



·家庭典藏系列·

婴幼儿经络按摩

专家指导

郭长青 主编

Massage

重庆出版集团  重庆出版社

图书在版编目(CIP)数据

婴幼儿经络按摩专家指导 / 郭长青 主编. — 重庆: 重庆出版社, 2009.8

(家庭典藏系列·第3辑)

ISBN 978-7-229-01132-1

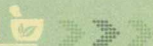
I. 婴… II. 郭… III. 婴幼儿-经络-按摩疗法(中医)

IV. R244.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第144224号



家庭典藏系列



婴幼儿经络按摩专家指导

出版人: 罗小卫

策划: 华章同人

责任编辑: 陈建军

特约编辑: 宗明明

封面设计: 孙阳阳

制 作:  (www.rzbook.com)

 重庆出版集团 出版
重庆出版社

(重庆长江二路205号)

北京爱丽精特彩印有限公司 印刷

重庆出版集团图书发行公司 发行

邮购电话: 010-85869375/76/77转810

E-MAIL: sales@alphabooks.com

全国新华书店经销

开本: 787mm × 1092mm 1/16 印张: 16印张 字数: 380千字

2009年9月第1版 2009年9月第1次印刷

定价: 29.80元

如有印装质量问题, 请致电023-68706683

版权所有, 侵权必究



经络畅通，百病不生

长久以来，我们都把身体交给了健身房里笨重的健身器材，将脸交给了商场柜台上的昂贵化妆品，将被病痛困扰的身体托付于隐藏巨大副作用的药物。但殊不知，经年不愈的老毛病会再次复发，看似年轻的皮肤却问题重重，健硕的身体也会突然在某一天拉响红色警报。

每个人的身体里都有灵丹妙药

在每个人的体内，都拥有一个强大的自我调节系统，它就是隐藏在我们身体深处，摸不着、看不到、拥有无数穴位的经络，它具有“行血气、营阴阳、决死生、处百病”的重大作用。经络将人体内部的各个脏腑器官联系成一个有机整体，保证全身的气血充盈，抗御病邪和保护机体，从而成为我们完善健康、对抗疾病的强有力武器。

经络不通，保健无功

身体一旦出现不适或者疾病，身体里的调节系统会自动发出相应的警报，提醒我们注意。例如，无论孩子还是成人，如果手指指腹扁平或指尖细细的，都是气血不足的表现，这是人体中的经络有堵塞之处，使脏腑器官不能发挥正常的功效，从而造成气血运行不畅。再比如我们在梳头时，前额发际处及两侧痛的，多为胃肠功能不好，因为此处是胃经循行的部位。因此，经络畅通是保证我们身体健康的首要因素，经络不通，即使怎样的外部保健也只能治标不治本。

每天10分钟，你会有惊人的发现

爱美的女性在每天洗脸时、临睡前或者办公的间隙轻轻按摩自己的脸部、身体10分钟，15天后，你就会发现一个皮肤白皙、容颜靓丽、充满活力的俏佳人。对于男性来说，快快扔掉那些令你尴尬不堪的药物吧，只有通过打通身体里的经络才能真正实现你强腰膝、固肾益精的目的。而打通经络，保证脏腑功能正常，才是老人通向长寿之路的捷径。经过抚触按摩后，宝宝吃饭、睡觉更香了，大脑反应更快了，小病痛也不再找上身来了。由此可见，按摩是适用于全家老少的简易保健法，动动手指、动动脚，其实健康就是这么简单。





contents

目录

part 01 爱的抚触， 开启宝宝的身体智慧··· 07

- 08 抚触按摩，伴随宝宝一生的健康成长
- 10 沉淀千年的育儿保健法
- 11 婴幼儿按摩，聪明父母的必修课
- 12 不可不知的婴幼儿生理和病理特点
- 13 婴幼儿按摩治病的七大理疗密码
- 15 专家推荐的婴幼儿按摩介质
- 16 婴幼儿按摩的法则和处方 / 婴幼儿按摩的适应证和禁忌证
- 17 婴幼儿按摩手法操作要求 / 婴幼儿按摩的注意事项



