

·指南与规范·

医疗机构小儿推拿技术规范

兰晓雪¹ 王悦¹ 张英² 陈千吉¹ 梁元文¹ 周蓉³ 顾思睿⁴ 安易¹ 尚可新⁵
刘文可⁶ 叶兴竹⁷ 邵辉⁸ 姜苗⁹ 于长禾⁸ 陈红¹

¹北京中医药大学第一临床医学院推拿疼痛科,北京 100700;²中国航天科工集团七三一医院社区卫生服务中心,北京 100074;³北京中医药大学东方医院儿科,北京 100078;⁴中日友好医院儿科,北京 100029;⁵赤峰学院附属医院儿童康复科,赤峰 024000;⁶北京市东城区社区卫生服务管理中心,北京 100010;⁷北京市朝阳区安贞社区卫生服务管理中心,北京 100011;⁸北京中医药大学东直门医院推拿疼痛科,北京 100700;⁹北京中医药大学生命科学院,北京 100029

通信作者:于长禾,Email:yakno2@163.com;陈红,Email:bin8266@hotmail.com

【摘要】 小儿推拿技术标准化有利于规范小儿推拿从业者技术操作。依据教材、古籍和文献资料,通过德尔菲问卷及专家共识的方法制订小儿推拿技术规范。本规范涵盖了小儿推拿基本手法、常用穴位的定位操作及功效主治、小儿推拿的诊疗规范(适应证、禁忌证、慎用证、操作步骤与方法)等。

【关键词】 规范; 医疗机构; 小儿; 推拿; 技术规范

基金项目:国家中医药管理局“慢性病治未病干预方案团体标准项目”(2021年)

Standardized manipulations for pediatric Tuina in medical institutions

Lan Xiaoxue¹, Wang Yue¹, Zhang Ying², Chen Qianji¹, Liang Yuanwen¹, Zhou Rong³, Gu Sirui⁴, An Yi¹, Shang Kexin⁵, Liu Wenke⁶, Ye Xingzhu⁷, Shao Hui⁸, Jiang Miao⁹, Yu Changhe⁸, Chen Hong¹

¹Department of Tuina, the First Clinical Medical College, Beijing University of Chinese Medicine, Beijing 100700, China; ²Community Health Service & Management Center, China Aerospace Science and Industry Group of 731 Hospitals, Beijing 100074, China; ³Department of Pediatrics, The Second Clinical Medical College of Beijing University of Chinese Medicine, Beijing 100078, China; ⁴Department of Pediatrics, China-Japan Friendship Hospital, Beijing 100029, China; ⁵Department of Child Rehabilitation, Chifeng University Affiliated Hospital, Chifeng 024000, China; ⁶Dongcheng District Community Health Service & Management Center, Beijing 100010, China; ⁷Anzhen Community Health Service Center, Beijing 100011, China; ⁸Department of Tuina, Dongzhimen Hospital, Beijing University of Chinese Medicine, Beijing 100700, China; ⁹School of Life Science, Beijing University of Chinese Medicine, Beijing 100029, China

Corresponding author: Yu Changhe, Email: yakno2@163.com; Chen Hong, Email: bin8266@hotmail.com

【Abstract】 The standardization of pediatric Tuina is beneficial to pediatric Tuina practitioners in a norm practices. The paper collects the content from teaching textbooks, TCM ancient books and database literature, and tries to develop the technical specifications of pediatric Tuina by four rounds Delphi surveys and expert consensus. This specification covers the manipulation of pediatric Tuina, the position of acupoints, the effects of acupoints and the diagnosis and treatment of pediatric Tuina, including indications, contraindications, cautious use, operation steps and methods.

【Key words】 Benchmarking; Medical institutions; Pediatrics; Tuina; Standardized manipulations

Fund program: National Administration of Traditional Chinese Medicine "Group Standard Project of Preventive Intervention Program for Chronic Diseases" (2021)

DOI: 10.3760/cma.j.cn115398-20220615-00190

收稿日期 2022-06-15 本文编辑 樊红雨

引用本文:兰晓雪,王悦,张英,等. 医疗机构小儿推拿技术规范[J]. 国际中医中药杂志, 2022, 44(12): 1327-1346. DOI: 10.3760/cma.j.cn115398-20220615-00190.



中华医学杂志社
Chinese Medical Association Publishing House

版权所有 违者必究



前言

本文件参照 GB/T 1.1—2020《标准化工作导则 第 1 部分:标准化文件的结构和起草规则》的规定起草。

本文件由北京中医药大学东直门医院提出。

本文件由中华中医药学会归口。

引言

本规范编写的主要目的是规范医疗机构小儿推拿技术。

研究背景:小儿推拿专业涉及儿科学和推拿学范畴,与中医其他学科相比,理论成形年代晚,所用穴位、手法均有别于成人,为小儿所特有,且流派众多,理论虽基本固定,但在穴位的定位、操作、功效等方面尚未达成一致认识,小儿推拿技术操作的标准流程也尚未形成。随着中国经济水平的提高及人口政策的放开,小儿推拿治疗技术逐渐进入公众视野,但因小儿推拿从业人员储备不足,技能水平参差不齐,加之小儿脏腑稚嫩、易于传变的体质特点,导致近些年小儿推拿失治、误治等不良医疗事件时有发生。为进一步规范小儿推拿从业者技术操作,提高临床疗效,减少医疗事故发生,特制定本规范。

立项依据:本规范由来自全国 17 个省市自治区的国内专家组成专家组,起草团队拥有丰富的指南标准化制定基础,由国家中医药管理局立项,中华中医药学会负责,在中医临床诊疗指南制订及修订专家和小儿推拿专家指导组的指导、监督下实施。其研制程序和方法按团体标准管理规定(国标委联[2019]1 号)要求执行。

本规范按照“科学性、规范性、实用性”原则,按照“能被行业外广泛接受和认可,并与国际诊疗指南接轨”的要求,依照循证性中医临床实践指南编制技术方法开展“医疗机构小儿推拿技术规范”的研究。

研究方法:本规范是在充分搜集和整理文献证据,以及不断征求行业内知名专家意见的基础上编制而成。在形成推荐治疗方案过程中,工作组成员基于信息饱和原则进行专家访谈收集临床问题,开展临床调研,充分考虑各级医疗机构小儿推拿开展现状、患者接受度、医保政策等要求,兼顾有效性、安全性和经济性等因素,将教材^[1-9]、流派著作^[10-22]、

古籍^[23-29]及小儿推拿技术操作相关指南中的内容进行汇总整理,通过 4 轮德尔菲问卷调查、专家共识会方法达成共识,形成推荐意见。

拟解决的问题:规范小儿推拿穴位定位、操作及主治、功效;规范小儿推拿常用手法,包括单一手法和复式手法,明确手法操作禁忌;规范小儿推拿从准备、操作至调护流程;明确小儿推拿操作技术禁忌证。

本规范经审评后,将通过发布会、规范应用推广培训班、继续教育学习班、学术会议、学术期刊等多种渠道宣传、贯彻、实施,在行业内推广应用,并编制《医疗机构小儿推拿技术规范临床应用参考手册》供推广实施用。

本规范计划定期更新。由工作组通过文献研究和专家讨论相结合的方式实现更新。本规范研制经费由国家中医药管理局提供。资助单位的观点或利益不会影响最终推荐建议的形成。

医疗机构小儿推拿技术规范

1 范围

本文件规定了小儿推拿疗法的手法操作规范及其禁忌证,规定了小儿推拿疗法的常用穴位的定位、操作及功效。

本文件规定了小儿推拿技术的适用对象、介质、适应证、禁忌证、操作步骤与技术要求及注意事项。

适用人群:一般是 12 岁以下的儿童,尤其适用于 3 岁以下的婴幼儿,包括新生儿。

适用对象:各级医疗机构小儿推拿从业人员。

2 规范性引用文件

下列文件中的内容通过文中的规范性引用而构成本文件必不可少的条款。其中,标注日期的引用文件,仅该日期对应的版本适用于本文件;不标注日期的引用文件,其最新版本(包括所有的修改单)适用于本文件。

GB/T 16751.3—1997 中医临床诊疗术语 治法部分

SCM 2 GB/T 20348—2006 中医基础理论术语

3 术语与定义

3.1 小儿推拿(Pediatric Tuina)

小儿推拿是医生通过四诊合参,对小儿疾病进行辨证论治,用手触及小儿肢体的某些部位和穴



位,根据病情的不同采取不同的操作手法以求达到疏通经络、调和气血、平衡阴阳、提升机体自然抗病能力作用的中医技术。

3.2 小儿推拿特定穴(The Specific Points of Pediatric Tuina)

小儿推拿特定穴是指不涵盖于十四经经穴和经外奇穴之中^[30],小儿推拿所特有的穴位,其形态可呈点状、线状、面状,其功效往往因操作手法不同而有所差别。其中包括与成人穴位同名异位穴(如箕门)、同位异名穴(如膊阳池)。

3.3 介质(Medium)

小儿推拿过程中经常应用,具有润滑皮肤、避免皮肤损伤、增强手法治疗作用的一类辅助物质。

4 小儿推拿基本手法

4.1 小儿推拿手法操作基本原则

4.1.1 小儿推拿基本手法操作原则

小儿推拿基本手法操作要求轻快、柔和、平稳、着实。重刺激手法一般情况下以小儿能接受为原则。

4.1.2 小儿推拿一般补泻原则

4.1.2.1 方向补泻法:主要用于小儿手部与腹部的穴位。一般而言,在腹部穴位上做向心性方向直推为补法,离心性方向直推为泻法;逆时针摩腹为补法,顺时针摩腹为泻法。

4.1.2.2 轻重补泻法:指医者在患儿体表穴位上操作时用力的大小。即轻手法操作为补法,重手法操作为泻法。

4.1.2.3 快慢补泻法:指医者运用某一手法在患儿体表穴位上操作的速度,速度快慢会影响手法频率的高低。一般而言,手法操作频率低为补法,反之则为泻法。

4.1.2.4 迎随补泻法:又称顺逆补泻法。指随(顺)其经络走行方向操作为补法,迎(逆)其经络走行方向操作为泻法。

4.1.2.5 平补平泻法:指患儿病情虚实不明显,或平素小儿保健时常用的一种方法。一般采用快慢结合、顺逆结合的方式。

4.2 小儿推拿常用单式手法

4.2.1 推法

推法包括直推法、旋推法、分推法、合推法4种。

4.2.1.1 直推法

a) 操作:用拇指桡侧罗纹面或食、中指罗纹面

在穴位上做单向直线推动的手法,称为直推法。

b) 动作要领:医者用拇指桡侧缘或罗纹面,或食、中指罗纹面附着于一定的部位或穴位上,而后做肘关节的屈伸运动,带动腕、掌、指,使指面做单方向直线移动,不宜歪斜。

c) 动作要求:用力柔和均匀,轻快连续,一拂而过,以推后皮肤表面不发红为佳。有节律,频率约200次/min。可配用适量介质。

d) 临床应用:主要应用于线状穴、面状穴等小儿特定穴的操作,如推三关、推大肠、推肝经、推肺经等,有调阴阳、和脏腑等作用。本法在某些穴位上推动的方向与补泻有关,应根据不同部位和穴位而定。

