图解指压丛书

哮喘
小儿哮喘

原著 摇岩渊浩司
翻译 摇杨 利 平
谈 摇摇勇
王 育 良

中国中医药出版社
·北京·

需要全本请访问 www.ertongbook.com

摇摇图书在版编目（悦哗）数据

摇摇哮喘·小儿哮喘辕（日）岩渊浩司原著；杨利平，谈勇，王育良译援
摇—北京：中国中医药出版社，圆猿员圆援愿
（图解指压丛书）
陨泽耘晕苑猿员圆员猿缘愿缘愿缘愿

Ⅰ援哮…摇Ⅱ援①岩…②杨…③谈…④王…摇Ⅲ援①哮喘—穴位按压疗法—图解②小儿疾病：哮喘—穴位按压疗法—图解摇Ⅳ援砸圆猿援愿

摇摇中国版本图书馆悦哗数据核字（圆园员猿）第圆园猿员园园缘员号
图字：园员原圆园员猿园员缘员号

本书由日本东京ユリシス出版部授权翻译出版

中国中医药出版社出版

发行者：中国中医药出版社
摇摇摇摇（北京市朝阳区东兴路苑号摇电话：远园缘缘缘缘缘摇邮编：员园园园苑
摇摇摇摇（邮购联系电话：远园缘缘缘缘缘摇远园缘缘缘缘苑
印刷者：北京北宇印刷厂
经销者：新华书店总店北京发行所
开摇本：愿员缘毫米摇猿圆开
字摇数：苑员千字
印摇张：猿援愿缘
版摇次：圆园员猿年愿月第员版
印摇次：圆园员猿年愿月第员次印刷
册摇数：缘园园园
书摇号：陨泽耘晕苑猿员圆员猿缘愿缘愿缘愿
定摇价：愿园园元
如有质量问题，请与出版社发行部调换。

序

古代的中医学从中国传入日本以后，适应日本的风土人情以及日本人的体质、思想，发展成为日本汉方医学。

中国的中医学里有着众多的技术门类，在日本，主要是汤液（中药煎剂）、针灸、推拿得到了较大的发展，而且形成了具有日本特色的独特体系，为日本人民的健康保健做出了巨大贡献。

推拿在日本的江户时代（[illegible]）被称为按摩，当时以宫脇仲策、藤林良伯、内海辰之进、太田普斋等人为代表，大力弘扬学术，形成了独具日本风格的按摩医疗体系。自日本明治时代（[illegible]）起，西洋医学体系的引入，给汉方医学带来了巨大的影响和冲击。按摩也不例外，受到了西医学的很大影响。这种影响的结果，是在日本的大正（[illegible]）到昭和（[illegible]）初期，形成了按摩的现代化趋势，于是产生了“指压”、“整体”等医疗技术名称。指压，作为医生常用的高超医疗技术之一，为广大患者所接受。而且，作为患者自我治疗与保健的手段之一，在广大群众当中也十分流行。在日本，指压技术不仅仅被医生所常用，作为一种由家属或患者本人就可以方便施行的有效疗法，已经进入了千家万户。

如今，这套指压丛书得以翻译成中文出版，通过指压，如果能为中国人民的治疗与保健做一点贡献的话，这也是日本医学对接受中国医学二千多年恩惠的一点回报吧。

这套丛书由我的同学片仓武雄先生为中心的学术团体的成员们所著。片仓先生是日本按摩指压界屈指可数的领头人，主办了“命门会指压塾”，培养了众多弟子，得到了很高的评价。由他们亲笔著成的这套丛书，必将会受到中国读者的欢迎。

日本鸡林东医学院院长摇梁哲周

（日本国东京都台东区东上野 [illegible]

[illegible]年 [illegible]月 [illegible]日

（杨钢摇翻译）

原著者前言

最近，哮喘的患者有增多的倾向，这是因为汽车的排出气体，工厂的排烟使大气污染增大，或是暖气空调的普及、螨虫、霉菌的增殖，再有色料、防腐剂等食品添加剂的使用而引起的文化、生活的变化所致。还有，由于生活环境的变化，加之精神神精紧张也是一个原因。