part02 了解常用手法， 给宝宝轻松按摩的关键··· 19

- 20 用双手给宝宝温柔的抚触
- 22 推法
- 23 按法 / 摩法
- 24 拿法 / 抹法



爱的抚触，开启宝宝的身体智慧
了解常用手法，给宝宝轻松按摩的关键



轻松取穴，让宝宝感受最正确的抚触
日常保健按摩，父母给宝宝的最好礼物
常见病症按摩，宝宝对抗疾病的最佳方案

25 运法 / 掐法

26 揉法

27 捏法

28 搓法

29 摇法 / 捻法

30 扯法 / 刮法

31 擦法 / 滚法

32 点法

part03 轻松取穴， 让宝宝感受最正确的抚触… 33

34 了解穴位，事半功倍

Chapter.01

婴幼儿按摩常用穴位

36 头面部

47 胸腹部

52 上肢部

68 腰背躯干部

74 下肢部

Chapter.02

特效穴位的操作方法

80 解表类 / 清热类 / 补益类 / 温阳散寒类
/ 宽胸理气、化痰止咳类

81 止抽搐类 / 消食化滞类 / 利小便类

82 固表止汗类 / 治疗神志病类 / 舒筋活
血类

part04 日常保健按摩， 父母给宝宝的最好礼物… 83

84 用按摩为宝宝的身体健康护航

Chapter.01

特效功能保健按摩

86 健脑益智

88 强身健体

90 养肝明目

92 增强免疫力

94 强健脾胃

96 补肾益气

98 宁心安神

Chapter.02

运动系统保健按摩

100 肩关节保健

101 指腕关节保健

103 膝关节保健

104 踝关节保健

105 脊柱保健

part05 常见病症按摩， 宝宝对抗疾病的最佳方案… 107

108 防病治病，按摩当先

Chapter.01

婴幼儿常见病症治疗按摩

110 感冒



让按摩
奠定宝宝一生的健康

- 114 发烧
- 116 咳嗽
- 120 呃逆
- 122 厌食
- 125 呕吐
- 128 腹痛
- 131 腹胀
- 134 营养不良
- 137 便秘
- 140 腹泻
- 143 痢疾
- 147 脱肛
- 150 尿床(遗尿)
- 154 小便次数过多
- 157 少尿(癃闭)
- 159 扁桃体炎
- 161 支气管肺炎
- 163 支气管哮喘
- 165 咽炎
- 168 慢性鼻炎
- 171 鼻出血
- 173 肠梗阻
- 175 疝气
- 179 肥胖
- 182 近视
- 184 自汗
- 188 盗汗
- 192 惊风
- 196 羊癫风
- 199 佝偻病



- 201 抽筋
- 204 维生素A缺乏症
- 207 冻疮
- 210 湿疹
- 213 荨麻疹
- 215 暑热症
- 217 风湿性关节炎
- 219 类风湿性关节炎
- 221 斜颈
- 223 婴幼儿脑瘫
- 227 轻微脑功能障碍综合征
- 230 婴幼儿麻痹症
- 234 髋关节滑膜炎

Chapter.02

新生儿常见症状保健按摩

- 236 吐奶和溢奶
- 238 流口水
- 240 夜啼
- 242 脐风
- 244 鹅口疮
- 246 木舌、重舌
- 248 胎惊
- 250 胎黄

Chapter.03

婴幼儿心理行为疾病按摩疗法

- 252 屏气发作
- 254 吮拇指和指甲癖

part

01



爱的抚触，

开启宝宝的身体智慧

初生婴儿对抚触会产生本能的需要，温柔的抚触和按摩代表着爱、安全、照顾和信任。父母对宝宝爱的抚触，可以让宝宝更健康，同时也可强化亲子的关系，增进彼此之间的沟通。

健康宝宝从您的精心按摩与抚触开始。



爱的抚触，开启宝宝的身体智慧



抚触按摩

伴随宝宝一生的健康成长

● massage

婴

幼儿按摩，又称“小儿按摩”、“小儿推拿”，是根据婴幼儿的生理病理特点，在其体表特定的穴位或部位进行的按摩。作为助长益智或防病治病的一种外治疗方法，婴幼儿按摩可称得上是一种无痛苦、可减少用药、缩短病程的辅助治疗和保健方法。