4.2.1.2 旋推法

a) 操作:用拇指罗纹面在穴位上做环形旋转推动的手法,称为旋推法。

b) 动作要领:医者肘关节做轻微屈伸运动带动腕关节和拇指掌指关节运动,使拇指罗纹面在穴位上旋转推动。

c) 动作要求:拇指罗纹面要紧贴穴位,频率约150~200次/min,用力较指揉法轻。

d) 临床应用:主要应用于手指罗纹面等部位的穴位。如旋推脾经、旋推肝经等。

4.2.1.3 分推法

a) 操作:用双手拇指罗纹面,食、中指指面或掌面,自穴中向两旁做分向推动的手法,称为分推法。

b) 动作要领:医者双手拇指伸直与四指分开,用拇指罗纹面,食、中指指面或手掌面紧贴治疗部位,自穴位的中央分别向两旁做分向推动。

c) 动作要求:操作时,两手用力要均匀,动作要柔和、协调。向两旁做分推时,既可做直线移动,也可顺体表做弧形移动,如←·→,或↙·↘,频率约100~150次/min。

d) 临床应用:多用于线状穴、面状穴及平面部位穴位的操作,如分腹阴阳、分推大横纹、分推膻中、推坎宫等。

4.2.1.4 合推法

a) 操作:用双手拇指自穴位两旁向穴位中合拢推动的手法,称为合推法,又称为“合法”或“和法”。

b) 动作要领:合推法与分推法相对而言,医者双手拇指伸直,四指分开,用拇指罗纹面或手掌面紧贴治疗部位,分别自穴位两旁向中间相向推动。

c) 动作要求:合推法操作时,两手用力要均



匀,动作要柔和、协调,频率约 100~150 次/min。

d) 临床应用:合推法主要用于腕部阴阳穴。

4.2.2 按法

a) 操作:以手指、掌根或鱼际在一定的穴位或部位上逐渐向下用力按压的手法,称为按法。可分为指按法与掌按法。

b) 动作要领:医者用手指、掌根或鱼际在操作部位上由轻到重垂直向下用力,按而留之后,再由重到轻逐渐放松。

c) 动作要求:切忌用力粗暴,突然发力。本法常与揉法配合应用。

d) 临床应用:多用于点状穴、面状穴等部位的操作,具有通经、活络、止痛的作用。

4.2.3 摩法

a) 操作:以手掌面或食、中、无名指指面紧贴于穴位或一定部位上,以腕关节连同前臂做顺时针或逆时针方向环形移动摩擦,不带动皮下组织的手法,称为摩法。根据医者的操作部位,可分为掌摩法和指摩法。

b) 动作要领:用手指指面或手掌面,紧贴于体表一定的部位或穴位,做环形的、有节律的摩动。

c) 动作要求:本法操作时手法要轻柔,速度均匀协调,压力大小适当,勿带动皮下组织,频率约 120~160 次/min。

d) 临床应用:多用于腹部、胸背部等面状穴位,如摩中脘、摩腹。

4.2.4 揉法

a) 操作:以拇指端、中指端、掌根或鱼际,吸定于一定穴位或部位上,带动皮下组织做环形旋转运动的手法,称为揉法。根据医者的操作部位,分为指揉法、掌根揉法和鱼际揉法。

b) 动作要领:医者沉肩、垂肘,腕关节放松,以肘关节为支点,前臂做主动摆动,带动腕部,使手指、掌和鱼际在治疗部位上做轻柔和缓的环旋转动,并带动该处的皮下组织一起揉动。

c) 动作要求:操作时压力轻柔而均匀,手指不要离开接触的皮肤,使该处的皮下组织随手指的揉动而转动,不要在皮肤上摩擦,频率约 150~200 次/min。

d) 临床应用:本法多用于头面部、胸腹部,如揉中脘、揉腹。指揉法常用于点状穴,根据病情需要,可二指并揉或三指同揉,如揉天枢、揉二扇门。鱼际揉法和掌揉法适用于面状穴,如揉太阳、揉腹。

4.2.5 掐法

a) 操作:用拇指、食指或中指的指甲掐穴位,

而不刺破皮肤的手法,称为掐法。

b) 动作要领:以单手或双手拇指、食指或中指指甲端,垂直于治疗穴位上重按而掐之。一般以拇指掐法最为常用。

c) 动作要求:准确取穴,指甲垂直穴位由轻渐重用。操作次数一般在 4~5 次,或中病即止,不宜反复长期使用。掐后继用揉法,以缓和刺激。

d) 临床应用:适用于头面部、手足部点状穴位,以救治小儿惊风、昏厥等症,具有定惊醒神、通关开窍的作用,如掐精宁、掐威灵。

4.2.6 运法

a) 操作:用手指的罗纹面在体表做环形或弧形推动的手法,称为运法。

b) 动作要领:用拇指或中指的罗纹面,轻附于治疗部位,做由此穴向彼穴的弧形推动,或在穴周做周而复始的环形推动。

c) 动作要求:操作时接触面要紧贴体表。手法宜轻不宜重,宜缓不宜急,操作时仅有皮肤表面的摩擦,不要带动皮下组织,频率约 80~120 次/min。

d) 临床应用:运法是小儿推拿手法中最轻的一种,常用于点状穴、面状穴、线状穴等小儿头面及手部特定穴。具有理气和血、舒筋活络作用。在某些穴位上运法的方向与补泻有关,使用时应根据不同部位与穴位而定。

4.2.7 搓法

a) 操作:用手掌面着力于治疗部位或双手夹住肢体做交替搓动的手法,称为搓法。

b) 动作要领:小儿肢体放松,医者用双手掌面夹住肢体的治疗部位,然后做方向相反的快速搓动、搓揉或搓摩运动,并同时做上下往返移动。

c) 动作要求

1) 操作时医者腕关节放松,双手用力应对称,且不宜夹得太紧;

2) 搓动要快,移动要慢;

3) 动作要灵活、连贯。

d) 临床应用:本法刺激轻柔,有疏通经络、行气活血、舒筋活络的作用,适用于四肢、胁肋部,临床上常作为辅助性结束手法应用。

4.2.8 摇法

a) 操作:以患儿关节为轴心,使肢体、关节做被动环转运动的手法,称为摇法。

b) 动作要领:医者一手握住或扶住被摇关节的近端(固定肢体),另一手握住远端,做缓和的环转运动,使被摇的关节做顺时针及逆时针方向的摇动。



c) 动作要求

1) 摇转的幅度由小到大,并根据病情掌握摇转幅度的大小,做到因势利导,适可而止;

2) 摇转的幅度必须限制在正常关节生理活动范围内,或在患儿可耐受范围内进行;

3) 操作时,动作要缓和,用力要平稳,速度宜缓慢。

d) 临床应用:摇法具有舒筋活血、滑利关节、松懈粘连等作用,多应用于四肢关节部。

4.2.9 捏脊法

a) 操作:用双手沿长强穴自下而上呈一直线捏至大椎穴,边捏边连续不断向上推移的手法,称为捏脊法。

b) 动作要领:用拇指桡侧缘顶住皮肤,食、中指前按,三指同时用力提拿皮肤,双手交替捻动向前;或食指屈曲,用食指中节桡侧顶住皮肤,拇指前按,两指同时用力提拿皮肤,双手交替捻动向前。

c) 动作要求

1) 操作前,可在皮肤表面涂以适量的介质;

2) 操作过程中,医者保持呼吸自然,身体协调,腕部放松,动作连贯,一气呵成,做有节律的、均匀一致的循序捏动;

3) 操作时捏起皮肤多少及提拿用力大小要适当,不可拧转。捏得太紧,不容易向前捻动推进,捏得太少,则不易提起皮肤。捻动向前时,需做直线前进,不可歪斜;

4) 操作时,可捏三下提拿一下,称之为“捏三提一法”;

5) 为缓解皮肤的不适感,可在每捏完一遍后以食、中、环三指或掌自上而下抹3~5遍。

d) 临床应用:主要用于背脊线状部位,具有调和阴阳、健脾和胃、疏通经络、行气活血的作用。治疗小儿积滞、疳积、厌食、腹泻、呕吐等有特效。本法根据病情需要,在捏脊过程中,提拿膀胱经的有关腧穴。

4.2.10 捣法

a) 操作:用食指或中指指端,或食、中指屈曲的第一指间关节背侧做有节奏叩击穴位的手法,称为捣法。

b) 动作要领:医者腕关节主动屈伸,带动中指指端或指间关节背侧叩击穴位。

c) 动作要求:指间关节要自然放松,捣击位置要准确,用力有弹性,频率约100次/min。

d) 临床应用:本法常用于点状穴,如捣小天

心,以安神宁志。

4.2.11 拿法

a) 操作:用拇指和食、中二指或拇指与其余四指相对用力,捏住受术部位并提起,进行一紧一松的提捏动作的手法,称为拿法。

b) 动作要领:以拇指和其余手指指面对称自然着力;以上肢发力,带动腕关节,做提拿。

c) 动作要求

1) 拿取部位、穴位要准确;

2) 操作时指间关节不宜弯曲,避免内枢的动作;

3) 拿法操作用力,要由轻到重,动作柔和连贯,不可突然用力;

4) 提拿时,指面应吸定,不可在提放中让皮肉在指下滑出。

d) 临床应用:拿法有祛风散寒、开窍止痛、舒筋通络、缓解痉挛的功效。适用于颈项、肩背、四肢等部位,常用于治疗感冒、头痛、项强、四肢关节及肌肉酸痛、筋肉挛急等。拿法因其刺激较强,常与揉法组成拿揉的复合手法,如颈项部的拿揉风池穴、肩背部的拿揉肩井穴。

4.2.12 振法

a) 操作:以指或掌在一定的部位或穴位上,做高频率、小幅度振动的手法,称为振法。

b) 动作要领:以指端或掌面自然着力;前臂和手部的肌肉绷紧,做静止性发力,使指、掌在着力部位产生高频率、小幅度的振动。

c) 动作要求

1) 指、掌自然着力,不可用力下压;

2) 前臂静止性收缩发力,不应出现主动地按压或摆动;

3) 操作时,注意力应集中于指端、掌下;

4) 振动幅度小,频率高,频率约300次/min。

d) 临床应用:振法主要用于内科推拿,在局部会产生温热、疏松的效应。有温中散寒、理气和中、消食导滞、疏肝解郁、行气活血、祛痰镇痛的功效。常用于治疗胃肠功能紊乱、消化不良、脘腹疼痛、中气下陷、痛经、胸胁腰背扭挫伤等病症。

4.2.13 拍法

a) 操作:五指并拢,用屈曲的掌面在体表进行有节律拍打的手法,称为拍法。

b) 动作要领:五指并拢,掌指关节微屈,使掌心空虚;以肘关节屈伸为主,带动腕关节的协调活动,以虚掌拍击体表。



c) 动作要求

1) 腕关节应充分放松,在前臂的带动下协调活动;

2) 操作中,应保持虚掌不变,平整地拍击体表,可闻及清脆的空气暴鸣声,不能出现拖抽的动作;

3) 拍击的动作要均匀、灵活、连贯、快起快落,不可在操作部位出现停顿,以免影响振荡效应;

