



# 中医护理技术在儿科和新生儿科的应用

广州中医药大学第一附属医院  
儿科-麦细焕

# 主要内容

一、小儿推拿

二、小儿捏脊

三、穴位贴敷

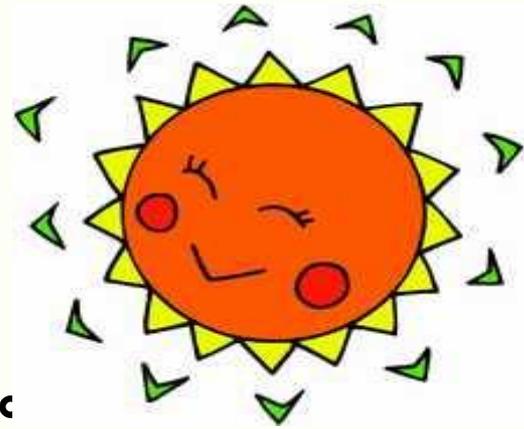
# 一、小儿推拿



# （一）基本知识

- 1、定义：推拿法又称按摩法
- 是指依靠术者的手法作用于**人体的局部**或**穴位**上，刺激和调动机体抗病能力。
- 作用：**驱除病邪、舒筋活络、活血祛瘀、调整气血及内脏功能作用。**

## 2、小儿生理特点



❖ 脏腑娇嫩，形气未充。

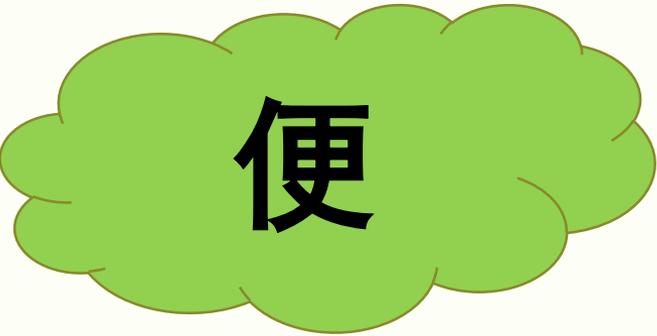
❖ “**纯阳之体**”，生机勃勃，发育迅速，恢复很快。

### 3、小儿推拿的优点

不用针，不用药，见效快



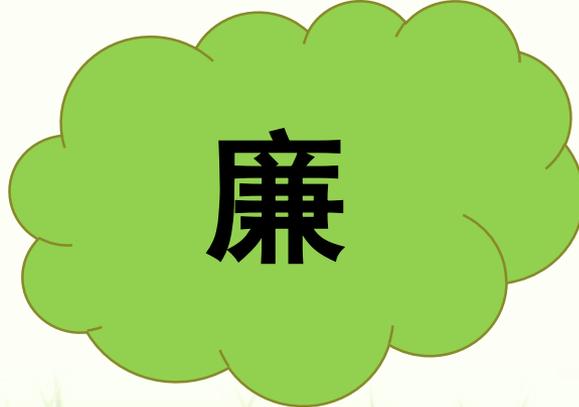
简



便



验



廉

## 4、治疗对象：

- 多用于**5周岁以下**的患儿
- 特别是**3岁以下**的婴幼儿。



## 5、小儿推拿的手法



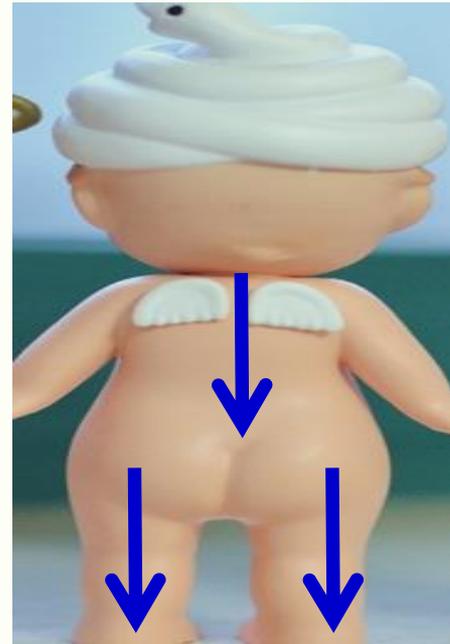
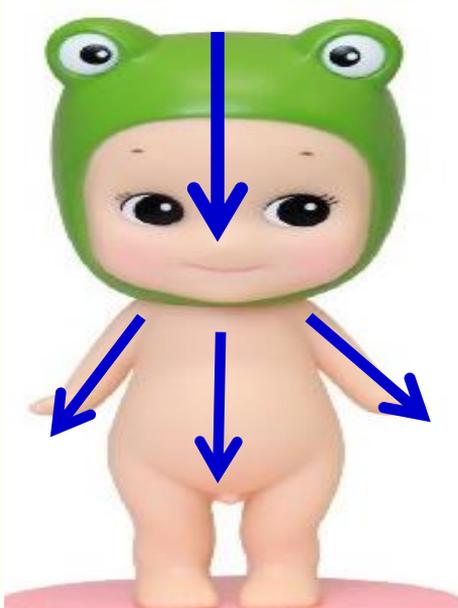
## 6、小儿推拿操作的特点

- 其手法特别强调补泻，与手法的轻重、操作的速度、方向有关。一般分补、泻、平补平泻3种。
- 补—用力轻、速度慢、顺经方向操作。
- 泻—用力重、速度快、逆经方向操作。
- 平补平泻—用力大小和手法的速度介于补泻之间，往返方向操作。

- ❖ 北派：离心为泻，向心为补，
- ❖ 南派：向心为泻，旋推为补
- ❖ 临床上：离心为泻  
向心和旋推为补  
(肾经、天河水相反)