抚触按摩是千百年流传的宝藏 | massage

婴幼儿按摩历史悠久，是人类智慧的产物，是普遍存于各大古文明中的一种育儿艺术。埃及古老的医学经典里就有利用按摩来治疗婴幼儿哭闹不止的记载；印度最早的医学典籍中也列举了很多按摩帮助恢复患病儿健康的事例；而哥伦比亚人更是受袋鼠哺育法的影响，把婴儿直立着包裹在母亲胸前的衣服中，和母亲形成亲密的肌肤接触，结果发现，这种方式不仅能让婴儿睡得更熟、更香、更少哭闹，学步也较其他婴儿要早。墨西哥人也经常会用按摩的方式治疗婴幼儿的腹胀、便秘、消化不良、腹泻及呕吐等症，效果均非常显著。

在中国，婴幼儿按摩，至今已有2000多年的历史。早在唐代，“药王”孙思邈的《千金要方》中就有这样的记载：“小儿虽无病，早起常以膏摩其囟上及手足心，能避风寒。”唐代另一部医学巨著《外台秘要》也提到：“婴幼儿夜啼至明不安寐……亦以摩儿头及脊验。”可见，那时的人们就知道运用按摩来治疗婴幼儿疾病。到了明清时期，婴幼儿按摩形成了独特的体系，大量的专著如雨后春笋一般涌现。如熊应雄的《小儿推拿广义》、骆如龙的《幼科推拿秘书》、周于藩的《小儿推拿秘诀》和徐谦光的《推拿三字经》等。



婴幼儿按摩在现代医学中大放异彩 | massage

20世纪70年代初,美国国际婴儿按摩协会创始人薇曼拉·马可尔在印度瑜伽功的启发下,结合自身的育儿经验研发出了一种适用于西方婴儿的按摩法。在几经摸索、实践和改善之后,薇曼拉·马可尔最终于1976成立了国际婴儿按摩协会,在全球设有27个分部,拥有上万名会员,自此婴儿按摩正式进入人们的视线。

现代医学中的婴幼儿按摩是指医护人员或父母对婴幼儿特定部位肌肤施以一定手法和规则的、轻柔的爱抚。经临床实验证明,适当的抚触和按摩可促进婴幼儿的生长发育,提高婴幼儿的免疫力,增进亲子间的感情沟通和交流,从而提高婴幼儿的情商,使他们更好地适应客观环境。据美国20世纪80年代对平均32周的早产儿的抚触实验表明,在10天的期限内,每天进行三次15分钟背部按摩的早产儿比未做按摩的早产儿体重多增长将近80克,体重增长速率比未接受按摩的早产儿增快约50%,身高、头围等也都有明显的增加。

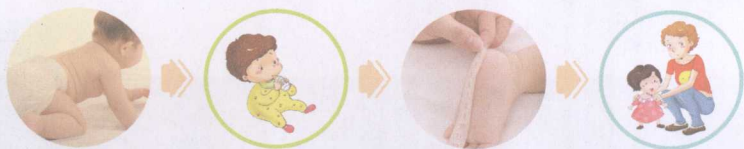
然而,婴幼儿按摩除了具有增加体重、促进吸收的作用之外,还具有以下作用与好处:

1.降低压力,增强免疫力。不管是早产儿还是新生儿,在接受正规的按摩之后,唾液、血液、尿液中的压力激素都会明显减少。压力激素是人在面临危险时产生的激素,在压力激素产生的同时,为了积累足够的能量,人体免疫功能会被抑制。所以经常为婴幼儿按摩可以提高他们的免疫力,增强身体的抗病能力。