4) 拍击的刺激量应根据患儿的体质、病情及耐受力而灵活掌握。

d) 临床应用:拍法轻快柔和,是临床常用的辅助手法,有疏经通络、行气活血、振奋阳气、缓解痉挛、消除疲乏的功效。适用于肩背、腰臀及下肢部。常用于治疗的整理结束阶段。对小儿烦躁不安,哭闹不休,具有调和气血的作用;对肩部知觉迟钝或肌肉痉挛等,有促进血液循环、消除肌肉疲劳和缓解肌肉痉挛的作用。

4.2.14 捏挤法

a) 操作:以两手指、食指捏住选定部位的皮肤,两手相对用力挤捏,称为捏挤法。

b) 动作要领:以两手的拇、食指对称着力;两手对称用力向中间捏挤。

c) 动作要求

1) 两手腕放松、端平,两手指尖相对挤压;

2) 操作动作要熟练灵活,捏起皮肤时动作要轻,相对用力挤捏时速度要快;

3) 捏挤皮肤以局部皮下出现红色、紫色或黑紫色瘀斑为度,但不可挤破皮肤。

d) 临床应用:挤捏法是重刺激手法,多用于颈项部和胸骨切迹上缘等部位,具有散发郁热的功效,可治疗中暑、痧证、痰湿郁结等。

4.2.15 捻法

a) 操作:用拇、食指罗纹面捏住一定部位,做相对用力捻动,称为捻法。

b) 动作要领

1) 拇指与食指捻动时揉劲宜多,搓劲宜少,两指捻动的方向相反,是一种相向运动;

2) 捻动的速度宜快,而在施术部位移动的速度宜慢;

3) 捻动时动作要灵活连贯,柔和有力。

c) 动作要求:操作时要注意不要使用拙力,手法不可僵硬、呆滞。

d) 临床应用:捻法常用于指间关节扭伤、类风湿关节炎、屈指肌腱腱鞘炎等。指间关节扭伤,可

捻损伤的关节处,以消肿散瘀;类风湿关节炎,四肢小关节肿胀疼痛者,可依次捻治,以理筋通络、滑利关节;屈指肌腱腱鞘炎,以患指的腹侧面为重点进行捻法治疗,以舒筋散结。以上四肢小关节病变均可与拇指按揉法配合应用。

4.3 小儿推拿常用复式手法

4.3.1 黄蜂入洞法

a) 定位:两鼻孔。

b) 操作:中食两指抵患者两鼻孔,按揉该处。

c) 功效:祛风通窍、发汗解表。

d) 临床应用:外感风寒所致鼻塞流涕、发热恶寒、急慢性鼻炎、呼吸不畅等上呼吸道疾病。

4.3.2 摇肘肘法

a) 定位:在肘关节尺骨鹰嘴突处。

b) 操作:一手固定小儿肘尖,另一手拇、食二指叉入虎口,同时用中指按天门穴(乾宫),屈患儿之手上下摇之。

c) 功效:通经活血、顺气生血、化痰。

d) 临床应用:气血不和、痹痛、痞块、痰嗽、急惊、上肢痿痹、痞积等。

4.3.3 打马过天河法

a) 定位:前臂正中,总筋至洪池(曲泽)成一直线。

b) 操作:用食、中二指沾水自总筋处,一起一落弹打如弹琴状,直至洪池,同时一面用口吹气随之。或先用指端揉内劳宫,然后用食、中二指沾水自总筋处,一起一落弹打如弹琴状,直至洪池,同时一面用口吹气随之。

c) 功效:清实热、营血之热。通经络、行气血,清热力量强于清天河水及大清天河水。

d) 临床应用:清热力较强,主治实热、高热等。

4.3.4 水底捞明月法

a) 定位:掌心中,屈指时中指、无名指间中点。

b) 操作:自小指根指运起,经掌小横纹、小天心至内劳宫。或于掌心中滴水,自小指根指运起,经掌小横纹、小天心至内劳宫。

c) 功效:清热凉血、宁心除烦,也可清虚热。

d) 临床应用:主治热证,虚热和实热均可,可清心肾虚热,也可治疗高热神昏、烦躁不安、热入营血等各类高热实证。

4.3.5 飞经走气法

a) 定位:自曲池至手指尖。

b) 操作:医者先用右手拿患儿左手四指不动,再以医者左手手指,从曲池起,按之、跳之,至总经(筋)处数次。之后医者左手拿住患儿之阴池、阳池



二穴,右手将患儿左手四指做连续屈伸动作 20~50 次。

c) 功效:行一身之气,清肺、化痰。

d) 临床应用:胸闷、咳嗽、腹痛、脱肛等。

4.3.6 按弦走搓摩法

a) 定位:从腋下两肋至天枢处。

b) 操作:以两手掌从两肋腋下搓摩至天枢处。

c) 功效:顺气化痰、除胸闷、开积聚。

d) 临床应用:痰壅、痰喘、咳嗽、气急、胸闷、食积、噎气、腹胀、便秘、肝脾肿大等。

4.3.7 二龙戏珠法

a) 定位:前臂正中,总筋至洪池(曲泽)成一直线。

b) 操作:以左手持患儿手,使掌心向上,前臂伸直,右手食指、中指自患儿总经(总筋)处起,以指端交互向前按之,直至洪池为一遍。

c) 功效:性温和,可调阴阳、和气血,既能通阳散寒,又能退热镇惊。

d) 临床应用:四肢抽搐、惊厥等。

4.3.8 苍龙摆尾法

a) 定位:在手及肘部。

b) 操作:医者用左手托患儿之肘尖,右手拿患儿食、中、无名、小指,左右摇动如摆尾状,摇 20~30 次。

c) 功效:退热、开胸、通便。

d) 临床应用:呕吐、腹痛、腹泻、便秘。

4.3.9 猿猴摘果法

a) 定位:在两耳尖及两耳垂。

b) 操作:医者以两手食、中二指夹住患儿两耳尖向上提 10~20 次,再握两耳垂向下扯 10~20 次,如猿猴摘果状。

c) 功效:定惊悸、除寒积。

d) 临床应用:惊风、惊惕、寒积。

4.3.10 揉脐及龟尾并擦七节骨法

a) 定位:在肚脐、七节骨及龟尾。

b) 操作:先令患儿仰卧,医者一手揉脐,另一手揉龟尾。揉毕再令患儿俯卧,自龟尾向上推至七节骨为补;反之为泻。

c) 功效:止泻、止痢(治赤白痢疾,必先泻后补,首先去大肠热毒然后方可用补)。

d) 临床应用:各种泄泻。

4.3.11 赤凤点头法

a) 定位:在手中指及肘部。

b) 操作:医者用左手拿患儿之肘尖,右手拿患儿中指上下摇之,如赤凤点头状,摇 20~30 次。

c) 功效:消膨胀、定喘息、通关顺气、补血宁心。

d) 临床应用:惊吓、呕吐、痢疾。

4.3.12 凤凰展翅法

a) 定位:在手背部。

b) 操作:医者以两手拇指掐患儿之精宁、威灵二穴,上下摇动如凤凰展翅状,摇 20~50 次。

c) 功效:救暴亡、舒喘胀、除噎、定惊。

d) 临床应用:咳嗽、胸闷、呼吸不利。

4.3.13 按肩井法(大收法)

a) 定位:大椎与肩峰连线中点。

b) 操作:用左手中指掐按患儿肩井,再以右手拇、食、中三指紧拿患儿之食指和无名指,使患儿的上肢伸直摇之。

c) 功效:通一身之气血,诸症推毕可作为结束手法。

d) 临床应用:可作为推拿完成之后的结束手法。

4.4 小儿推拿的手法禁忌

4.4.1 手法粗暴

4.4.2 强制束缚

4.4.3 操作部位有出血、破损或皮疹等情况

5 小儿推拿穴位名称与定位

5.1 小儿推拿取穴原则与方法

5.1.1 自然标志取穴

可根据固定标志或活动标志取穴,如耳后高骨位于耳后入发际高骨下凹陷中;四横纹位于掌面食、中、无名、小指第一指间关节横纹处。

5.1.2 手指同身寸取穴

中指同身寸是以患儿中指中节长度为 1 寸确定穴位位置。如天庭在头部正中线、入前发际 0.5 寸处。横指同身寸又名“一夫法”,是令患儿将食、中、无名指和小指并拢,以中指中节横纹为准,四指衡量作为 3 寸。如足三里在犊鼻下 3 寸。

5.1.3 骨度分寸取穴

以骨节为标志,将两骨节之间的长度折量为一定的分寸,用以确定腧穴位置的方法。如丰隆,在外踝尖上 8 寸,外踝尖与外膝眼连线中点。

5.1.4 简便取穴

如内劳宫位于掌心中,屈指时中指、无名指之间中点。

5.2 小儿推拿穴位及操作

5.2.1 头面部

5.2.1.1 天门(攒竹)



a) 定位:两眉正中至前发际成一直线。

b) 操作:开天门(推攒竹),用两拇指自下而上交替直推本穴。

c) 功效:发汗解表、开窍醒脑、镇静安神。

d) 主治:感冒、发热无汗、头痛、精神萎靡、惊惕不安、烦躁不宁。

5.2.1.2 坎官

a) 定位:自眉头起沿眉向眉梢成一横线。

b) 操作:推坎官,用两手拇指自眉头向眉梢分推。

c) 功效:发汗解表、醒脑明目、止头痛。

d) 主治:外感发热、头痛、目赤肿痛、近视。

5.2.1.3 太阳

a) 定位:眉后凹陷处。

b) 操作

1) 推太阳:两拇指桡侧自前向后直推;

2) 揉太阳(又称运太阳):用拇指或中指揉该穴,向眼方向揉为补,向耳方向揉为泻。

c) 功效:疏风解表、清热、明目止头痛。

d) 主治:感冒、发热、头痛、惊风、目赤痛。外感表实头痛时揉太阳可用泻法,外感表虚、内伤头痛时揉太阳可用补法。

5.2.1.4 耳后高骨

a) 定位:耳后入发际高骨下凹陷中。

b) 操作

1) 揉耳后高骨:用手指按揉本穴。

2) 运高骨:用两拇指运推本穴。

c) 功效:发汗解表、安神除烦。

d) 主治:感冒头痛、神昏烦躁、耳鸣耳聋、中耳炎。

5.2.1.5 囟门

a) 定位:前发际正中直上2寸,百会前骨陷中。

b) 操作

1) 摩囟门:用食、中、无名三指并拢缓缓摩动本穴。

2) 推囟门:用双手拇指自前发际向本穴交替推之(囟门未合时,仅推至边缘)。

3) 揉囟门:用拇指轻揉本穴。

c) 功效:镇惊安神、通窍、止头痛。

d) 主治:惊风、惊痫、抽搐、两目上翻、头痛、头晕、目眩、衄血、鼻塞、夜啼、多动、自闭等。

5.2.1.6 鼻通

a) 定位:鼻软骨与鼻翼交界处。

b) 操作:揉鼻通,用手指按揉本穴。

c) 功效:通鼻窍。

d) 主治:各种原因所致的鼻塞不通。

5.2.1.7 山根

a) 定位:两目内眦之中,鼻梁上低凹处。

b) 操作:掐山根,用拇指甲掐本穴。

c) 功效:镇惊止搐、醒脑定神。

d) 主治:惊风、昏迷、抽搐等。

5.2.1.8 牙关

a) 定位:耳垂下1寸,下颌骨凹陷中。

b) 操作

1) 按牙关:用拇指或食指按本穴。

2) 揉牙关:用拇指或食指揉本穴。

c) 功效:开窍醒神、止痛利牙关。

d) 主治:牙关紧闭、口角抽搐、口眼喎斜、牙痛、睡中啮齿、抽动等。

5.2.1.9 桥弓

a) 定位:在颈部两侧,耳后乳突沿胸锁乳突肌至缺盆成一直线。

b) 操作

1) 推桥弓:一手扶小儿头部使之偏向一侧,用手指置于本穴,从耳后缓缓向前下方推进,直到天突旁。

2) 拿桥弓:用拇食中指拿本穴。

3) 揉桥弓:用拇指或食、中指揉本穴。

c) 功效:活血、化瘀、消肿。

d) 主治:小儿肌性斜颈、颈痛。

5.2.1.10 天柱骨

a) 定位:颈后发际正中至大椎穴成一直线。

b) 操作

1) 推天柱:用拇指或食、中指指面自上向下直推。

2) 刮天柱:用汤匙边蘸水自上向下刮,刮至皮下轻度瘀血即可。

c) 功效:降逆止呕、祛风散寒。

d) 主治:恶心、呕吐、溢乳、呃逆、暖气,外感发热、项强;刮法可治暑热发痧。

5.2.2 上部

5.2.2.1 脾经^[31-34]