## 7、小儿推拿的顺序

头面部 → 上肢 → 胸腹 → 腰背 → 下肢



## 8、小儿推拿的手法要求

### 轻快柔和、平稳着实

轻→手法操作时所用的力度轻。

快→手法操作时所用的频率快。

柔和→操作手法要均匀柔和。

平稳→操作时所用的力度、频率始终如一。

着实→手法操作时要紧贴穴位的表面，轻而不浮。

## (二) 常用推拿穴位

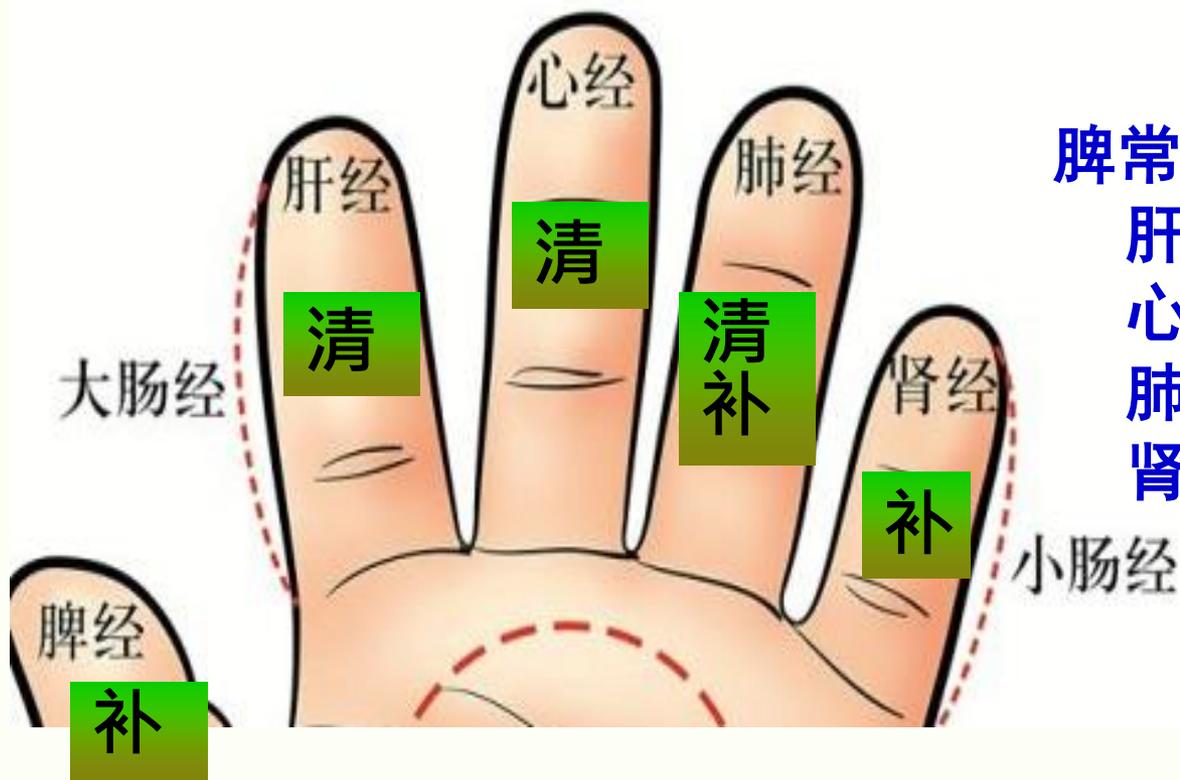
🌿 手、前臂

🌿 腹

🌿 背

🌿 足

# 常用推拿穴位一手（推法、揉法、摩法、运法）



脾常不足，宜补不宜清。  
肝为将军，只清不补。  
心多有余，宜清不宜补。  
肺为娇脏，可清可补。  
肾无实证，只补不清。

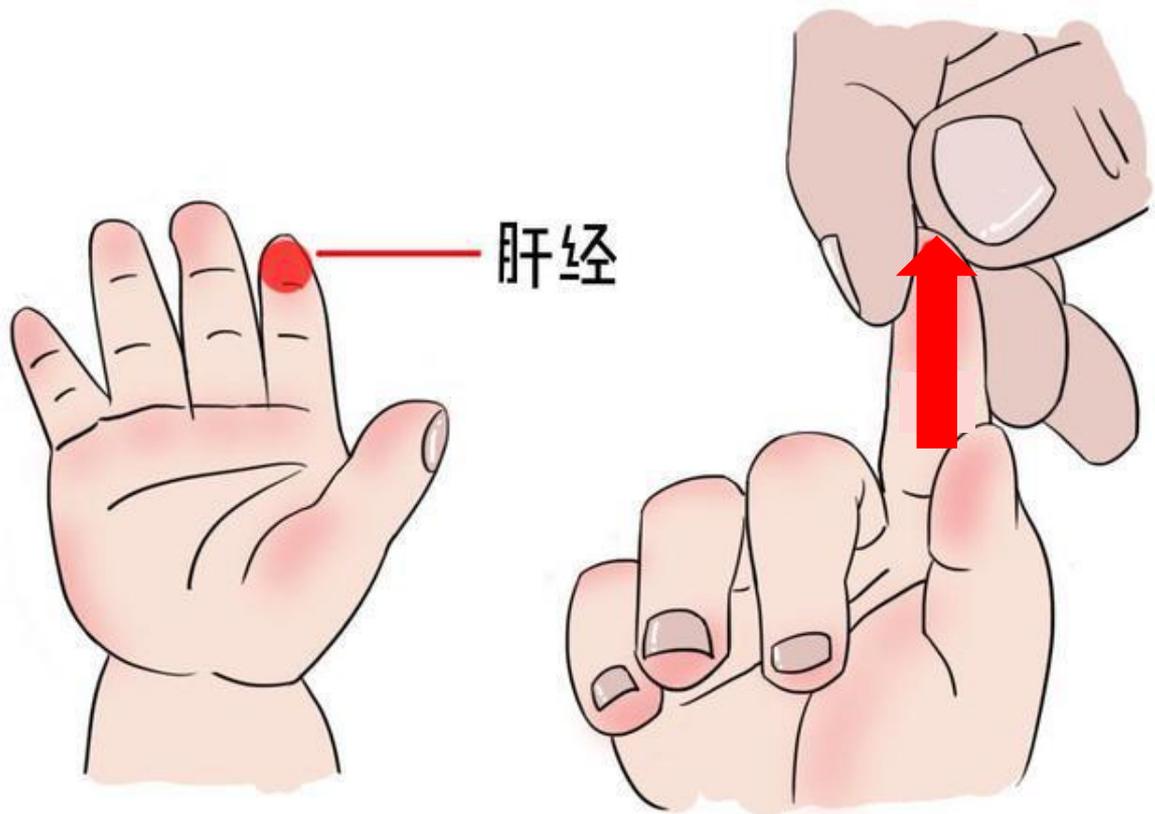


补脾经手法：  
循拇指桡侧边  
缘向掌根方向  
直推60-120次。



补脾经：  
补脾胃  
益气血

脾常不足，宜补不宜清。



肝经

清肝经：  
平肝  
泻火  
镇惊

食指末节罗纹面，用拇指由  
指根向指尖方向直推60-120次。