2.促进婴幼儿生理发育。经常能得到父母按摩的婴幼儿,数学运算的能力普遍增强,错误的概率比没有接受按摩之前下降了50%,速度翻了一番。宝宝肠胃蠕动也很正常,极少有便秘的情况发生。其他的例如眼睛追随运动、手指运动、听觉反应等也明显灵活了许多。

3.促使婴幼儿安然入睡。专家告诉我们,经常接受按摩的婴幼儿无休止哭闹的情况比较少见,夜间也比较容易入睡。

在现今社会,婴幼儿按摩已经成为一种普遍的护理习惯。中国的婴幼儿按摩成熟于明清时期,新中国成立后在国家中医政策的鼓励下,婴幼儿按摩又得到了进一步的发展和提高。中医的婴幼儿按摩以中医理论为指导,运用特定的手法和穴位进行治疗,其按摩的对象是指1周岁以内的婴儿以及1~6周岁的幼童,特别是3岁以下的婴幼儿。由于婴幼儿生理和病理的特点与成人相比有很大的差异,因此,婴幼儿按摩也就有别于成人按摩,诸如按摩手法、常用穴位、常见疾病、按摩适应证、禁忌证等都有自身的特点。





● massage

积淀千年的育儿保健法



婴幼儿按摩属中医的重要组成部分，其历史悠久，源远流长。婴幼儿按摩和成人不同，且有很多特定的穴位，因而自成体系。周于藩著《小儿推拿秘诀》一书较系统的叙述了推拿的治疗方法。“特定穴位”的操作主要靠推法，因小儿不能与医者合作，必须以拿法固定其小儿被操作的肢体和部位，以便顺利地进行治疗操作。对小儿的这种治疗手段，常见称呼中，还有小儿按摩、小儿推拿按摩、小儿推拿疗法等。

推拿疗法是在劳动人民与疾病作斗争的长期实践中积累起来的宝贵经验的总结。按摩由治疗成人疾病逐渐发展到治疗小儿疾病，为后世小儿推拿疗法奠定了基础。在隋唐时《千金方》中有“治少小新生肌肤幼弱，喜为风邪所中，身体壮热或中大风手足惊掣。五物甘草生摩膏方……小儿虽无病、早起常以膏摩囟上及手足心，甚辟寒风”。到明清时期出现了最早的小儿推拿专著是《小儿按摩经》。明清时期的小儿推拿著作在整个推拿文献中占重要地位，在当时的儿科著作中有相当大的比重，著名的有熊应雄的《小儿推拿广意》、骆如龙的《幼科推拿秘书》，夏云集的《保赤推拿法》，张振鉴、周于藩的《小儿推拿秘诀》校正《厘正按摩要求》等。新中国成立后，在党的中医政策指导下，祖国医学中的小儿推拿得到了新生，重印再版了很多小儿推拿著作。随着社会和科学的不断进步，小儿推拿也必将日臻完善，并为人类医疗保健事业作出更大的贡献。

婴幼儿按摩的对象一般是指6岁以下的婴幼儿，特别是3岁以下的婴幼儿。由于婴幼儿生长发育的特点与成人相比有很大的差异，因此，婴幼儿按摩也就有别于成人按摩，诸如按摩手法、常用穴位、常见疾病、按摩适应证、禁忌证等都有自身的特点。





● massage

婴幼儿按摩，聪明父母的必修课



婴幼儿按摩不仅是父母与宝宝情感沟通的桥梁，还是宝宝健康的守护神，其具有帮助宝宝加快新陈代谢、减轻肌肉紧张等功效。通过对宝宝皮肤的刺激，使身体产生更多的荷尔蒙，促进对食物的消化、吸收和排泄，加快体重的增长。按摩还能帮助婴儿睡眠，减少烦躁情绪。