哮喘，患者本人不用说，对护理其的家庭成员来说也是相当痛苦的疾患。发作时可以用药来抑制，但因本病是反复多次发作的慢性病，即使现代医学也在进行祛除病因的治疗，改善体质的指导。但是，指压的基础是汉方医学的有关理论，其考虑问题的着眼点是以某具体人的体质为基准，来选择指压方法的治疗。只要把握自己属于哪一类型的哮喘，每天坚持不懈地指压，完全治愈也并非是梦想。本书立足于无论是谁都能弄明白自己的类型需掌握的要点，并将这些治疗方法归纳整理成册。

笔者作为苦于小儿哮喘之疾的患者之一，用本书起个话头，希望更多的患者能从哮喘的病痛中被解放出来。

在本书的归纳整理过程中，承蒙鸡林东医学院院长梁哲周先生，以及命门会的主宰者片仓武雄先生的指导，还有园部智子、片山先生两位的鼎力相助，在此由衷地表示感谢！

日本·岩渊浩司

目次

小儿哮喘的特征…… 员
1 由独自生活而诱发的哮喘 …… 圆
2 当工作陷入僵局时引起哮喘的发作 …… 源
3 与哮喘有关的脏器 …… 远
4 哮喘以外所担心的症状，判断的方法 …… 愿
5 一旦受凉就引起哮喘发作 …… 员园
6 和烧心症状一起的哮喘 …… 员圆
7 一吸灰尘就引起哮喘发作 …… 员源
8 产后身体状况崩溃而发作的哮喘 …… 员远
9 哮喘发作的同时听力减退 …… 员愿
10 不能吵架，烦躁不安致哮喘发作 …… 圆园
11 少食小儿的哮喘 …… 圆圆
12 每当身热时出现特异性皮炎和小儿哮喘 …… 圆源
13 夫妇吵嘴之日，小儿哮喘发作 …… 圆远
14 哮喘发作时通用的指压 …… 圆愿
15 寒冷时期引起发作的类型（寒痰阻肺证）的症状 …… 猿园
16 寒冷时期引起发作的类型（寒痰阻肺证）的治疗 …… 猿圆
17 寒冷时期引起发作的类型（寒痰阻肺证）的辅助疗法 … 猿源
18 闷热时期引起发作的类型（痰热壅肺证）的症状 …… 猿远
19 闷热时期引起发作的类型（痰热壅肺证）的治疗 …… 猿愿
20 闷热时期引起发作的类型（痰热壅肺证）的辅助疗法 … 源园
21 容易疲劳的类型（脾肺气虚证）的症状 …… 源圆
22 容易疲劳的类型（脾肺气虚证）的治疗 …… 源源
23 容易疲劳的类型（脾肺气虚证）的辅助疗法 …… 源远

需要全本请访问 www.ertongbook.com

24 下半身倦怠、手足热的类型（肺肾阴虚证）的症状 …… 源愿
25 下半身倦怠、手足热的类型（肺肾阴虚证）的治疗 …… 缘园
26 下半身倦怠、手足热的类型（肺肾阴虚证）的辅助疗法 …… 缘园
27 下半身倦怠、易冷的类型（肺肾阳虚证）的症状 …… 缘源
28 下半身倦怠、易冷的类型（肺肾阳虚证）的治疗 …… 缘远
29 下半身倦怠、易冷的类型（肺肾阳虚证）的辅助疗法 … 缘愿
30 烦躁类型（肝气犯肺证）的症状 …… 远园
31 烦躁类型（肝气犯肺证）的治疗 …… 远圆
32 烦躁类型（肝气犯肺证）的辅助疗法 …… 远源
33 小儿哮喘共同的指压 …… 远远
34 肠胃虚弱类型（肺脾气虚证）小儿哮喘的症状 …… 远愿
35 肠胃虚弱类型（肺脾气虚证）小儿哮喘的治疗 …… 苑园
36 发育迟缓类型（肺肾阴虚证）小儿哮喘的症状 …… 苑圆
37 发育迟缓类型（肺肾阴虚证）小儿哮喘的治疗 …… 苑源
38 神经紧张为原因的类型（肝气犯肺证）小儿哮喘的症状 …… 苑远
39 神经紧张为原因的类型（肝气犯肺证）小儿哮喘的治疗 …… 苑愿