肝为将军，只清不补。



清心经：  
推心火之热

心多有余，宜清不宜补。





补肺经  
补益  
肺气

清肺经  
清热  
宣肺

肺为娇脏，可清可补。

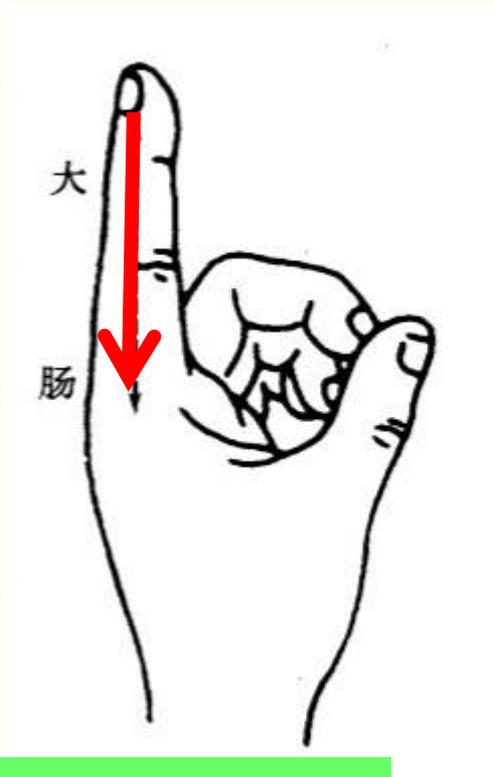




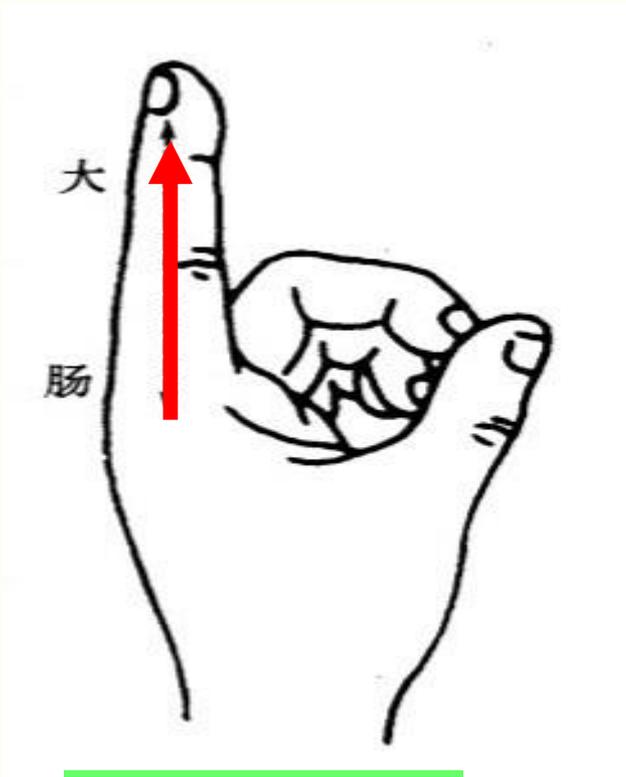
**补肾经：  
补肾益脑**

**肾无实证，只补不清。**





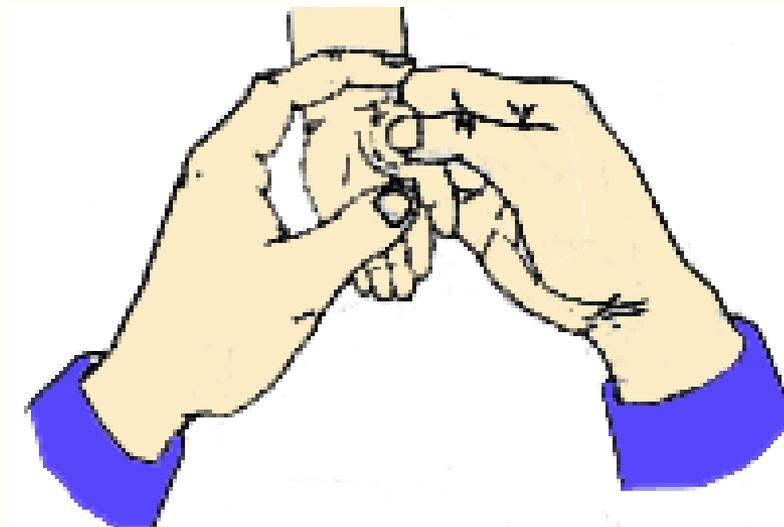
食指桡侧



补大肠：  
温中止泻

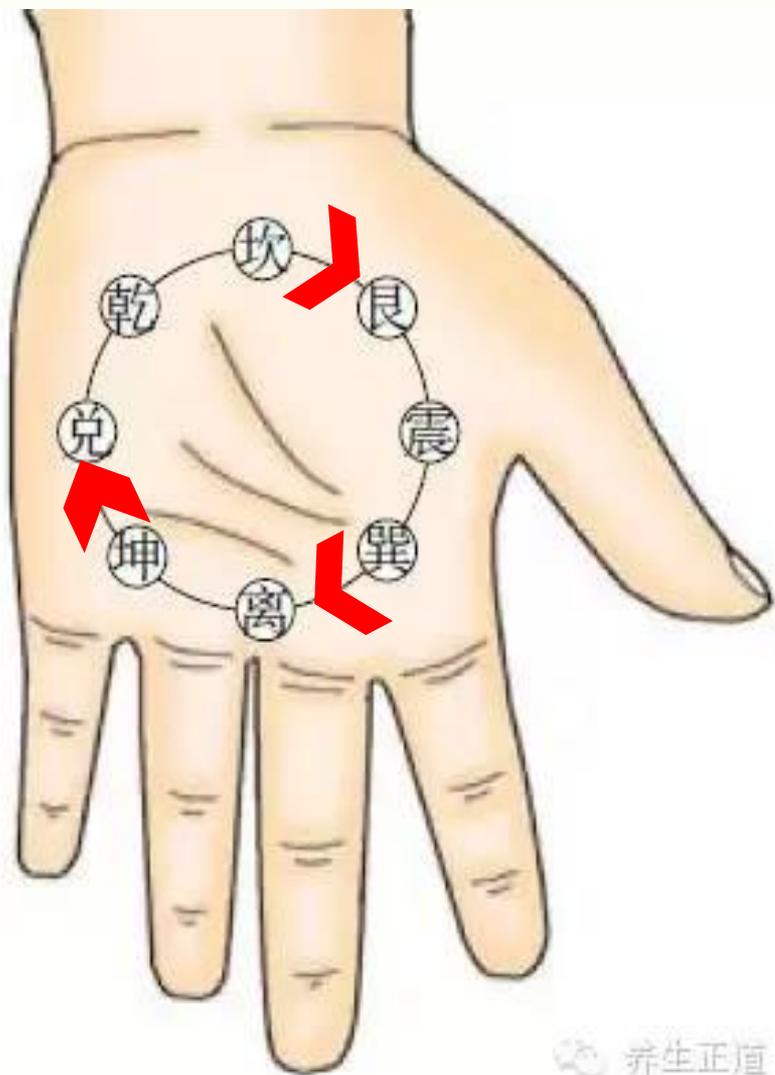
清大肠：  
清利肠腑





**揉板门：顺逆时针揉按**  
**健脾和胃，消食导滞**





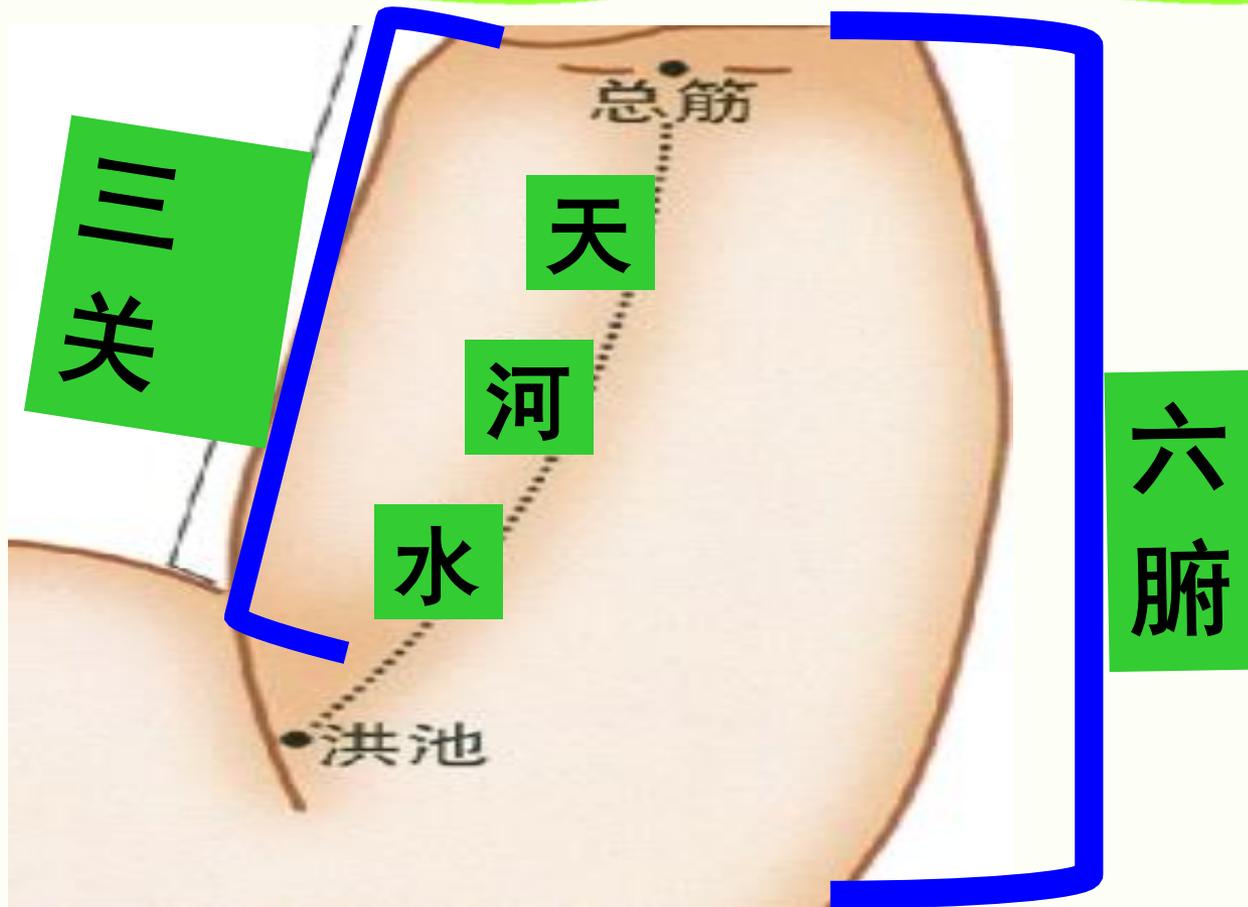
## 八卦：

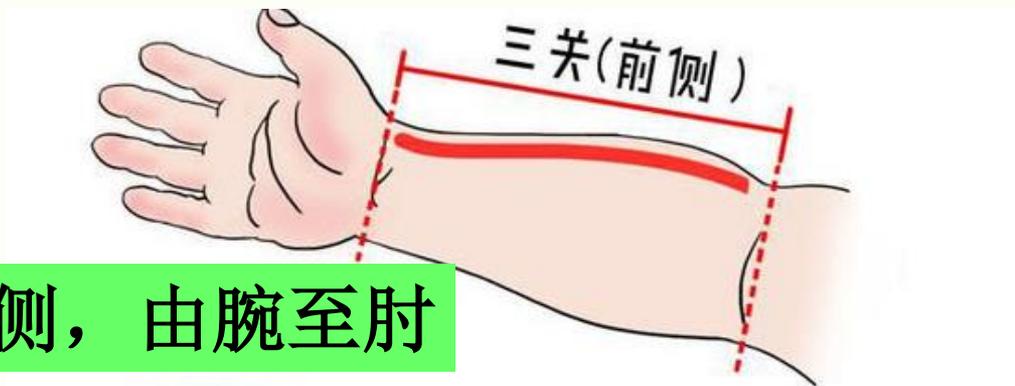
以掌心为圆心，  
圆心至中指根横纹  
内中、外1/3交界为  
半径做圆。