► 培养婴幼儿优良性格和爱心

经常受到抚摸或按摩的婴幼儿不会感到孤单、寂寞，且抚摸和按摩能增加婴幼儿安全感、自信心和爱心，长期坚持对婴幼儿的按摩可以让他们性格开朗、勇敢自信、平易近人。

► 提高婴幼儿免疫力

长期的按摩能有效地增强婴幼儿食欲、促进胰岛素及胰高血糖的分泌、促进胃酸分泌，加强胃窦收缩和消化道功能，锻炼四肢的活动能力，消除外界刺激，改善婴幼儿睡眠等。



► 简单方便、经济安全、易学易用

婴幼儿按摩是一种无针、无药、无创伤、无副作用的物理疗法，可作为部分疾病如便秘、近视等的主要治疗方法，亦可作为部分疾病的辅助疗法，有利无弊；具有易学、易掌握、易操作、方便灵活、见效快。

► 易于被婴幼儿接受

辅助按摩作为疾病辅助疗法，不用打针吃药，故不会给婴幼儿带来恐惧感，不受时间、地点、环境和条件的限制，仅凭按摩者双手与婴幼儿肌肤的接触，多数手法均轻柔、舒适，能增加按摩者对婴幼儿的亲合力，易于被婴幼儿接受。

► 提高婴幼儿对自身的主动认识和锻炼婴幼儿的交际能力

在抚摸或按摩过程中，尤其是小于一岁的婴幼儿，对自身的主动认识能力很差，只有通过父母及亲人的抚摸或按摩来加强对自身的主动认识。通过肌肤的触觉神经和非语言性的情感交流，能激发出感知能力并锻炼交际能力。





● massage

不可不知的婴幼儿生理和病理特点

baby

婴幼儿从出生到成年，处于不断生长发育的过程中，无论在形体、生理、病理等方面都与成人有所不同，年龄越小，差异越显著。

► 传统医学认为其生理特点

◆ **脏腑娇嫩、形气未充**：婴幼儿肌肤柔嫩，肠胃柔弱，筋骨不强，血气未充，经脉未盛，内脏精气未足，卫外机能未固，阴阳二气均属不足，中医学提出了“稚阴稚阳”“稚阳未充，稚阴未长”的观点，即认为婴幼儿无论在物质基础还是在生理功能方面都是幼稚和不完全的，尤其是婴幼儿肺、脾、肾更为突出。

◆ **生机蓬勃、发育迅速**：中医学认为婴幼儿生机旺盛，发育迅速。年龄越小，生长越快，对水谷精气需要越迫切，即营养的需要量相对越大。



► 传统医学认为其病理特点

◆ **抵抗力差、容易发病**：由于婴幼儿脏腑娇嫩、形气未充的生理特点决定了其对外界环境的被动适应性和依赖性，然而婴幼儿寒暖不能自调，饮食不能自节，故易为外邪风、寒、暑、湿、燥、火六淫所侵，或内由乳食不节所伤故容易发病。

◆ **传变速度，年龄越小越突出**：婴幼儿生理功能的不完善，易导致病情变化迅速，具体表现为易虚、易实、易寒、易热，若调治不当，容易轻病变重，重病转危。

◆ **脏气清灵，易趋康复**：婴幼儿为“纯阳之体”，生机蓬勃，活力充沛，脏气清灵，反应敏捷。在疾病过程中，其组织再生和修补能力也是旺盛的，且病因单纯，很少受七情影响，在患病之后，如能及时调治，容易痊愈，较快恢复其生理功能。

现代医学认为婴幼儿生长发育最为旺盛，代谢快，吸收快，排泄快，生长也快，但婴幼儿由于体质和功能均较脆弱，极易受外界因素影响，因此抗病能力差，免疫力低下。还认为婴幼儿的呼吸、循环、消化、神经等系统，均有其解剖、生理上的特点。

◆ **在呼吸系统方面**：婴幼儿整个呼吸道（鼻腔、咽喉、气管、支气管）比成人狭小，黏膜下的血管和淋巴管丰富，发炎时黏膜充血肿胀，易使狭小的管腔阻塞。如新生儿和婴幼儿患感冒，易发生鼻塞不通；患支气管炎、肺炎时，鼻煽、气促、发