a) 定位1:拇指桡侧缘,自指尖至指根成一直线。

b) 操作

1) 补脾经:拇指屈曲(指间关节),循桡侧缘自指尖向指根方向直推为补。

2) 清脾经:自指根向指尖方向直推为清。

3) 推脾经:补脾经和清脾经统称为推脾经。



c) 定位 2: 拇指末节桡侧缘。

d) 操作

1) 补脾经: 拇指屈曲, 向心推为补。

2) 清脾经: 拇指伸直, 离心推为清。

3) 清补法(平补平泻): 拇指伸直, 来回推为清补脾经。

e) 定位 3: 拇指末节罗纹面。

f) 操作

1) 补脾经: 顺时针方向旋推为补。

2) 清脾经: 自指尖向指根方向直推为清。

g) 功效

1) 补脾经: 健脾胃、补气血。

2) 清脾经: 清热利湿、化痰止呕。小儿脾常不足, 不宜攻伐太甚, 一般情况下脾经多用补法或清后加补, 体壮邪实者可用清法。

3) 推脾经(又称清补脾经): 和胃消食、增进食欲。

h) 主治

1) 补脾经: 脾胃虚弱、气血不足引起的食欲不振、肌肉消瘦、消化不良、泄泻、便秘痞积、慢惊风、汗证、痿证等。

2) 清脾经: 湿热熏蒸、皮肤发黄、恶心呕吐、腹泻痢疾、腹胀、湿痰、食积等。

3) 推脾经(又称清补脾经): 饮食积滞、脾胃不和引起的胃脘痞闷、吞酸纳呆、腹泻、呕吐、斑疹热病等。

5.2.2.2 肝经^[31-34]

a) 定位: 食指末节罗纹面。

b) 操作 1

1) 补肝经: 自指尖向食指掌面末节指纹方向直推为补。

2) 清肝经: 自食指掌面末节指纹向指尖方向直推为清。

3) 推肝经: 补肝经和清肝经统称推肝经。

c) 操作 2

1) 补肝经: 顺时针方向旋推为补。

2) 清肝经: 自指尖向指根方向直推为清。

d) 功效

1) 补肝经: 肝经宜清不宜补, 若肝虚应补时, 则补后加清或以补肾经代之。

2) 清肝经: 平肝泻火、息风镇惊、解郁除烦。

3) 推肝经: 疏肝解郁、调畅气机。

e) 主治

1) 清肝经: 惊风、抽搐、烦躁不安、五心烦

热、目赤、口苦、咽干、磨牙、吐弄舌、多动抽动、瞬目等。

2) 推肝经: 烦躁不安、惊风、目赤、五心烦热、口苦、咽干等。

5.2.2.3 心经^[31-34]

a) 定位 1: 中指末节罗纹面。

b) 操作 1

1) 补心经: 自指尖向中指掌面末节指纹方向直推为补。

2) 清心经: 自中指掌面末节指纹向指尖方向直推为清。

3) 推心经: 补心经和清心经统称为推心经。

c) 操作 2

1) 补心经: 顺时针旋推为补。

2) 清心经: 自指尖向指根方向直推为清。

d) 定位 2: 中指掌面, 自指尖到指根。

e) 操作

1) 补心经: 自指尖推向指根为补。

2) 清心经: 自指根推向指尖为清。

f) 功效

1) 补心经: 养心安神。本穴宜清不宜补, 若气血不足需用补法时, 可补后加清或以补脾经代之。

2) 清心经: 清心退热。

3) 推心经(又称清补心经): 清心安神、补血养心。

g) 主治

1) 补心经: 心血不足引起的心烦不安、睡时露睛、慢惊风等。

2) 清心经: 高热神昏、面赤口疮、小便短赤、惊风惊吓、夜眠惊惕、烦躁不安、重舌木舌等。

3) 推心经(又称清补心经): 五心烦热、口舌生疮、小便赤涩、心血不足、惊惕不安等。

5.2.2.4 肺经^[31-34]

a) 定位 1: 无名指末节罗纹面。

b) 操作 1

1) 补肺经: 自指尖向无名指掌面末节指纹方向直推为补。

2) 清肺经: 自无名指掌面末节指纹向指尖方向直推为清。

3) 推肺经: 补肺经和清肺经统称为推肺经。

c) 操作

1) 补肺经: 顺时针方向旋推为补。

2) 清肺经: 自指尖向指根方向直推为清。

d) 定位 2: 无名指掌面。



e) 操作

- 1) 补肺经:自指尖推向指根为补。
- 2) 清肺经:自指根推向指尖为清。

f) 功效

- 1) 补肺经:补益肺气。
- 2) 清肺经:宣肺清热、疏风解表、化痰止咳。
- 3) 推肺经(又称清补肺经):调肺气。

g) 主治

- 1) 补肺经:肺气虚弱证,少气懒言、面白、感冒、发热、鼻塞流涕、咳嗽、胸闷、气喘、虚汗、畏寒、遗尿、便秘、脱肛、皮疹等。
- 2) 清肺经:肺经实热证引起的感冒发热及咳嗽、气喘、痰鸣、便秘、皮疹、鼻塞流涕等。
- 3) 推肺经(又称清补肺经):感冒、发热、咳嗽、胸闷、气喘、脱肛等。

5.2.2.5 肾经^[31-34]

a) 定位:小指末节罗纹面。

b) 操作

- 1) 补肾经:自小指掌面末节指纹向指尖方向直推为补。
- 2) 清肾经:自指尖向小指掌面末节指纹方向直推为清。

c) 功效

- 1) 补肾经:补肾益脑、温养下元。
- 2) 清肾经:清利下焦湿热。小儿肾常不足,本穴宜补不宜清,若下焦湿热需清肾经时,多清后加补或以清小肠代之。

d) 主治

- 1) 补肾经:先天不足、久病体虚、面黑睛暗、肾亏骨软、肾虚久泻、水肿、多尿、遗尿、虚汗喘息、发育迟缓、头发稀疏、耳鸣耳聋、弱视等。
- 2) 清肾经:膀胱蕴热、小便不利、腹胀泄泻、疝气、小儿肾炎等。

5.2.2.6 胃经

a) 定位:大鱼际桡侧赤白肉际处。

b) 操作

- 1) 补胃经:自拇指根向掌根方向直推为补。
- 2) 清胃经:自掌根向拇指根方向直推为清。
- 3) 推胃经:补胃经和清胃经统称推胃经。

c) 功效

- 1) 补胃经:健脾胃、助运化。
- 2) 清胃经:清中焦湿热、和胃降逆、泻胃火、除烦止渴。

- 3) 推胃经(又称清补胃经):调中助运。

d) 主治

- 1) 补胃经:脾胃虚弱、消化不良、纳呆、腹胀、腹泻等。
- 2) 清胃经:胃火牙痛、口臭、口疮、消谷善饥、衄血、发热烦渴、纳呆;胃气上逆引起的呕吐、嗝气、呃逆;腑气不通大便秘结、腹胀、胃脘疼痛等。
- 3) 推胃经(又称清补胃经):呕恶嗝气、烦渴善饥、食欲不振、吐血衄血等。

5.2.2.7 五经

a) 定位:拇、食、中、无名、小指末节罗纹面,即脾、肝、心、肺、肾经。

b) 操作

- 1) 掐揉五经:以一手夹持小儿五指以固定,用拇指指甲逐一掐揉本穴。
- 2) 推五经:用一手持小儿手掌,另一手拇指置小儿手背,其余四指在小儿掌面,同时向指尖方向直推。