顺时针：除气胀  
满。如伤乳食、  
胸闷、腹胀等。

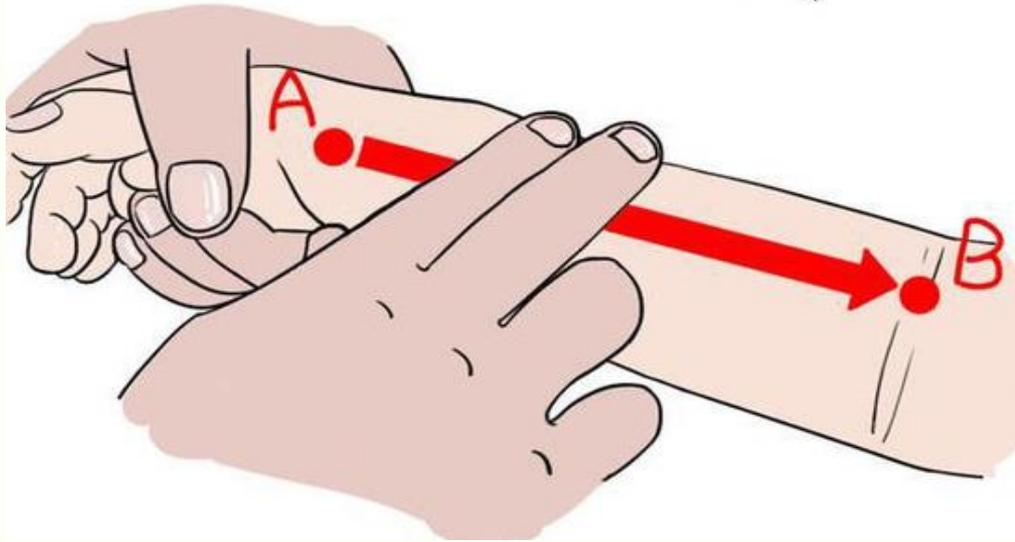
逆时针：降气平  
喘，如痰喘呕吐。

# 常用推拿穴位—前臂（推法）





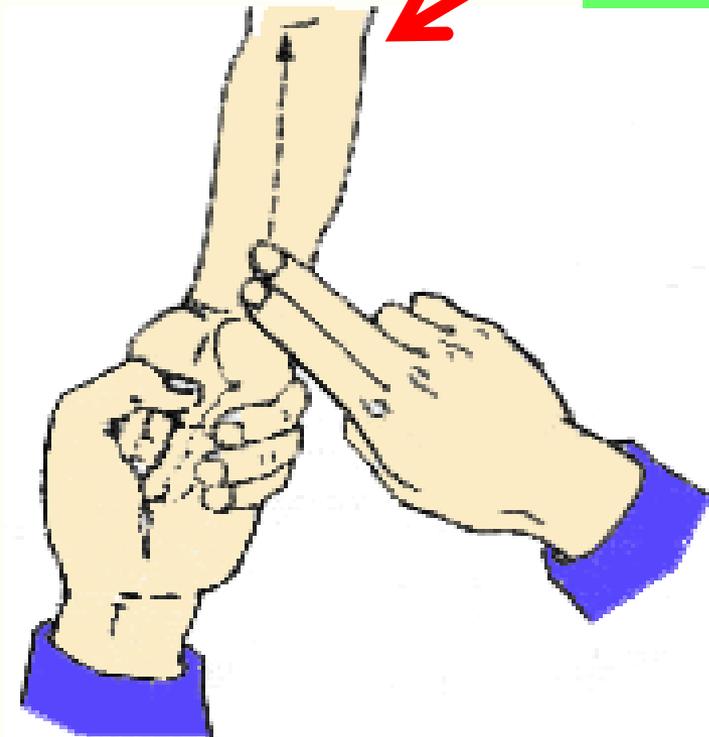
前臂桡侧，由腕至肘



推三关：  
温阳散寒



前臂掌侧中央，  
由腕至肘



清天河水

清热泻火



前臂尺侧，  
由肘至腕



退六腑

清热凉血

# 常用推拿穴位一背(推法)



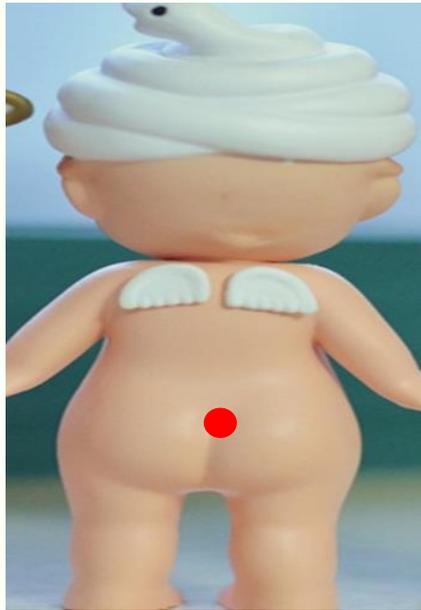
七节骨

位置：第四腰椎至尾骨尖端成一直线



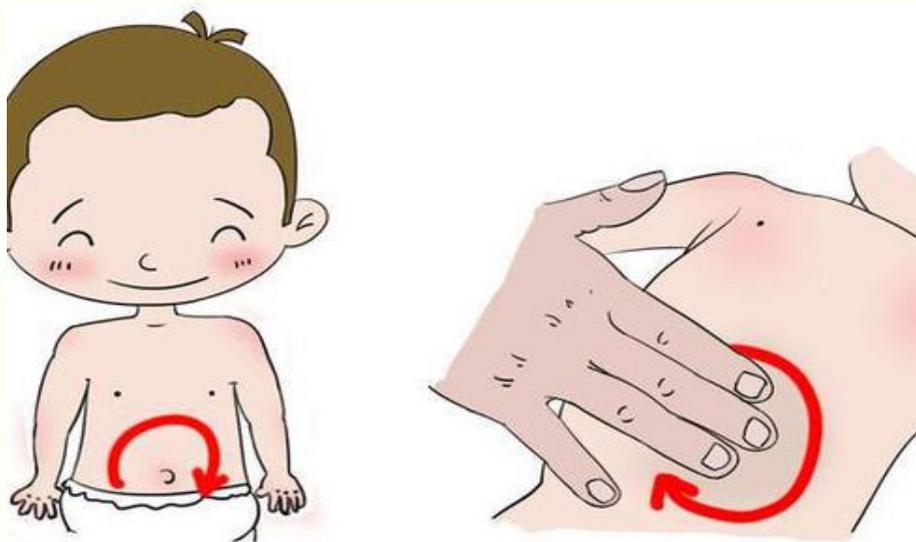
**上推七节骨：温阳止泻**  
**下推七节骨：泻热通便**

## 常用推拿穴位—背（揉法和按法）



**龟尾：尾椎骨端，调理大肠的功能**

## 常用推拿穴位—腹（摩法和揉法）

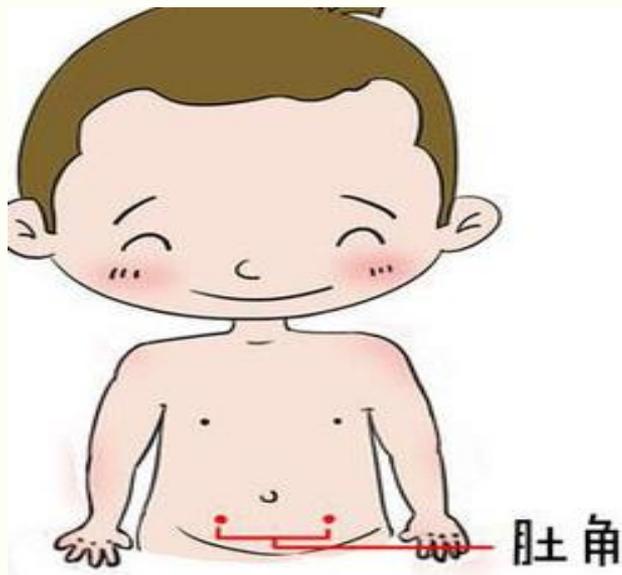


