

实用小儿推拿

葛书翰 葛继魁 编著

SHIYONG XIAOER TUINA



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS



实用小儿推拿

SHIYONG XIAOER TUINA

葛书翰 葛继魁 编 著



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北 京

图书在版编目(CIP)数据

实用小儿推拿/葛书翰,葛继魁编著. —北京:人民军医出版社,2009.10

ISBN 978-7-5091-3041-4

I. 实… II. ①葛…②葛… III. 小儿疾病—按摩疗法(中医) IV. R244.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 166431 号

策划编辑:郭颖 文字编辑:贾春伶 责任审读:周晓洲 刘平
出版人:齐学进

出版发行:人民军医出版社 经销:新华书店

通信地址:北京市 100036 信箱 188 分箱 邮编:100036

质量反馈电话:(010)51927290;(010)51927283

邮购电话:(010)51927252

策划编辑电话:(010)51927300—8153

网址:[www. pmmp. com. cn](http://www.pmmp.com.cn)

印、装:三河市春园印刷有限公司

开本:787mm×1092mm 1/32

印张:1.875 字数:24千字

版、印次:2009年10月第1版第1次印刷

印数:0001~5000

定价:10.00元

版权所有 侵权必究

购买本社图书,凡有缺、倒、脱页者,本社负责调换



内容提要

本书以图文并茂的形式阐述了小儿常见病的推拿疗法。全书共分为五部分,第一部分介绍了小儿推拿的原理、治疗对象、基本知识、注意事项等;第二部分介绍了常用的 8 种基本手法;第三部分介绍了常用的 28 个小儿推拿穴位与手法;第四部分为简易小儿推拿穴位示意图;第五部分介绍了 20 种小儿常见病的推拿治疗。本书内容实用,简便易学,既适于基层医务人员学习参考,又适合小儿家长和推拿爱好者入门学习。



前言



小儿推拿治疗法不用药物,仅用双手就可使婴幼儿的小病小痛迅速消失。小儿推拿以它简便的方法和神奇的疗效,越来越受到重视。

本书介绍的推拿穴位与方法,不但在临床中最为常用,而且简便易行,便于自学和掌握。书中介绍的推拿手法,均配以形象的插图和简要的说明,可以按图操作,无师自通。

该书以中医学理论为基础,简要地介绍了婴幼儿常见病的主要症状,便于在推拿治疗中对症治疗。无论是有医学基础者,还是对医学知识知之不多者,都可对照症状作出诊断,通过自己的双手为小儿进行推拿治疗,不至于在小儿患病时,手忙脚乱,不知所措。作为孩子的父母,不但应该学习和掌握一些育儿知识,更应该

学习一些简易的行之有效的小儿推拿方法,来解决孩子的一些小病小痛。本书特点简明扼要,易学易懂,非常适合个人和家庭应用。

编 者



一、小儿推拿概述(1)

1. 小儿推拿原理 / 1
2. 小儿推拿的治疗对象 / 2
3. 小儿推拿基本知识 / 2
4. 小儿推拿的注意事项 / 2

二、小儿推拿基本手法(3)

1. 推法 / 3
2. 揉法 / 4
3. 拿法 / 5
4. 按法 / 6
5. 摩法 / 7



6. 分法 / 7

7. 掐法 / 8

8. 捏法 / 9

三、小儿推拿常用穴位与手法(12)

1. 推天门 / 12

2. 推坎宫 / 13

3. 推风池 / 14

4. 补脾经 / 14

5. 清肝经 / 15

6. 清心经 / 16

7. 清肺经 / 17

8. 补肾经 / 18

9. 推大肠 / 18

10. 揉板门 / 19

11. 分阴阳 / 20

12. 揉小天心 / 21

13. 推三关 / 21

14. 退六腑 / 22

15. 清天河水 / 23

16. 揉合谷 / 24



17. 揉内关 / 25
18. 揉膻中 / 25
19. 揉天枢 / 26
20. 摩中脘 / 27
21. 摩腹 / 28
22. 推七节骨 / 28
23. 揉龟尾 / 29
24. 捏脊 / 30
25. 揉三阴交 / 31
26. 掐人中 / 32
27. 27. 掐四横纹 / 32
28. 揉迎香 / 33

四、小儿推拿穴位示意图(35)

上肢穴位图 / 35

头面部穴位图 / 36

正面穴位图 / 37

背面穴位图 / 38

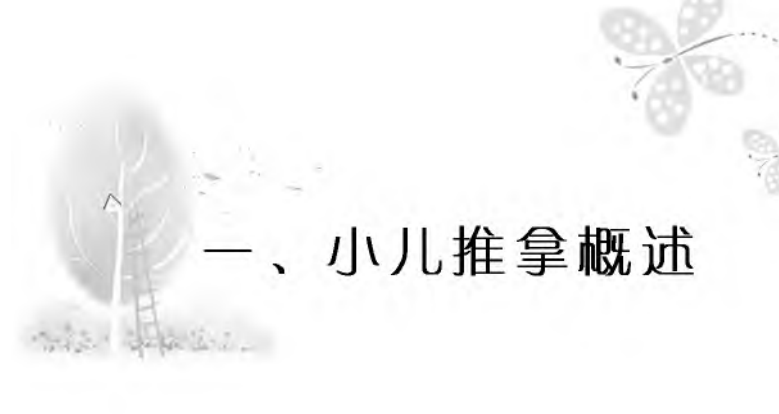
五、小儿常见病推拿治疗(39)