c) 功效:调整相应脏腑虚实。

d) 主治:治疗相应脏腑疾病。

5.2.2.8 五指节

a) 定位:掌背五指第一指间关节。

b) 操作

- 1) 掐五指节:用拇指指甲掐本穴。
- 2) 揉五指节:用拇食指揉本穴。

c) 功效

- 1) 掐五指节:安神镇惊、祛风痰、通关窍。
- 2) 揉五指节:祛风痰。

d) 主治

- 1) 掐五指节:惊惕不安、惊风。
- 2) 揉五指节:胸闷、痰喘、咳嗽。

5.2.2.9 小肠

a) 定位:小指尺侧边缘,自指尖至指根成一直线。

b) 操作

- 1) 补小肠:自指尖向指根方向直推为补。
- 2) 清小肠:自指根向指尖方向直推为清。
- 3) 推小肠:补小肠和清小肠统称为推小肠。

c) 功效

- 1) 补小肠:温补下焦。
- 2) 清小肠:清利下焦湿热,泌别清浊。
- 3) 推小肠:泌别清浊。

d) 主治

- 1) 补小肠:下焦虚寒、多尿、遗尿等。
- 2) 清小肠:小便短赤不利、尿闭、水泻、汗



证等。

3) 推小肠:小便赤涩、水泻、遗尿、尿闭、汗证等。

5.2.2.10 大肠

a) 定位:食指桡侧缘,自食指尖至虎口成一直线。

b) 操作

1) 补大肠:自食指尖向虎口方向直推为补。

2) 清大肠:自虎口向食指尖方向直推为清。

3) 推大肠:补大肠和清大肠统称为推大肠。

c) 功效

1) 补大肠:涩肠固脱、温中止泻。

2) 清大肠:清利肠腑、除湿热、导积滞。

3) 推大肠(又称清补大肠):调理大肠。

d) 主治

1) 补大肠:虚寒腹泻、小腹冷痛、脱肛等。

2) 清大肠:湿热、积食滞留肠道、身热腹痛、痢下赤白、大便秘结、肝胆火旺证等。

3) 推大肠(又称清补大肠):腹泻、脱肛、痢疾、便秘等。

5.2.2.11 肾顶

a) 定位:小指顶端。

b) 操作:揉肾顶,用指端按揉本穴。

c) 功效:收敛元气、固表止汗。

d) 主治:自汗、盗汗、解颅、大汗淋漓不止、五迟五软等。

5.2.2.12 肾纹

a) 定位:手掌面,小指第二指间关节横纹处。

b) 操作:揉肾纹,用指端按揉本穴。

c) 功效:祛风明目、散瘀结,善清余邪未尽之热。

d) 主治:目赤肿痛、鹅口疮、口舌生疮、弄舌,热毒内陷、瘀结不散所致高热、呼吸气凉、手足逆冷等及余邪未尽、身热不除。

5.2.2.13 四横纹

a) 定位:掌面食、中、无名、小指第一指间关节横纹处。

b) 操作

1) 掐四横纹:用拇指甲掐本穴。

2) 掐揉四横纹:用拇指甲掐揉本穴。

3) 推四横纹:用拇指自食指横纹处推向小指横纹处。或用拇指往来直推本穴。

c) 功效

1) 掐四横纹或掐揉四横纹:退热除烦、散

瘀结。

2) 推四横纹:调中行气、和气血、消胀满。

d) 主治

1) 掐四横纹或掐揉四横纹、推四横纹:疳积、腹胀、气血不和、消化不良、食欲不振、痰喘胸闷、口唇破裂等。

2) 掐四横纹或掐揉四横纹偏重于退热除烦、散瘀结。

5.2.2.14 小横纹

a) 定位:手掌面,食、中、无名、小指掌指关节横纹处。

b) 操作

1) 掐小横纹:用拇指甲掐本穴。

2) 掐揉小横纹:用拇指甲掐揉本穴。

3) 推小横纹:用拇指自食指横纹处推向小指横纹处,或用拇指往来直推本穴。

c) 功效:退热除烦、散结消胀。

d) 主治:脾胃热结、烦躁、口唇破裂、口舌生疮、流涎、腹胀、消化不良、积滞等消化道症状等。推小横纹还可治疗肺部干性啰音。

5.2.2.15 掌小横纹

a) 定位:掌面小指根下,尺侧掌纹头。

b) 操作:揉掌小横纹,用指端按揉本穴。

c) 功效:清热散结、宽胸宣肺、化痰止咳。

d) 主治:善清心肺之热。可用于痰热喘咳、口舌生疮、顿咳流涎、百日咳、肺炎、肺部湿性啰音等。

5.2.2.16 板门

a) 定位:手掌大鱼际平面。

b) 操作

1) 揉板门:用指端按揉本穴。

2) 板门推向横纹:自指根向腕横纹方向直推。

3) 横纹推向板门:自腕横纹向板门方向直推。

c) 功效

1) 揉板门:健脾和胃、消食化滞,运达上下之气。

2) 板门推向横纹:止泻。

3) 横纹推向板门:止呕。

d) 主治

1) 揉板门:食积、食欲不振、腹胀、呕吐、嗝气、腹泻等。

2) 板门推向横纹:腹泻。

3) 横纹推向板门:乳食停积、腹胀腹泻、食



欲不振、呕吐、暖气等。

5.2.2.17 内劳宫

a) 定位:掌心中,屈指时中指、无名指之间中点。

b) 操作

1) 揉内劳宫:用指端按揉本穴。

2) 水底捞明月:见 4.3.4b。

c) 功效

1) 揉内劳宫:清热、除烦。

2) 水底捞明月:见 4.3.4c。

d) 主治

1) 揉内劳宫:心经有热而致口舌生疮、发热、烦渴等。

2) 水底捞明月:见 4.3.4d。

5.2.2.18 内八卦

a) 定位:手掌面,以掌心为圆心,从圆心至中指根横纹约 2/3 处为半径所做圆周,在此圆周上,分为乾、坎、艮、震、巽、离、坤、兑八卦,对中指根者为离,对掌根者为坎。

b) 操作

1) 顺运内八卦:用拇指或食中指指腹自乾卦起顺时针方向运至兑卦。或用一手拇指轻盖离卦,另一手拇指或食中指指腹自乾卦起顺时针方向运至兑卦。

2) 逆运内八卦:用拇指或食中指指腹自兑卦起逆时针方向运至乾卦。或用一手拇指轻盖离卦,另一手拇指或食中指指腹自兑卦起逆时针方向运至乾卦。

3) 分运内八卦:自乾经坎、艮至震或自巽经离、坤至兑;自离经坤、兑至乾;自坤经兑、乾至坎;自坎经艮、震至巽;自巽经震、艮至坎;自艮经震、巽至离;单揉艮卦;水火既济:自坎至离、自离至坎来回推运。

c) 功效

1) 顺运内八卦:宽胸理气、止咳化痰、行滞消食。

2) 逆运内八卦:降气平喘、行滞消食。

3) 分运内八卦:自乾经坎、艮至震或自巽经离、坤至兑,可镇静、安神;自离经坤、兑至乾,可止咳;自坤经兑、乾至坎,可清热;自坎经艮、震至巽,可止泻;自巽经震、艮至坎,可止呕;自艮经震、巽至离,可发汗;单揉艮卦,可健脾消食;水火既济,可调济水火、平衡阴阳。

d) 主治

1) 顺运内八卦:急慢惊风、痰结喘嗽、乳食内伤、胸闷、腹胀、腹泻、呕吐、纳呆等。

2) 逆运内八卦:痰喘呕吐、乳食内伤、咳嗽、腹胀、纳呆等。

5.2.2.19 小天心

a) 定位:大小鱼际交接处凹陷中。

b) 操作

1) 揉小天心:用指端揉本穴。

2) 掐小天心:用拇指甲掐本穴。

3) 捣小天心:用中指指尖或屈曲的指间关节捣本穴。

c) 功效

1) 揉小天心:清热、镇惊、利尿、明目。

2) 掐小天心及捣小天心:镇惊安神。

d) 主治

1) 揉小天心:目赤肿痛、口舌生疮、惊惕不安、心经热移小肠之小便短赤,新生儿硬皮症、黄疸、遗尿、水肿、疮疖,疹痘欲出不透等。

2) 掐小天心及捣小天心:惊风、抽搐、惊惕不安、夜啼、惊风眼翻、斜视等。

5.2.2.20 总筋

a) 定位:掌后腕横纹中点。

b) 操作

1) 揉总筋:用指端按揉本穴。

2) 掐总筋:用拇指甲掐本穴。

c) 功效

1) 揉总筋:清心经热、散结止痉,通调周身气机。

2) 掐总筋:镇惊止痉。

d) 主治:潮热、口舌生疮、夜啼、惊风抽搐等实热证。

5.2.2.21 大横纹

a) 定位:仰掌,掌后横纹。近拇指端称阳池,近小指端称阴池。

b) 操作

1) 分手阴阳(分阴阳):用两拇指自掌后横纹中点向两旁阴池、阳池分推。

2) 合阴阳:用两拇指自两旁阴池、阳池向掌后横纹中点合推。

c) 功效

1) 分手阴阳(分阴阳):平衡阴阳、调和气血、行滞消食。

2) 合阴阳:行痰散结。

d) 主治



1) 分手阴阳(分阴阳):由阴阳不调、气血不和而致寒热往来、烦躁不安,以及乳食停滞、腹胀、腹泻、呕吐、痢疾、急慢惊风、身热不退等。

2) 合阴阳:痰结喘嗽、胸闷等。

5.2.2.22 老龙

a) 定位:中指背,距指甲根1分。

b) 操作:掐老龙,用指甲掐本穴。

c) 功效:熄风镇惊、醒神开窍。

d) 主治:用于急救、急惊风、高热抽搐、不省人事、急惊暴死。

5.2.2.23 皮罢(肝记)

a) 定位:拇指尺侧,大指甲根旁约1分许。

b) 操作:掐皮罢,以拇指甲掐本穴,继以揉之。

c) 功效:降气平喘、醒神。

d) 主治:哮喘、不省人事。

5.2.2.24 拇腮

a) 定位:在拇指背,距指甲根中点约1分许。

b) 操作:掐拇腮,用拇指甲掐本穴,继以揉之。

c) 功效:降逆止呕。

d) 主治:恶心、呕吐等。

5.2.2.25 端正

a) 定位:中指甲根两侧赤白肉处,桡侧称左端正,尺侧称右端正。

b) 操作:掐揉端正,用拇指甲掐本穴,继以揉之。

c) 功效

1) 掐揉端正:醒神开窍、止血。

2) 掐揉左端正:升阳止泻。

3) 掐揉右端正:降逆止呕。

d) 主治

1) 掐揉端正:掐揉左右端正治惊风。

2) 掐揉左端正:水泻、痢疾等。

3) 掐揉右端正:恶心、呕吐等。

5.2.2.26 二扇门

a) 定位:掌背中指根本节两侧凹陷处。

b) 操作

1) 掐二扇门:用两拇指甲掐本穴。

2) 揉二扇门:用两拇指偏峰或食中二指指端按揉本穴。

c) 功效:发汗透表、退热平喘。掐、揉二扇门为发汗要法。

d) 主治:外感风寒、发热无汗、惊风、痰喘气粗、呼吸不畅等。

5.2.2.27 二人上马

a) 定位:手背无名及小指掌指关节后凹陷中。

b) 操作

1) 揉上马:用拇指端或偏峰按揉本穴。

2) 掐上马:用拇指甲掐本穴。

c) 功效:滋阴补肾、顺气散结、利水通淋。揉上马为滋补肾阴要法。

d) 主治:小便赤涩、小便闭塞、神昏、腹痛;阴虚阳亢所致的潮热盗汗、烦躁、牙痛、久病体虚、睡时磨牙、虚热喘咳;肾阴不足之足痿无力、耳鸣耳聋等;肺部感染有干性啰音久不消失者配小横纹,湿性啰音者配掌小横纹。

5.2.2.28 威灵

a) 定位:手背二、三掌骨歧缝间。

b) 操作:掐揉威灵,用指甲掐本穴,继以揉之。

c) 功效:开窍醒神。

d) 主治:急惊暴死、昏迷不醒时的急救、惊风。

5.2.2.29 精宁

a) 定位:手背第四、第五掌骨歧缝间。

b) 操作:掐揉精宁,用指甲掐本穴,继以揉之。

c) 功效:行气、破结、化痰、镇惊、开窍醒神。

d) 主治:痰食积聚、气吼痰鸣、干呕、疳积、眼内赘肉、急性昏厥等。

5.2.2.30 外劳宫

a) 定位:掌背中,与内劳宫相对处。

b) 操作

1) 揉外劳宫:用拇指或中指按揉本穴。

2) 掐外劳宫:用拇指甲掐本穴。

c) 功效:性温,可温阳散寒、升阳举陷,兼能发汗解表。

d) 主治:可用于一切寒证;外感风寒、鼻塞流涕及脏腑积寒、完谷不化、肠鸣腹泻、寒痢腹痛、疝气、脱肛、遗尿等;掐外劳宫还可治疗脏腑积寒积热,肚腹膨胀、青筋暴露、遍身潮热、头昏头痛、耳道闭塞等。