紺等呼吸困难症状特别明显。由于婴幼儿新陈代谢旺盛，需氧量大，因此每分钟呼吸次数因病理性代偿而增多。

◆ **在循环系统方面：**婴幼儿的心跳较成人快，随着年龄的增大，心跳逐渐减慢，到14岁才接近成人的心率；血压与此相反，年龄越小，其生理正常值越低。

◆ **在消化系统方面：**婴幼儿3~6个月间唾液分泌由少到多，可以出现生理性流涎。新生儿及乳儿胃多呈水平位，贲门肌肉松弛，幽门肌肉紧张，空气容易进入胃内，因而易溢乳和呕吐。在婴幼儿分泌的各种消化液中，消化酶的活力较低，消化道的运动功能也不稳定，因此如饮食不当，就易造成消化不良。婴幼儿肠管相对的较成人长，肠系膜也长，故易发生肠套叠或肠扭转。由于婴幼儿肠壁的通透性较高，消化不良产物和肠内毒素易于透过肠壁进入血液，故易引起中毒和过敏现象。

◆ **在神经系统方面：**新生儿大脑皮层细胞分化不全，皮层功能较差，受到刺激后，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。乳幼儿大脑皮层对皮层下中枢的控制能力薄弱，故熟睡时易惊扰。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惊厥。



● massage

婴幼儿按摩治病的七大理疗密码



婴幼儿按摩是一种良性的、有序的和具有双向调节作用的物理刺激，易被婴幼儿内脏或形体感知，从而产生功效。传统医学认为按摩表现为作用于体表某一局部，通过人体经络、气血起着疏经通络、行气活血、濡润筋骨、滑利关节等作用，进而影响到五脏六腑乃至全身各部，故又有全面调整阴阳平衡、扶正祛邪的作用。现代医学证实：按摩通过“力”“能”“信息”的转化和传递，可促使机体向良性方向转化。

◆ **作用于皮肤组织：**皮肤是直接接受按摩治疗的人体组织，皮肤具有调节机体温度和保护皮下组织不受伤害的功能。按摩手法能加强皮脂腺及汗腺的分泌，清除



衰亡脱落的上皮细胞，改善皮肤代谢、软化疤痕、增强体表的防御功能；同时还能增强皮肤的光泽和弹性，延缓皮肤的衰老。摩法、抹法、揉法、擦法等手法都很容易使皮肤毛细血管扩张、皮肤温度升高。

◆ **作用于肌肉组织：**肌肉做功后，由于代谢的中间产物乳酸大量产生，且沉积在肌肉组织中，人体会出现肌肉痉挛疼痛和疲劳现象。按摩能促进乳酸的消散和排出，使疼痛缓解，疲劳消除，按摩还能增强肌肉的张力和弹性。

◆ **纠正异常解剖位置：**凡关节错位、肌腱滑脱等有关组织解剖位置异常而致的病症，均可运用按摩手法得以纠正。例如：婴幼儿桡骨小头半脱位，患肢活动障碍处于强迫体位，只要手法运用正确，就可以手到病除。

◆ **改善血液循环：**实验证明，按摩能增加毛细血管的数量，增大管径，使血液循环大大改善。同时还能促进病变组织血管网的重建，恢复血管壁的弹性，改善管道的通畅性能，降低血液流动的外摩擦力等。

◆ **帮助消化：**实验证明，对消化系统投影于体表处的局部按摩以及对脾胃相关的穴位如脾俞、胃俞穴、足三里穴、脾经、胃经等按摩能引起胃肠蠕动增强或减弱，即对消化系统具有兴奋和抑制的双向良性调节作用。也有实验证明，对这些穴位按摩后，可降低胃泌素的分泌和增强小肠的吸收功能等，所以对消化