用掌或四指摩腹5分钟左右  
(顺时针消食通便, 逆时针止泻)

摩腹：  
健脾和胃，  
促进消化吸收

操作者中指放于神阙、天枢穴，食指放于中脘穴，无名指放于气海、关元力度以皮肤凹陷3~5mm为宜，顺时针方向揉腹5~6min。降低NEC的发生。

## 常用推拿穴位—腹（拿法）



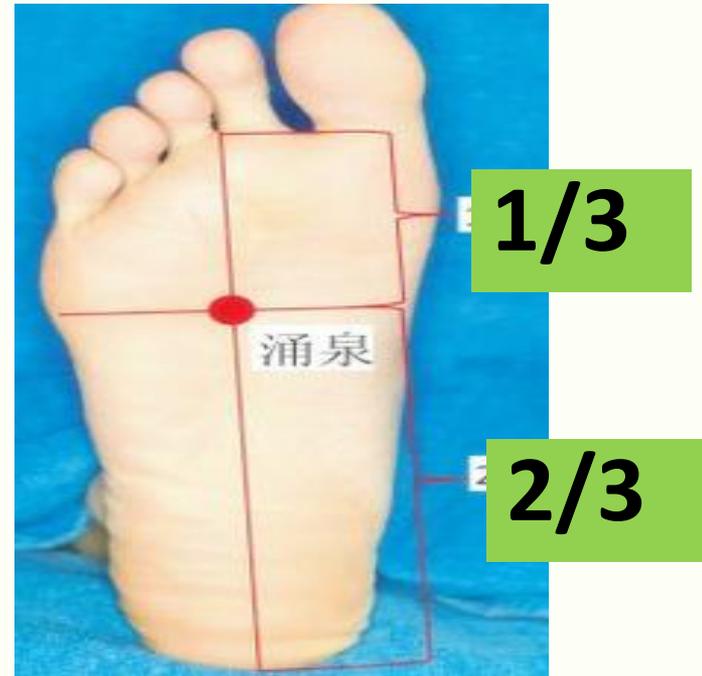
在脐下2寸，旁开2寸大筋处，用拇、食、中三指做拿法3-5次，称拿肚角。

**拿肚角：止腹痛**

# 常用推拿穴位一足（揉法、按法）



增加免疫力  
调理脾胃



散热生气，  
急救要穴

# 小儿便秘（实证）

- ①清大肠
- ②退六腑
- ③清补脾土
- ④运内八卦
- ⑤摩腹
- ⑥按揉足三里
- ⑦推下七节骨

# 小儿便秘（虚证）

①补脾经

②推肾水

③清大肠

④推上三关

⑤摩腹

⑥捏脊

⑦按揉足三里

# 小儿腹泻（实证）

- ①清大肠
- ②清板门
- ③清补脾土
- ④退六腑
- ⑤拿肚角
- ⑥推上七节骨
- ⑦按揉足三里

# 小儿腹泻（虚证）

- ①补脾土
- ②补大肠