5.2.2.31 一窝风

a) 定位:手背腕横纹正中凹陷处。

b) 操作:揉一窝风,用指端按揉本穴。

c) 功效:温中行气、发散风寒、止痹痛、利关节、宣通表里。

d) 主治:腹痛(长于受寒、食积所致)、肠鸣、四肢逆冷等,寒滞经络引起的关节痹痛及外感风寒引起的表证。

5.2.2.32 三关

a) 定位:前臂桡侧,阳池至曲池成一直线。

b) 操作



1) 推三关:用拇指桡侧面或食、中指面自腕推向肘。

2) 大推三关:屈患儿拇指,自拇指外侧端推向肘。

c) 功效:性温,可温阳散寒、补益气血、行气、发汗解表。

d) 主治:一切虚寒病症。气血虚弱、命门火衰、下元虚冷、阳气不足引起的四肢厥冷、面色无华、食欲不振、痞积、吐泻、感冒风寒、怕冷无汗、疹出不透、疹毒内陷、黄疸、阴疽、腹痛,病后衰弱、四肢无力等。

5.2.2.33 天河水

a) 定位:前臂正中,总筋至洪池(曲泽)成一直线。

b) 操作

1) 清(推)天河水:用食、中二指面自腕推向肘。

2) 大清(推)天河水:从内劳宫向上推至肘横纹。

3) 打马过天河:见 4.3.3b。

4) 二龙戏珠:见 4.3.7b。

c) 功效

1) 清(推)天河水:性微凉,较平和,可清热解表、泻火除烦,清热而不伤阴,清卫分、气分之热。

2) 大清(推)天河水:清热作用强于清天河水,弱于打马过天河。

3) 打马过天河:见 4.3.3c。

4) 二龙戏珠:见 4.3.7c。

d) 主治

1) 清(推)天河水:急热惊风、惊惕烦躁、身热腹胀、口渴饮冷、脾胃积热等实热各证,感冒、发热、头痛、恶风、汗出、咽痛、五心烦热、烦躁不安、夜啼、口舌生疮、弄舌、重舌等。

2) 大清(推)天河水:夜游、惊风、烦躁不安、夜卧不宁等。

3) 打马过天河:见 4.3.3d。

4) 二龙戏珠:见 4.3.7d。

5.2.2.34 六腑

a) 定位:前臂尺侧,阴池至肘成一直线。

b) 操作:退六腑(推六腑),用拇指面或食、中指面自肘推向腕。

c) 功效:性寒大凉,可清热、凉血、解毒、除烦,清实热、营血之热。若患儿平素脾虚、大便溏薄,慎用,或可用后加补脾经。

d) 主治:可用于一切实热病证,脏腑郁热积滞,温病邪入营血。高热、烦渴、惊风、鹅口疮、木舌、重舌、咽痛、腮腺炎、大便秘结干燥、肿毒、发斑等。

5.2.2.35 肘肘

a) 定位:在肘关节尺骨鹰嘴突处。

b) 操作

1) 揉肘肘:见 4.3.2b。

2) 揉肘肘:用拇指端按揉本穴。

c) 功效:通经活血、顺气生血、化痰。

d) 主治:气血不和、痹痛、痞块、痰嗽、急惊、上肢痿痹,痞积等。

5.2.2.36 膊阳池

a) 定位:在手背一窝风后 3 寸处。

b) 操作

1) 揉膊阳池:用指端揉本穴。

2) 掐膊阳池:用拇指甲掐本穴。

c) 功效:疏风解表、通利二便、通窍、止头痛。

d) 主治:大便秘结、小便赤涩短少、感冒头痛等。

5.2.3 胸腹部

5.2.3.1 璇玑

a) 定位:前正中线上,天突下 1 寸,胸骨柄中央。

b) 操作

1) 开璇玑法一:先从璇玑穴处,沿胸肋自上而下向左右两旁分推至季肋部,再从鸠尾穴向下直推至脐部,再由脐部向左右推摩,最后从脐中推至小腹,也可称大推法。

2) 开璇玑法二:先从璇玑穴处,沿胸肋自上而下向左右两旁分推至季肋部,再从鸠尾穴向下直推至脐部,再由脐部向左右推摩,最后从脐中推至小腹,最后再做推上七节骨。

c) 功效:宣通气机、化痰消食。

d) 主治:胸闷气促、气急喘急、咳痰不畅、夹食腹痛、积滞胀满、呕吐泄泻、发热不退等。

5.2.3.2 膻中

a) 定位:前正中线上,平第四肋间隙。

b) 操作

1) 揉膻中:用手指揉本穴。

2) 分推膻中:两拇指自本穴向两旁分推。

3) 推膻中:用食中指自胸骨切迹向下推至剑突。

4) 推揉膻中:医者以两手食、中、无名、小指



置于患儿两胁,两拇指同时于膻中穴,向左右分推 20~30 次;再以食、中指由胸骨切迹向下推至膻中穴,推 20~30 次;最后以中指按膻中穴揉之。

c) 功效:宽胸理气、止咳化痰。推膻中降气,分推膻中宽胸。

d) 主治:胸闷、呕吐、呃逆、嗝气、喘咳、痰吐不利等。

5.2.3.3 乳旁、乳根

a) 定位

1) 乳旁:乳头外旁开 2 分。

2) 乳根:乳下 2 分。

b) 操作:揉乳旁、揉乳根,用手指揉本穴。

c) 功效:宽胸理气、止咳化痰。

d) 主治:胸闷、咳嗽、痰鸣、呕吐等。

5.2.3.4 胁肋

a) 定位:从腋下两肋至天枢处。

b) 操作:搓摩胁肋(按弦走搓摩):见 4.3.6b。

c) 功效:搓摩胁肋:见 4.3.6c。

d) 主治:搓摩胁肋:见 4.3.6d。

5.2.3.5 中脘

a) 定位:脐上 4 寸,胸骨下端剑突至脐连线中点。

b) 操作

1) 揉中脘:用掌或指揉本穴。

2) 摩中脘:用掌或手指摩本穴。

3) 推中脘:自中脘向上直推至喉下或自喉下直推至中脘。

c) 功效

1) 揉中脘和摩中脘:健脾和胃、消食和中。

2) 推中脘:自上而下和胃降逆,自下而上催吐。

d) 主治

1) 揉中脘和摩中脘:食欲不振、呕吐、胃脘痛、腹胀、腹痛、泄泻。

2) 推中脘:自上而下治恶心、呕吐;自下而上涌吐。

5.2.3.6 腹

a) 定位:腹部。

b) 操作

1) 摩腹:用掌或手指顺时针或逆时针方向摩本穴,逆时针方向为补法,顺时针方向为泻法,往返摩之为平补平泻法。

2) 分推腹阴阳:沿肋弓边缘或自中脘起向两旁分推,边推边下移至脐。

3) 揉腹:用掌或手指顺时针或逆时针方向揉本穴。

c) 功效

1) 摩腹、分推腹阴阳、揉腹:健脾和胃、理气消食。

2) 摩腹:补法能健脾止泻;泻法能消食、导滞、通便;平补平泻能和胃,久摩之有消食导滞、强壮身体的作用。

3) 分推腹阴阳长于理气、降气。

d) 主治

1) 摩腹、分推腹阴阳、揉腹用于治疗消化系统疾病。

2) 摩腹:补法用于脾虚、寒湿型的腹泻;泻法用于治疗便秘、腹胀、腹痛、厌食、伤食泻;平补平泻能和胃,久摩之有消食导滞、强壮身体的作用。

3) 分推腹阴阳:长于治疗乳食停滞、胃气上逆引起的恶心、呕吐、腹胀等症。

4) 揉腹:同摩腹。但揉腹渗透力较摩腹更强,对顽固性便秘及久治不愈腹泻效果更佳。

5.2.3.7 脐

a) 定位:肚脐,又指脐周腹部。

b) 操作

1) 揉脐:用手指或掌揉本穴。

2) 摩脐:用掌或指摩本穴。

3) 捏挤肚脐:用拇、食指捏挤脐四周,至轻度瘀血为止。

c) 功效:揉脐、摩脐、捏挤脐,可温阳散寒、补益气血、健脾和胃、消食导滞。

d) 主治:揉脐、摩脐、捏挤脐,用于泄泻、便秘、腹痛、痞积、呕吐、厌食、腹胀、痢疾、脱肛,肾虚所致遗尿、小便频数、五迟五软、解颅等。

5.2.3.8 肚角

a) 定位:脐下 2 寸(石门)旁开 2 寸左右大筋。

b) 操作

1) 拿肚角:于本穴作拿法。

2) 按肚角:用手指按揉本穴。

c) 功效:健脾和胃、理气消滞。

d) 主治:可用于各种原因所致腹痛,尤其对寒痛、伤食痛效果好,腹胀、便秘等。

5.2.3.9 丹田

a) 定位:小腹部,脐下 2 寸与 3 寸间。

b) 操作

1) 摩丹田:用掌或手指摩本穴。

2) 揉丹田:用掌或手指揉本穴。



c) 功效:培肾固本、温补下元、分清别浊。

d) 主治:用于先天不足、寒凝少腹之腹痛、疝气、遗尿、脱肛、尿潴留等。

5.2.4 腰背部

5.2.4.1 肺俞

a) 定位:第三胸椎棘突下,后正中线旁开 1.5 寸。

b) 操作

1) 揉肺俞:用手指在两侧肺俞穴上揉动。

2) 分推肺俞(分推肩胛骨):用两拇指罗纹面着力,从两侧肩胛骨内上缘自上而下分推。

3) 擦肺俞:以手指或手掌着力,擦肺俞部至局部发热,称擦肺俞。

c) 功效:调肺气、补虚损、止咳嗽。分推肺俞还可清热。

d) 主治:用于治疗呼吸系统疾病如外感发热、咳嗽、痰鸣、气喘、胸闷、胸痛等,分推肺俞偏于肺热咳嗽、热喘、痰热咳喘等病症,擦肺俞偏于风寒咳嗽、寒喘等。

5.2.4.2 肩井

a) 定位:大椎与肩峰连线中点。

b) 操作

1) 按肩井(大收法):见 4.3.13b。

2) 拿肩井:用双手拇指与其余手指对称提拿本穴。

3) 揉肩井:用手指罗纹面揉动本穴。

c) 功效

1) 按肩井(大收法):见 4.3.13c。

2) 拿肩井:发汗解表、宣通气血。

3) 揉肩井:通筋活络、宣通气血。

d) 主治

1) 按肩井(大收法):见 4.3.13d。

2) 拿肩井:感冒、外感无汗、惊厥。

3) 揉肩井:上肢抬举不利、肩背痛、项强、肌性斜颈。

5.2.4.3 脊

a) 定位:大椎至长强成一直线。

b) 操作

1) 捏脊:用拇指桡侧缘顶住皮肤,食、中指前按,三指同时用力提拿皮肤,双手自下而上交替捻动。或食指屈曲,用食指中节桡侧顶住皮肤,拇指前按,两指同时用力提拿皮肤,双手自下而上交替捻动。