●指压 粤月悦
1 指压疗法是随时随地简单易行的治疗方法 …… 愿圆
2 指压疗法的基础——推、挤、按、压 …… 愿源
3 按压工具——按摩球和研磨棒 …… 愿远
4 仅靠按摩不能消除酸痛时，用挤捏推拿法 …… 愿愿
5 推拿工具——用球进行 …… 怨园
6 能取得意外效果的抚摸刺激 …… 怨圆

7 抚摸的工具——用汤匙和空瓶进行按摩 …… 怨源
8 指压治疗法结束时再做敲打的刺激 …… 怨远
9 敲打的工具——用棉卷芯和不求人进行按摩 …… 怨愿
10 能激发肌肉和肌腱活性的抓捏刺激法 …… 员园
11 刺激关节周围部位是一种运动法 …… 员园
12 穴位是反应点也是治疗点 …… 员园
13 如何寻找穴位 …… 员园
14 避免指压的情况 …… 员园
15 能取得治疗效果的指压法 …… 员园

●指压 圆圆 …… 员猿

小儿哮喘的的特征

本书分为哮喘和小儿哮喘。即使在现代医学小儿哮喘与成人哮喘的治法也不同。这是因为儿童的身体并不是成人身体的微形化，而具有独特的特征。为此，小儿的疾患由小儿科医生来诊断、治疗。现代医学认为：小儿疾患呼吸系统和消化系统几乎占了大半。另外，在成长、发育过程中的小儿由外而来的刺激更容易侵袭这些器官，致使疾病集中，哮喘就是这其中之一。

在汉方领域里，为能准确地把握小儿的特征，而棘手于发热、喉咙干渴这在汉方医学被称作阴虚状态的症状。阴是身体所需的，不能温煦的，有滋润作用的，对身体中有形之物起制约作用的物质。对处于成长旺盛期的小儿来说，为了身体成长的需要多量使用阴分，稍有些不注意就很容易成为阴虚，由于这些因素，就会引起哮喘。

更应指出的是，小儿患病时有所谓的“母子同服”之说，即是，小儿有病让其母亲服药。小儿的情况，精神上还与母体合为一体，母亲的心身不调，可成为小儿疾病的原因。不用说，小儿哮喘与之相吻合。

据此，小儿哮喘的原因、症状的表现方法，与成人不一，还有，指压的情况，经穴不像成人的分化细致，因此没有必要像成人那样根据细致的类型而分经穴。更需认识的是，因小儿皮肤感觉敏感，若给予同成人那样的刺激，往往刺激过剩的情况多见，从这些理由来看，应将小儿哮喘与成人哮喘分开来考虑。

1 由独自生活而摇 诱发的哮喘



摇摇高中时代的朋友 杂君来了电话，据说最近他的身体状况不佳。这不由使我回忆起这位朋友以前就是所谓的虚弱体质，经常感冒、不擅长活动、体育课经常见习，当时隔 苑年之久再与他相逢时，他较以前又变得憔悴了一些。一问起来，原来他近来易疲劳，从事日常工作也觉得体力不支，只有躺下来休息后才会感到舒服，确属相当的疲劳程度了。当极度疲劳时，就会诱发哮喘。

寻问他从何时起身体变得这样弱不经风的，得到的答复是：自从独自过单身生活以后，饮食的一日三餐主要利用外面的餐厅饮食，这样常常是有时就餐而有时也就不想用了，这样的生活大致持续了 圆年左右，身体逐渐变得不耐疲劳，经常大便溏薄；身体状态欠佳时，就会出现腹泻，说话声音变弱，身体倦怠乏力。

像 杂君这样原来虚弱的体质，加上饮食失于正常规律，身体得不到及时营养的补充，长此以往，变得容易疲劳，这就酿成了哮喘发作的原因。在对他施行指压疗法治疗的同时，指导他尽量考虑饮食的平衡，有规律地正确摄入，严肃地告诫他避免像蛋糕、点心、盒装方便面等食物，饮酒也以对身体有益为限度。这样经过 员周 员次连续使用指压疗法，并留神他的饮食，大约经过猿个月的调治，工作之余疲劳感消失的同时，哮喘也变得不太发作了。经过半年时间的调治，他恰似变了一个人，精神多了，说话的声音听起来也充满了活力。

