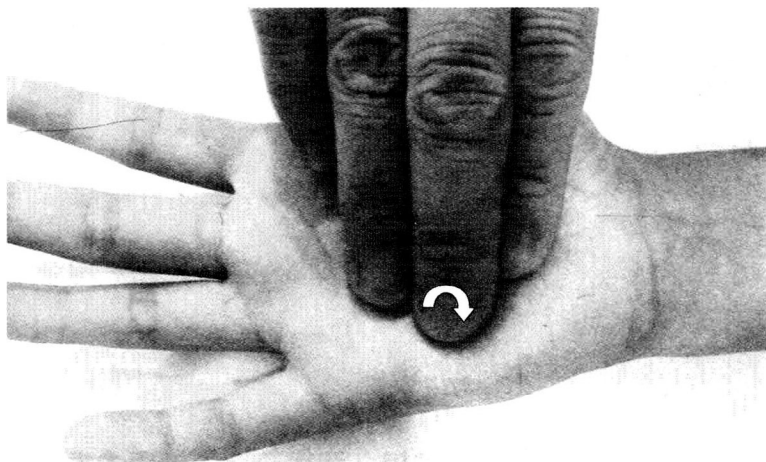


图1-9 运法

★注：本书治疗操作未经作者说明，均按单方向操作。

第三节 小儿推拿的治病法则

小儿推拿是以手法作用于患儿体表的特定部位或穴位来治疗的一种疗法。由于成人的手指或手掌较大，一般足以覆盖小儿的穴位，故家长不必担心治疗作用。

根据手法的性质和作用量，结合治疗和部位，小儿推拿治疗法则主要有温、补、通、泻、汗、和、散、清八法。

1. 温法 其主要目的是祛寒。
2. 通法 其主要目的是疏通壅滞，并使脏腑气血通畅。
3. 补法 其目的是补益气血津液不足、脏腑功能的衰弱。
4. 泻法 其主要目的是泻火，去除腹胀、食积、二