系统功能性病变有较好的治疗效果。

◆ **调节神经系统：**按摩可降低周围感觉神经末梢的兴奋性，故常用于止痛；重手法则用来治疗肌痉挛，亦能促进损伤的功能恢复。腹部按摩可通过植物神经的作用，刺激消化腺分泌，增进消化吸收和调节胃肠蠕动功能。背俞穴的按摩治疗，可通过神经反射，影响脊髓和大脑的调节功能，从而使相应脏器的功能发生变化。如肺俞对呼吸系统，脾俞、胃俞对消化系统，八髎穴对泌尿生殖系统等的作用。

◆ **调节情绪：**轻柔的按摩手法能使婴幼儿情绪放松、稳定，可减轻或消除心理上对疾病的不良反应。因此按摩不仅对器质性病变是一种有效的治疗方法，而且也是心理治疗的一种手段。

综前所述，按摩治疗确实是一种简便、实用、疗效确切的治疗方法，但关键的问题是要正确掌握按摩手法、穴位，临床上要运用恰当。要达到得心应手的境界，应认真学习，刻苦练习，反复体会、实践，逐步摸索和掌握按摩治疗的规律。有研究表明，按摩通过穴位补泻及腕腹部的直接操作，能调节胃肠蠕动，改善胃肠道血液循环和淋巴回流，加速消化液分泌，促使炎症消散，利于组织恢复。这种治疗方法不使用药物，又能够起到用药的作用，有时比用药起效还快、疗效还好，没有药物的副作用，还解决了婴幼儿服药困难的难题。



● massage

专家推荐的婴幼儿按摩介质



按摩时为了减少对皮肤的摩擦，可借助某些润滑物质，如水、酒、油类的液体或滑石粉等起到润滑皮肤，增强手法的作用，这些物质统称为按摩介质。从理论角度来说，按摩介质的选用有一定的学问，外感表证类如感冒等多选用解表类药：如葱汁、姜汁、薄荷汁等；如疾病与瘀血有关常用活血化瘀类药如麝香液、红花油、鸡油膏等；如疾病属热性则多选用寒凉类药物如薄荷汁、猪胆汁、淡竹叶浸液等。

从剂型分类角度出发，现将按摩介质介绍如下

● 鸡蛋清

把鸡蛋打一小洞，取蛋清用。或将蛋清与白面和成面团，医者手执面团在患儿胸、腹、腰背部搓摩滚动。该法是治疗婴幼儿感冒的常用方法。

● 生姜汁

把生姜捣烂如泥，绞出姜汁装瓶备用。姜汁柔滑，用之不易擦破皮肤，且生姜本身又有温经散寒，祛邪外出的作用，因而成为婴幼儿按摩最常用的介质之一。生姜汁尤其适用于婴幼儿风寒外感及虚性的病症。