- ③推上三关
- ④摩腹
- ⑤推上七节骨
- ⑥捏脊

# 厌食、疳证

- ①清补脾土
- ②推上三关
- ③退六腑
- ④揉板门
- ⑤运内八卦
- ⑥推四横纹
- ⑦摩揉脐腹
- ⑧捏脊
- ⑨按揉足三里

# 小儿发热

- ①开天门
- ②推坎宫
- ③揉太阳穴
- ④揉耳后高骨
- ⑤清肺经
- ⑥退六腑
- ⑦清天河水
- ⑧揉大椎
- ⑨推下七节骨

## 二、小儿捏脊



# 适应症

- 临床上用于治疗小儿疳积、厌食、腹泻、  
呕吐等症。



# 操作方法



即沿着督脉的循行路线，从自骶尾部**长强穴**直至**大椎穴**。通过捏脊，可通经活络、疏通气血、调和脏腑功能，尤以调整脾胃的功能为显著。

- 让宝宝俯卧于床上，背部保持平直、放松。
- 捏脊的人站在宝宝后方，两手的中指、无名指和小指握成半拳状。
- 食指半屈，用双手食指中节靠拇指的侧面，抵在孩子的尾骨处；大拇指与食指相对，向上捏起皮肤，同时向上捻动。两手交替，沿**脊柱**两侧自**长强穴**（肛门后上3~5厘米处）向上边推边捏边放，一直推到**大椎穴**（颈后**平肩**的骨突部位）。