这之后他仍每月 员次进行指压治疗，几乎再没有发作哮喘，疲劳感也烟消云散了。

2 当工作陷入僵局时摇 引起的哮喘发作

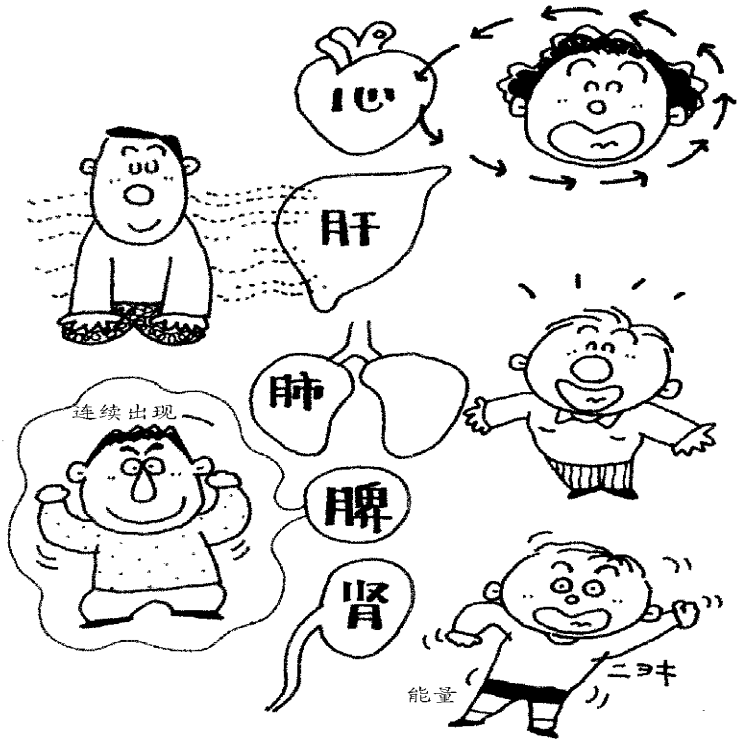


需要全本请访问 www.ertongbook.com

摇摇漏豢岁的 酝，是某证券公司的分店经理，上任以来不景气，该分店的营业额未能上升，作为一个负责人不断地感到压力。最近，容易烦躁，有芝麻大的事也往往训斥手下人一番，每月最后一天，好像是规定的哮喘发作日，厉害时变得呼吸困难。

这不就是由于工作的压力而导致的哮喘发作吗。这样一说，起初他用诧异的眼光看着我，似乎不相信分析出引起这种哮喘的原因。选择使烦躁情绪能镇静下来的穴位进行指压，不知不觉间像是心情舒畅地开始入睡了，当治疗结束时，打着鼾声熟睡着。醒来后的 酝说，总是担心的胸闷感消失了，呼吸也变得畅快了。因此转变了看法，当我解释说现在的治疗是解除神经的紧张时，他完全能接受这一说明了，并认为他长期蓄积着的就是这种情绪。以后他接受了门诊的治疗。员月里按 圆~ 猿次的比例就诊，哮喘再未发作，遇到手下的职员也克服了随意发泄情绪之弊，工作场所，上下级人与人之间的关系也变得融洽起来了。