● 大蒜汁

将大蒜去皮洗净捣汁，加少量清水，其性辛、能温中健脾，还能止痒，蘸汁揉膈中、脾俞、清肺经可治疗婴幼儿咳嗽，以该汁擦疹能退疹止痒。

● 鲜葱汁

将葱放入95%的酒精中浸泡，两周后取汁用。用于婴幼儿外感风寒。

● 婴儿油

现在临床还常用以强生为主导的系列产品如baby油，针对婴幼儿娇嫩的皮肤而开发，其性较为温和。

● 清凉油

清凉油能散风、消肿、止痛、止痒、清脑、醒神。该品治疗范围较广，如婴幼儿夏季中暑、头昏、呕吐或皮肤因蚊虫叮咬引起瘙痒时常用。

● 嫩藕汁

取嫩藕根茎部分绞汁，有清热生津、凉血止血、散瘀的作用，婴幼儿疳积、婴幼儿皮肤病，如皮肤瘙痒、斑疹疔痘时常用。

● 荷叶汁

取鲜荷叶洗净捣烂取汁，其有清热解暑、散瘀止血、升阳清解的作用，婴幼儿夏季中暑，头痛头胀、不思乳食或消化不良时常用，另外，本品有散瘀止痛的作用。





● massage

婴幼儿按摩的法则和处方



温、运、补、泻、汗、吐、散、清八法是婴幼儿按摩治病的基本法则，在该法则指导下才能发挥婴幼儿按摩的平衡阴阳、调和脏腑、疏通经络、行气活血、扶正祛邪的作用。

婴幼儿按摩的处方：是由手法、穴位、次数（或时间）组成，其中有主穴和配穴，主穴是针对疾病的主症，起到主要治疗作用的穴位。配穴的意义有以下几种：①加强主穴的作用；②制约主穴的作用；③协助主穴治疗的一些次要症状。本书中主穴即是基本处方中选用的穴位，配穴即是随症加减时选用的穴位，本书配穴主要任务是根据辨证分型，协助主穴治疗一些次要症状。



● massage

婴幼儿按摩的适应证和禁忌证



◆ **婴幼儿按摩的适应证：**小儿按摩的适应证相当广泛，凡小儿内科、外科疾病都可应用，且有良好的效果。从临床实践来体会，疗效最明显的是一般发热性疾病与急慢惊风、消化不良、呕吐、泄泻、便秘、腹痛、腹胀、疟疾、痢疾、疳积、痫症、咳嗽、夜啼、脐风、重舌木舌、遗尿、疳腮、口疮、顿咳等疾患。当然，推拿疗法不只适用于上述范围。在临床上与中药针灸配合起来使用效果更加显著。另外，小儿保健按摩对健康无病儿童有增进食欲、提高机体免疫力和抵抗能力的作用。

◆ 婴幼儿按摩的禁忌证：

- 1 皮肤发生烧伤、烫伤、擦伤、裂伤及生有疖疮等，局部不宜按摩。
- 2 局部红、肿、热、痛的皮肤感染性疾病，如脓肿、丹毒、骨结核、骨髓炎等不宜按摩。
- 3 按摩前应排除损伤后引起的各种骨折、脱位等。
- 4 高热、惊厥等危重症候应去医院就医，避免单独按摩治疗。





● massage

婴幼儿按摩手法操作要求



婴幼儿按摩手法种类较多，有不少按摩手法与成人手法相似，婴幼儿脏腑娇嫩，形气未充，肌肤柔弱，耐受力差，故有的手法虽然在名称上和成人一样，而在具体操作时却完全不同。

1 婴幼儿按摩操作身体顺序是先头面，其次上肢，再次胸腹腰背；最后是下肢；穴位顺序是先推主穴后推配穴，或先推配穴后推主穴。

2 婴幼儿按摩手法的总要求是：轻快，柔和，平稳，着实，透达病所，刺激强度要适宜，不可竭力攻伐。

3 手法刺激的强度应根据患儿年龄大小，体质强弱，病史长短，病势急缓而定。如病轻患儿，操作时间宜短，用力宜轻，速度宜缓，一日或两日一次；病重患儿，操作时间宜长，用力易重，速度宜快，每日按摩一至二次。



● massage

婴幼儿按摩的注意事项



1 **施术环境**：室内保持一定温度，不宜过冷过热；夏天要通风，寒冷季节，施手法者双手要保持温暖，不可过凉，以免使患儿产生惊慌；室内光线应充足，以利于诊察婴幼儿病情，以及按摩后的反应。按摩治疗结束后应令患儿避风。同时施按摩者应态度和蔼，要注意经常剪修指甲，勤洗手，保持清洁卫生，避免损伤婴幼儿皮肤，造成感染。



2 **施术体位**：按摩治疗时，根据婴幼儿的病情、所选取的穴位以及操作手法等因素，婴幼儿分别采取坐位、俯卧位、仰卧位等体位。按摩者以方便操作，便于用力为前提，选取坐位或站位施治。施术时固定好婴幼儿体位，注意婴幼儿的体位坐卧舒适、力求自然，以免婴幼儿躁动时引起外伤。

3 婴幼儿按摩的穴位有点状、线状、面状。婴幼儿