●第2、3、4遍仍按前法捏脊，但每捏3下需将背部皮肤向上提一次。再重复第一遍的动作两遍，共6遍。

●最后用两拇指分别自上而下揉按**脊柱**两侧3~5次。

●一般每天捏一次、连续7~10天为一疗程。疗效出现较晚的宝宝可连续做两个疗程。





**图一：从尾椎开始拇指往下压，食指、中指在上**



**图二：往肩颈部方向，拇指不可离开背部**



**图三：至肩颈部时，手顺着脊椎滑下来**

## 捏脊的具体操作方式有两种：



一种是用拇指指腹与食指、中指指腹对合，挟持肌肤，拇指在后，食指、中指在前。然后食指、中指向后捻动，拇指向前推动，边捏边向项枕部推移。



另一种是手握空拳，拇指指腹与屈曲的食指桡侧部对合，挟持肌肤，拇指在前，食指在后。然后拇指向后捻动，食指向前推动，边捏边向项枕部推移。

在捏脊的过程中，用力拎起肌肤，称为“提法”。

🌿 每捏3次提一下，称“捏三提一法”

🌿 每捏5次提一下，称“捏五提一法”；也可以单捏不提。

🌿 其中，单捏不提法刺激量较轻，“捏三提一法”最强。



# 捏脊常用穴位

- 肾俞（第二腰椎棘突下旁开1.5寸）
- 三焦俞（第一腰椎棘突下旁开1.5寸）
- 胃俞（第十二胸椎棘突下旁开1.5寸）
- 脾俞（第十一胸椎棘突下旁开1.5寸）



# 捏脊注意事项

1. **时段：**捏脊在早晨起床后或晚上临睡前进行疗效较好，饭后不宜立即捏拿，需休息2小时后再进行。捏脊前要露出整个背部，力求背部平、正、肌肉放松。
2. **时间：**每次捏脊时间不宜太长，以3~5分钟为宜。
3. **温度：**捏脊时室内温度要适中，捏脊者的指甲要修整光滑，手部要温暖，手法宜轻柔、敏捷，用力及速度要均等，捏脊中途最好不要停止。



4. 手法：①开始手法宜轻巧，以后逐渐加重，使小儿慢慢适应。
- ②要捏捻，不可拧转。
- ③捻动推进时，要直线向前，不可歪斜。
5. 年龄：捏脊疗法适于半岁以上到7岁左右的宝宝。年龄过小的宝宝皮肤娇嫩，掌握不好力度容易造成皮肤破损；年龄过大则因为背肌较厚，不易提起，穴位点按不到位而影响疗效。
6. 皮肤破损，或患有疖肿、皮肤病者，不可使用本疗法。伴有高热、心脏病或有出血倾向者慎用。





### 三、穴位贴敷治疗



# 1.定义

- ❖ 穴位贴敷疗法:是一种中医临床常用的外治方法。是以中医经络学说为理论依据,根据治疗需要将各种不同的药物制成相应的剂型,贴敷于患处或一定的穴位上,通过药力作用于肌表,传于经络、脏腑,达到温经活血、行气止痛、疏经通络、调和阴阳、健脾和胃的治疗目的的一种方法。穴位贴敷疗法既有穴位刺激作用,又通过特定的药物吸收以发挥明显的药理作用,即可发挥药物、腧穴的双重治疗作用而使疗效倍增。

## 2. 药物特性：

- 各种药材除具备寒热温凉、升降沉浮的特性外还各自有解表、清热、理气、理血、祛风、安神、调补气血等作用。



### 3.四大用药特点

- ❖ 善用温药：肉桂、吴茱萸、丁香、川椒、茴香等。
- ❖ 善用归膀胱经、脾胃经药：麻黄、桂枝、生姜等。
- ❖ 善用引经、开窍药：麝香、冰片等。
- ❖ 善用皮肤刺激性强药物：川椒、大蒜、生姜、斑蝥、冰片、滑石粉等。

## 4. 四字功效

- “拔” — 凡病所聚集之处“拔”之则病邪能出，免除深入内陷之患。
- “截” — 截之则邪气内消，解除妄行传遍之虞
- “通” — 可行滞解郁，化积消瘀，调和营卫
- “调” — 调则阴平阳秘，五脏六腑偏胜偏虚之虑。



## 5. 配方用穴

- 根据八纲辨证选药方：贴敷药物与内服药物在选药上有一定区别，但许多外敷药物在临床上内外通用，如镇痛、活血、舒筋、清热等。外用药物时药物毒副作用减小，即使由峻猛药物配伍的外用敷药直接造成的副作用也极小。
- 根据针灸用穴原则选穴。