2) 推脊:用食、中二指面自上而下直推本穴。

c) 功效

1) 捏脊:调阴阳、和脏腑、理气血、通经络、培元气。

2) 推脊:清热。

d) 主治

1) 捏脊:疳积、腹泻、腹痛、呕吐、便秘、先天不足的慢性病症以及夜啼、惊风等。

2) 推脊:热性疾病。

5.2.4.4 七节骨

a) 定位:从第 4 腰椎至尾椎骨端(长强)成一直线。

b) 操作

1) 推上七节骨:用拇指罗纹面桡侧或食、中两指罗纹面着力,自下向上做直推法。

2) 推下七节骨:用拇指罗纹面桡侧或食、中两指罗纹面着力,自上向下作直推法。

c) 功效

1) 推上七节骨:温阳止泻、升阳举陷。

2) 推下七节骨:泻热通便。

d) 主治

1) 推上七节骨:虚寒腹泻、久痢、气虚下陷、遗尿等。

2) 推下七节骨:实热便秘、痢疾等。

5.2.4.5 龟尾

a) 定位:尾椎骨端。

b) 操作:揉龟尾,用拇指或中指揉本穴。

c) 功效:通调督脉、调理大肠。

d) 主治:泄泻、便秘、脱肛、遗尿等。

5.2.5 下肢部

5.2.5.1 箕门

a) 定位:大腿内侧,膝盖内上缘至腹股沟成一直线。

b) 操作:推箕门,用食、中二指自膝关节内上缘推至腹股沟部。

c) 功效:性平和,有较好的利尿作用。

d) 主治:癃闭、小便赤涩不利、水泻等。

5.2.5.2 涌泉

a) 定位:屈趾,足掌心前正中凹陷中。

b) 操作

1) 推涌泉:用拇指面向足趾推。

2) 揉涌泉:用指端揉本穴。

c) 功效

1) 推涌泉:引火归元、滋阴退热。

2) 揉涌泉:止吐泻,左揉止吐,右揉止泻。

d) 主治:发热、呕吐、腹泻、五心烦热。



5.2.5.3 足三里

- a) 定位: 犊鼻穴下 3 寸, 胫骨前嵴外一横指处。
- b) 操作: 按揉三里, 用拇指端按揉本穴。
- c) 功效: 健脾和胃、调中理气、导滞通络、强壮身体。
- d) 主治: 腹胀、腹痛、泄泻呕吐、下肢痿软乏力等。

6 小儿推拿诊疗规范

6.1 诊疗一般原则

- 6.1.1 问清患儿具体病情, 详细查体, 明确中医诊断, 包括病名、证型。
- 6.1.2 遵循中医理论, 制定合理的小儿推拿理、法、方、术。
- 6.1.3 制定合理的转诊及会诊机制。
- 6.1.4 施术过程中, 注意手法力度, 随时观察儿童状态, 注重安全保护。

6.2 小儿推拿适应证

小儿推拿适应证较广, 常用于感冒、发热、咳嗽、哮喘、腹痛、泄泻、便秘、呕吐、厌食、疳积、佝偻病、遗尿、尿频、鼻炎、咽炎、近视、惊风、夜啼、抽动症等脏腑功能失调产生的病症, 还可治疗小儿肌性斜颈、桡骨小头半脱位、髋关节半脱位、小儿脑瘫、臂丛神经损伤等骨伤、神经科病症及一些新生儿疾病, 并广泛应用于小儿保健。

6.3 小儿推拿禁用证

下列情况不可进行小儿推拿操作:

- a) 国家法律规定的甲类、部分乙类和部分丙类传染性疾病;
- b) 有出血倾向的疾病, 如血小板减少性紫癜、血友病、过敏性紫癜等;
- c) 操作部位属于骨折初期、骨与关节的感染性疾病或肿瘤;
- d) 操作部位皮肤有破损者, 以及皮肤过敏者。

6.4 小儿推拿慎用证

- 6.4.1 在保护、避开或处理疾病部位情况下, 根据病情危急程度, 应慎重选择在健康部位推拿, 或应联合其他疗法共同治疗。
 - 6.4.1.1 各种皮肤疾病处, 以及皮肤有破损(发生烧伤、烫伤、擦伤、裂伤等)、不明肿块、伤口瘢痕, 应先保护或处理疾病部位后, 选择在健康部位推拿。
 - 6.4.1.2 有明显的感染性疾病, 如骨与关节结核、化脓性关节炎、骨髓炎、蜂窝组织炎、丹毒等, 或有肿瘤、外伤骨折、脱位等局部不宜推拿的疾病, 应先

处理原发病, 再根据疾病情况慎重选用小儿推拿进行联合治疗其他相关疾病。

6.4.1.3 严重的心、肺、肝、肾等脏器疾病患者, 或有严重症状且诊断不明确者不宜单独使用小儿推拿疗法。

6.4.2 百日咳、流感、手足口病及除外霍乱、细菌性和阿米巴性痢疾、伤寒和副伤寒以外的感染性腹泻等疾病, 在分清危重症、脱水等复杂情况下慎重使用, 如遇上述情况, 应及时转入病房或有条件的医疗机构。要严格遵循传染病法、地方法律法规及所在医疗机构的规定进行处置。

6.5 小儿推拿诊疗、操作步骤与方法

6.5.1 一般要求

- 6.5.1.1 环境: 治疗室选择避风、安静的地方, 室内保持干净整洁, 适宜的温度和湿度, 空气流通。推拿后要注意保暖, 避风寒, 多喝温开水, 忌食生冷。
- 6.5.1.2 器具: 诊疗床、诊疗椅、治疗巾、必要消毒设备、介质(爽身粉、葱姜水、婴儿外用油等, 小儿推拿常用介质详见附录 A)。

6.5.2 诊疗步骤

6.5.2.1 问清病史: 包括一般情况(姓名、性别、出生年月日、居住地)、现病史、既往史、喂养史、接种史、过敏史、家族史。

6.5.2.2 完善体格检查

a) 物理查体: 按中医望、闻、切诊顺序进行, 西医视、触、叩、听顺序进行。包括身高(长)、体重、整体精神状态、皮肤黏膜、体温、脉搏、呼吸、舌苔、脉象(指纹)及与疾病相关的物理查体等。

b) 辅助检查: 根据病情需要, 完善相关辅助检查, 如条件不允许, 应进行会诊或转诊。

6.5.2.3 确定中西医诊断: 根据上述情况确定疾病的中西医诊断, 依据诊断判断是否应用小儿推拿治疗。如适合则进行小儿推拿治疗, 如条件不允许治疗, 应进行会诊或转诊。

6.5.2.4 规范病历书写: 病历书写涵盖以上内容, 并遵循中医辨证论治的原则, 确立治则治法, 制定推拿处方(应包含手法、穴位、操作次数或时间)。

6.5.2.5 手法操作步骤

a) 手法操作步骤应根据病历中的推拿处方而定, 包括体位、操作顺序、部位选择、手法技术要求、操作后处理等。

b) 医者的体位和患儿的体位均要选择恰当。首先, 对医者而言, 应选择既能保存体力, 不易疲劳, 又便于与患儿交流和手法操作为宜。对患儿而



言,既要考虑到其舒适性,又要便于医生手法操作和观察患儿情况。

c) 在操作部位涂抹适宜推拿介质。

d) 手法操作顺序:根据患儿情况,选择操作顺序。一般有几种方式:

1) 先推头面部穴位,再依次推胸腹、四肢、腰背部穴位;

2) 先推主穴,后推配穴;先轻手法,后重手法;

3) 根据病情轻重缓急,决定推拿的操作顺序。

e) 推拿部位选择:上肢部穴位,可根据操作者习惯选推左手或右手一侧的穴位;非上肢部位的双侧穴位,两侧均可选推。

f) 手法技术要求:操作手法应做到轻快柔和、平稳着实、补泻分明,操作时需注意手法操作的规范性、合理性。

g) 操作后的处理

1) 局部皮肤可能出现充血泛红,片刻后可恢复正常,属推拿后的正常反应,一般无需处理。

2) 需将儿童身上的汗液擦干,注意保暖避风寒,防止感冒,并忌食生冷。

3) 操作者应认真清洗或使用免洗消毒液清洁双手,保持手部清洁,避免交叉感染发生。

6.5.3 医者

态度和蔼,语言亲切,双手干净卫生,且保持温暖、柔软和光滑。经常修剪指甲,不可佩戴戒指、手镯等饰品,以免损伤患儿肌肤。

6.5.4 陪护人和儿童

6.5.4.1 陪护人:应了解患儿病情及小儿推拿过程中的相关注意事项,并配合开展操作。对于低龄婴幼儿,陪护人应协助患儿选择合适体位,适当安抚,以配合完成操作。

6.5.4.2 儿童:应根据患儿年龄选择舒适、放松、能暴露操作部位、能配合医师操作的治疗体位,如坐位、仰卧位、侧卧位、俯卧位、坐抱位。

6.5.5 治疗时间和疗程

6.5.5.1 治疗时间:可根据年龄、病情、体质和手法特性等情况而定。一般每个穴位操作时间为 1~2 min,总的治疗时间为 10~40 min。对于年龄小、体质弱、虚证者,采用刺激性较强的手法者可适当缩短治疗时间。年龄较大、体质强、实证者,手法可再适当增加治疗时间。

6.5.5.2 治疗频率:推拿治疗一般为每日 1 次或隔

日 1 次;部分病症,在情况允许时,可每日推拿 2 次。

6.5.5.3 疗程:一般疾病或保健以 3~6 次为 1 个疗程,2 个疗程之间可间隔 2~3 d。急性疾病或特殊情况,应根据病情变化调整疗程。

6.5.6 特殊情况处理

6.5.6.1 哭闹不配合:操作时,如儿童持续哭闹,难以配合完成操作,不可强行进行推拿操作,应暂时中断操作,并采取合适方法,尽可能使患儿处于安静状态,再行操作。

6.5.6.2 饥饿或过饱:小儿过饥过饱,均不利于推拿疗效的发挥,最佳的小儿推拿时间宜在饭后 1 h 进行。在患儿因饥饿而哭闹时,应先给予安抚,可少量进食,待情绪稳定后,再进行推拿治疗。

6.5.6.3 皮下瘀血:操作者若用力过度,可能造成儿童皮下毛细血管出血。少量皮下出血可不予特殊处理,让其自行吸收。瘀血较多者,可给予适当热敷或外用化瘀药物。

6.5.6.4 热性惊厥:部分发热的患儿,在自然病程中或推拿治疗过程中,可能会出现热性惊厥。当惊厥发作时,应立即停止推拿操作,将惊厥患儿转移到安全区域加以看护,避免躯体碰撞硬物或跌落地面,并调整患儿体位为侧卧位,以保持其呼吸道通畅,防止窒息,同时可掐人中促醒,并及时请有关科室会诊,避免贻误病情。

6.5.7 调护

根据患儿具体情况制定相应日常饮食、起居、心理调护措施。

利益冲突 本规范开发小组的所有成员声明与其他任何组织或个人无利益冲突

参 考 文 献

- [1] 王立新,王继红. 小儿推拿学[M]. 北京:科学出版社,2019.
- [2] 范炳华. 推拿学[M]. 北京:中国中医药出版社,2015.
- [3] 廖品东. 小儿推拿学[M]. 2 版. 北京:人民卫生出版社,2016.
- [4] 俞大方. 推拿学[M]. 上海:上海科学技术出版社,1985.
- [5] 刘明军,王金贵. 小儿推拿学[M]. 9 版. 北京:中国中医药出版社,2012.
- [6] 严隽陶. 推拿学[M]. 北京:中国中医药出版社,2017.
- [7] 严隽陶. 推拿学[M]. 2 版. 北京:中国中医药出版社,2009.
- [8] 房敏,刘明军. 推拿学[M]. 北京:人民卫生出版社,2012.
- [9] 王之虹. 推拿手法学[M]. 北京:人民卫生出版社,2001.
- [10] 张素芳. 孙重三小儿推拿[M]. 青岛:青岛出版社,2014.
- [11] 赵鉴秋,宋飞. 赵鉴秋小儿推拿家庭宝典[M]. 济南:山东科学技术出版社,2018.
- [12] 田常英. 小儿推拿实用技法[M]. 北京:人民卫生出版社,2015.
- [13] 金义成. 小儿推拿[M]. 上海:上海科学技术文献出版社,1981.