1. 感冒 / 39



2. 咳嗽 / 39
3. 婴幼儿腹泻 / 40
4. 呕吐 / 40
5. 厌食 / 41
6. 便秘 / 41
7. 遗尿 / 42
8. 尿频 / 42
9. 脱肛 / 42
10. 盗汗 / 43
11. 自汗 / 43
12. 口舌生疮 / 43
13. 弄舌 / 44
14. 惊吓 / 44
15. 夜啼 / 44
16. 疳积 / 45
17. 婴幼儿斜颈 / 45
18. 小儿惊风 / 46
19. 小儿哮喘 / 46
20. 小儿保健 / 47

参考文献 / 48



一、小儿推拿概述

1. 小儿推拿原理

小儿推拿是推拿学的一个重要组成部分,用于治疗婴幼儿疾病。小儿推拿治疗不用药物,经过推拿就可以使患儿的病情好转或治愈。中医学认为,人体是一个有机的整体,内外有着密切联系,脏腑功能失常,可通过经络反应于体表;而刺激体表的不同部位,也可通过经络影响到所属脏腑。小儿推拿可使患儿的经络疏通,气血流畅,恢复脏腑功能。

小儿的脏腑娇嫩,气血未充,抗病能力较弱,如果饮食积滞、受到惊吓、外感等,不但容易引起小儿发病,而且很易加重。倘若父母了解小儿推拿的知识,在小儿患病初期就及时给予推拿治疗,可明显增强小儿的抗病能力,轻者可以治愈,重者能明显减轻症状。



2. 小儿推拿的治疗对象

小儿推拿多用于 5 岁以下小儿,年龄越小,推拿的效果越好。

3. 小儿推拿基本知识

(1)因患儿不能确切自述病情,所以推拿治疗应辨证施治,根据病情的虚、实、寒、热,给予对证推拿治疗。

(2)推拿操作,手法要熟练,用力应均匀,推拿速度以每分钟 200 次左右为宜。

(3)推拿顺序,一般先头面、上肢、胸腹、下肢,后背部。

(4)一般每日推拿 1 次,必要时一日可推拿 2 次,以加强疗效。推拿 1 次的总治疗时间为 10~20 分钟,也可更长一些。

4. 小儿推拿的注意事项

(1)推拿前应修剪好指甲,并洗手。

(2)应在小儿进食前推拿。

(3)准备少许鲜姜汁,做润滑剂用,防止推拿时擦破皮肤,并能增加疗效。



二、小儿推拿基本手法

小儿推拿的手法很重要,手法熟练与否,直接影响到治疗效果。只有掌握好手法,才能收到满意的疗效。小儿推拿的手法很多,临床中最常用的基本手法主要有推、揉、拿、按、摩、分、掐、捏等。

1. 推法

方法:医者以右手的拇指侧或示、中指并拢,在选定的穴位上快速而有节律地直线推擦,称为推法。

操作要领:用拇指侧或示、中指在患儿手指掌面或前臂施以推法时,应快速而有节律的单方向推擦(每分钟 150~200 次)。推擦时稍加压力。





图 2-1 推法

2. 揉法



图 2-2 揉法

方法：医者用手指指面按在穴位上，做回旋式按揉，称为揉法。

操作要领：揉法操作时，手指不能离开皮肤，按揉



时稍加压力,用力要均匀。

3. 拿法

方法:医者以拇、示两指做钳形,在选定部位做一紧一松的拿捏,称为拿法。

操作要领:拿法形如拿物,一拿一松,连续不断,动作应灵活。用力应该由轻而重,不可突然用力。



图 2-3 拿法



4. 按法

方法：医者以拇指的指面或中指指面按在穴位上，逐渐用力向下深按，少停片刻再继续按之，称为按法。

操作要领：按压时用力要平稳，应由轻渐重，逐渐增加按力。



图 2-4 按法



5. 摩法

方法：医者以四指并拢，四指指面或手掌放在选定部位，做环行推摩，称为摩法。

操作要领：摩法的动作要徐缓，用力应轻柔均匀，不宜过快，以感患儿旋摩部位有温热感为佳。



图 2-5 摩法

6. 分法

方法：医者两拇指并列放在穴位上，自中间向两侧分推，如此反复操作，称为分法。

操作要领：分法的动作应轻缓柔和，治疗时间不宜过长，以免擦伤皮肤。