3 与哮喘有关的脏器



摇摇哮喘的原因不明

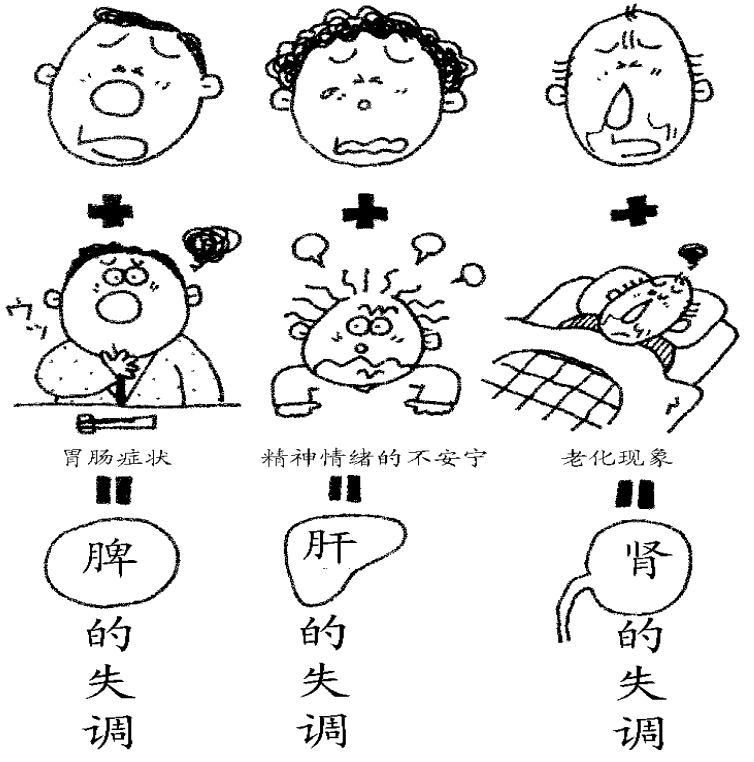
哮喘被认为是典型的过敏性疾患之一。确实，像螨虫、花粉、牛奶、鸡蛋等的过敏反应，诱发哮喘是较多的，但是，除此之外，细菌、病毒的感染，植物神经功能的失调，激素分泌的异常，精神的激惹、压抑等也被认为是哮喘的原因。还有，遗传因素也被认为是一个大的因素。即使在现代医学哮喘也是一种原因不明的及其治疗方法还不能确定的疾病之一。

脏腑功能失调对呼吸机能的影响

那么，在汉方领域，对哮喘是怎样认识，施以什么样的治疗方法呢？实际上，在二千年前的古典医籍中，就已经出现过对哮喘这种疾病认识的记载。所以，哮喘被认为是五脏功能的失调所致。所谓的五脏，是指肺、心、脾、肝、肾，这些脏腑的含义未必与现代医学的肺脏、心脏、脾脏、肝脏、肾脏包含的内容都一致，而是指与这些脏器所具有的生理功能相同。

肺	**担当主呼吸的功能**
心	**具有给予身体以营养、润泽之功能，主全身血液循环**
脾	**消化食物、蓄积能量、并为身体所需**
肾	**具有生命力元气，支配身体的成长、发育**
肝	**使情绪安定、管理精神活动**

4 哮喘之外所担心的摇 症状,判断的方法



摇摇与哮喘关系最密切的脏器是肺，一旦肺部呼吸的功能失调，就引起哮喘。不仅只有这点，其他脏器功能失调，肺受其影响，以致呼吸功能不能很好地发挥作用，也会导致哮喘，在其他脏器中与哮喘关系密切的是脾、肝、肾三脏。

为辨别自己的哮喘是由哪个脏器功能失调而导致时，首先，要理清在哮喘发作时会出现什么样的症状，是爽利地咳出痰来，还是粘巴粘巴难以切断的粘稠状痰，或是不伴痰的干咳等等，当咳嗽时，请仔细地观察咳嗽时的状态吧。

不仅如此，哮喘之外的其他症状也是重要的辨识依据。症状和脏器的关系，如下所示。

脾	**食欲不振、呕吐、腹泻等经常出现的胃肠症状，或是由于反复地暴饮暴食增加了胃肠负担**
肝	**烦躁、恼怒、忧郁等精神不安定症状**
肾	**宿疾在身、体质虚弱、伴见下肢及腰部不利等的老化现象**

还有，容易引起哮喘发作的季节因人而异，有在冬天寒冷季节诱发的，或在湿度高的时节，体质下降而致，或是与之相反在干燥的季节变得严重起来。在某一定时期里频繁发生的时候，可以判断为这些气候变迁致使各脏器功能失调，诱发哮喘。指压，就是一种在查明哮喘的原因后分辨隶属哪个证型，再依据该证型的性质施以治疗的方法。

5 一旦受凉就引起摇 哮喘发作



需要全本请访问 www.ertongbook.com