- [14] 李先晓. 李德修小儿推拿秘笈[M]. 北京:人民卫生出版社, 2010.
- [15] 李德修小儿推拿技法[M]. 王蕴华,整理. 青岛:青岛市中医院,1981.
- [16] 孙重三,陆永昌. 儿科推拿疗法简编[M]. 济南:山东人民出版社,1978.
- [17] 张素芳. 中国小儿推拿学[M]. 上海:上海中医学院出版社, 1992.
- [18] 周慧琳. 小儿保健推拿图解[M]. 上海:上海科学技术出版社,1988.
- [19] 邵湘宁,汤伟. 图解湘西刘氏小儿推拿[M]. 北京:中国医药科技出版社,2022.
- [20] 栾长业,单永进. 小儿推拿图解[M]. 北京:人民卫生出版社, 1986.
- [21] 山东中医学院. 通俗推拿手册[M]. 济南:山东人民出版社, 1960.
- [22] 山东省中医进修学校. 儿科推拿疗法简编[M]. 济南:山东人民出版社,1959.
- [23] 熊应雄. 小儿推拿广意[M]. 陈世凯 重定, 张建斌 校注. 北京:中国中医药出版社,2016.
- [24] 涂蔚生. 推拿抉微[M]. 上海:千顷堂书局,1930.
- [25] 龚云林. 小儿推拿方脉活婴秘旨全书[M]. 江静波,校订. 天津:天津科学技术出版社,2021.
- [26] 王兆鳌. 儿科推拿摘要辨证指南[M]. 江蓉星,张利克,姚向阳,校注. 北京:中国中医药出版社,2015.
- [27] 骆如龙. 幼科推拿秘书[M]. 王道全,校注. 北京:中国盲文出版社,2013.
- [28] 张振鋆. 厘正按摩要术[M]. 张成博,刘志梅,范磊,整理. 北京:人民卫生出版社,2007.
- [29] 曹无极. 万育仙书[M]. 影印本. 北京:中医古籍出版社,2015.
- [30] 金喜宏,陈志伟,房敏. 论小儿推拿特定穴的演进与小儿推拿病谱变化的关系[J]. 按摩与康复医学(上旬刊),2010, 1(5):32-39. DOI:10.3969/j.issn.1008-1879.2010.05.013.
- [31] 郑娟娟,赵毅. 浅析小儿推拿直推五经方向补泻[J]. 上海中医药杂志, 2017, 51(5): 13-16. DOI: 10.16305/j.1007-1334.2017.05.004.
- [32] 徐东林,李静. 小儿推拿五经穴与五行学说联系浅探[J]. 中国针灸, 2022, 42(1): 49-50. DOI: 10.13703/j.0255-2930.20210411-0002.
- [33] 桑佳佳,吴云川. 小儿推拿"五经穴"本态研究[J]. 中国中医基础医学杂志,2018,24(9):1287-1289.
- [34] 李全耀,姚斐. 小儿推拿"五经穴"治五脏病理理论依据[J]. 河南中医, 2021, 41(2): 188-191. DOI: 10.16367/j.issn.1003-5028.2021.02.0045.

附录 A (规范性)

小儿推拿常用介质

A.1 粉类

A.1.1 医用滑石粉

可润滑和保护儿童的皮肤,减少汗液对推拿操作的影响。四季均可使用,使用时应注意避免动作过大产生扬尘而被儿童吸入。

A.1.2 爽身粉

具有润滑皮肤和吸水性强的特点,质量较好的爽身粉可替代医用滑石粉,四季均可使用,使用时应注意避免被儿童吸入。

A.2 水类

A.2.1 凉水

清洁凉水。具有清凉散热作用,适用于热证所致病症。

A.2.2 生姜汁

取鲜生姜适量切碎、捣烂,取汁应用。具有温中止呕、疏风散寒的作用,适用于胃寒呕吐、腹部冷痛等症及风寒证所致病症。

A.2.3 葱白汁

取葱白适量切碎、捣烂,取汁应用。具有疏风散寒的作用,适用于风寒证所致病症。

A.2.4 薄荷水

取鲜薄荷叶或干薄荷叶,置于容器中加盖浸泡于适量的开水中 30 min 后,去渣取液应用。具有疏风散寒的作用,适用于风热证所致病症。

A.3 油类

食用芝麻油、食用椰子油、食用橄榄油、婴儿外用油等。具有润滑除燥作用,适用于小儿身体各部位推拿,也可用于刮法。

A.4 膏类

A.4.1 冬青膏

由冬青油、凡士林等混合配制,具有温经散寒的作用,适用于寒凝经络所致病症。

A.4.2 健脾膏

由具有健脾作用的中药提取物与油脂混合调制,具有健脾开胃的作用,适用于脾胃功能虚弱所致病症。

规范制定组成员

指南指导委员会

陈红(北京中医药大学东直门医院,中国北京 100700)、王立新(长春中医药大学第三附属医院,中国长春 130117)、季远(山东省中医院,中国济南 250000)、吴大嵘(广州中医药大学第二附属医院,中国广州 510260)、于长禾(北京中医药大学东直门医院,中国北京 100700)

专家共识专家组(按姓氏笔画排序)

于长禾(北京中医药大学东直门医院,中国北京 100700)、王卫刚(陕西中医药大学附属医院,中国咸阳 712000)、王宇峰(长春中医药大学附属医院,中国长春 130021)、王芳(北京市东城区社区卫生服务管理中心,中国北京 100010)、王德军(湖南中医药大学,中国长沙 410208)、冯燕华(上海中医药大学附属岳阳中西医结合医院,中国上海 200437)、刘广宇(内蒙古自治区中医医院,中国呼和浩特 010021)、严晓慧(河南中医药大学,中国郑州 450046)、李华南(天津中医药大学第一附属医院,中国天津 300073)、李敏(首都医科大学附属北京中医医院,中国北京 100010)、李静(山东中医药大学,中国济南 250355)、何强(首都医科大学附属北京儿童医院,中国北京 100037)、沈潜(北京中医药大学东方医院,中国北京 100078)、迟振海(江西中医药大学附属医院,中国南昌 330006)、张素芳(山东省中医院,中国济南 250000)、张楠(北京市朝阳区安贞社区卫生服务中心,中国北京 100011)、陈宏(黑龙江中医药大学



附属第一医院, 中国哈尔滨 150040)、陈英(北京新世纪妇儿医院, 中国北京 100024)、邵先桃(云南中医药大学第二附属医院, 中国昆明 650041)、林丽莉(福建中医药大学福建省中医药科学院, 中国福州 350003)、周红(北京新世纪儿童医院, 中国北京 100037)、郑娟娟(上海中医药大学, 中国上海 201203)、孟祥奇(北京中医药大学平山国医堂中医门诊部, 中国深圳 518118)、赵鉴秋(青岛市中医医院, 中国青岛 266034)、黄安(山西省中西医结合医院, 中国太原 030009)、康敏(北京中医药大学东直门医院, 中国北京 100700)、蔡坚雄(广州中医药大学第二附属医院, 中国广州 510260)。

指南秘书组

于长禾(北京中医药大学东直门医院, 中国北京 100700)

系统评估组

王悦(北京中医药大学东直门医院, 中国北京 100700)、张英(北京中医药大学东直门医院, 中国北京 100700)、陈千吉(北京中医药大学东直门医院, 中国北京 100700)、兰晓雪(北京中医药大学东直门医院, 中国北京 100700)、周蓉(北京中医药大学东直门医院, 中国北京 100700)、顾思睿(北京中医药大学东直门医院, 中国北京 100700)、梁元文(北京中医药大学东直门医院, 中国北京 100700)

德尔菲问卷调查人员(按姓氏笔画排序)

于长禾(北京中医药大学东直门医院, 中国北京 100700)、马娜娜(北京中医药大学东方医院, 中国北京 100078)、王卫刚(陕西中医药大学附属医院, 中国咸阳 712000)、王宇峰(长春中医药大学附属医院, 中国长春 130021)、王道全(山东中医药大学, 中国济南 250355)、王婷(陕西中医药大学附属医院, 中国咸阳 712000)、王德军(湖南中医药大学, 中国长沙 410208)、毛改(首都儿科研究所附属儿童医院, 中国北京 100000)、叶兴竹(北京市朝阳区安贞社区卫生服务中心, 中国北京 100011)、冯燕华(上海中医药大学附属岳阳中

西医结合医院, 中国上海 200437)、刘文可(北京市东城区社区卫生服务管理中心, 中国北京 100010)、严晓慧(河南中医药大学, 中国郑州 450046)、李华南(天津中医药大学第一附属医院, 中国天津 300073)、李敏(首都医科大学附属北京中医医院, 中国北京 100010)、李静(山东中医药大学, 中国济南 250355)、杨叶娇(昆明市中医医院, 中国昆明 650011)、杨爽(长春中医药大学附属第三临床医院, 中国长春 130117)、吴大嵘(广州中医药大学第二附属医院, 中国广州 510260)、吴德盛(江西中医药大学附属医院, 中国南昌 330006)、余文英(福建中医药大学, 中国福建 350122)、沈潜(北京中医药大学东方医院, 中国北京 100078)、宋飞(青岛市崂山区金家岭街道松岭路社区卫生服务站, 中国青岛 266100)、迟振海(江西中医药大学附属医院, 中国南昌 330006)、张珍珠(北京中医药大学东直门医院通州院区, 中国北京 101121)、张素芳(山东省中医院, 中国济南 250000)、陈红(北京中医药大学东直门医院, 中国北京 100700)、陈宏(黑龙江中医药大学附属第一医院, 中国哈尔滨 150040)、邵先桃(云南中医药大学第二附属医院, 中国昆明 650041)、林丽莉(福建中医药大学福建省中医药科学院, 中国福州 350003)、周奕琼(济南市中承康中医门诊部, 中国济南 250004)、郑娟娟(上海中医药大学, 中国上海 201203)、赵吉忠(上海中医药大学, 中国上海 201203)、赵建云(黑龙江中医药大学附属第一医院, 中国哈尔滨 150040)、赵娜(天津中医药大学第一附属医院, 中国天津 300073)、赵鉴秋(青岛市中医医院, 中国青岛 266034)、姚静静(河南中医药大学第三附属医院, 中国郑州 450003)、唐佳瑶(福建中医药大学, 中国福建 350122)、黄菊(上海中医药大学附属岳阳中西医结合医院, 中国上海 200437)、康敏(北京中医药大学东直门医院, 中国北京 100700)、葛君芸(湖南中医药大学, 中国长沙 410208)、蔡坚雄(广州中医药大学第二附属医院, 中国广州 510260)、颜烨芳(广州市求一健康咨询有限责任公司, 中国广州 510000)

中華醫學會