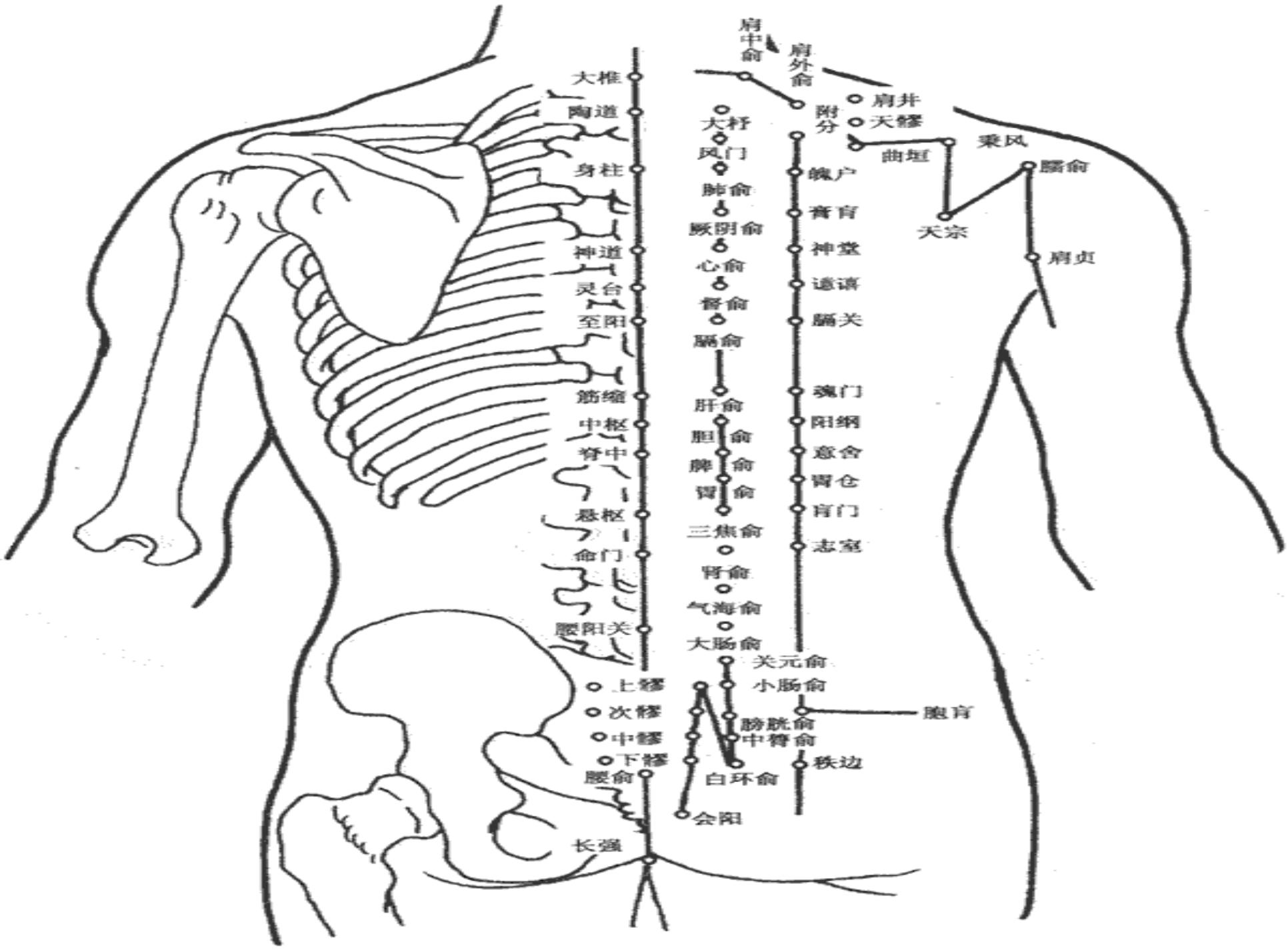


## 6. 选穴原则

- 基本上与针灸用穴基本一致，但又有其特殊性，如多直接用痛点，即“阿是穴”以利于药物作用于患处。其次多选用窍穴，如神阙穴。
- ①局部选穴：“腧穴所在，主治所及”根据每一腧穴都能治疗所在部位和邻近部位的病证这一普遍规律而取穴。多用于治疗体表部位明显和较局限的症状，如胃痛取中脘、梁门。

- ②远端取穴：在距离病变部位较远的地方选穴。  
《黄帝内经》称其为：“远道刺”体现了“经脉所过，主治所及”治疗规律。如胃痛取足三里。
- ③辨证选穴：指针对某些全身症状或针对病因病机而取穴。本方法根据中医理论和腧穴主治功能而取穴，如哮喘取肺俞、定喘等。

- ④背部取经穴：即取背部督脉和膀胱经的腧穴。如慢性腹泻取膀胱经大肠俞。肾虚喘证取督脉命门穴。
- ⑤高频使用经穴：穴位：背俞穴、募穴、八会穴、交会穴、关元、气海、神阙、中脘、命门、大椎、志室、足三里、涌泉、悬钟。经脉：足太阳膀胱经、足三阴经、足阳明胃经、任督二脉。



## 7. 穴位贴敷疗法适应证

**消化系统疾病：**婴幼儿消化不良，小儿厌食症，小儿疳病。

**呼吸系统疾病：**上呼吸道感染，支气管炎，支气管哮喘。

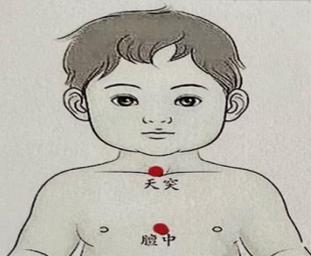
**泌尿系统疾病：**小儿遗尿症。



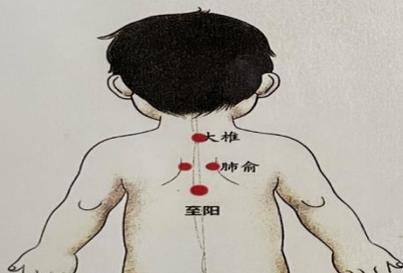
### 穴贴敷贴1组

温馨提示：穴贴药物带回家后放置于冰箱保鲜层。贴之前拿出来放置常温再贴。

药物保质期：3天。



- 天突穴：胸骨上窝中央。
- 膻中穴：两乳头连线中点处。
- 大椎穴：在后正中线上，第七颈椎棘突下凹陷
- 肺腧穴：肩胛骨内角与脊椎中点。
- 至阳穴：在背部，第七胸椎棘突下凹陷中。



广州中医药大学第一附属医院



## 呼吸道疾病

### 穴贴敷贴2组

温馨提示：穴贴药物带回家后放置于冰箱保鲜层。贴之前拿出来放置常温再贴。

药物保质期：3天。



中脘穴：在上腹部，前正中线上，当脐中上4寸。

神阙穴：在腹中部，脐中央。

天枢穴：

~~在脐中旁，距脐两寸。~~

脾俞穴：在背部，当第十一胸椎棘突下，旁开1.5寸。



广州中医药大学第一附属医院 儿科



## 消化道疾病

## 8. 注意事项及禁忌证

- 凡用溶剂调敷药物的，需随调随敷，以防蒸发。
- 贴药后注意防止药贴脱落，必要时外加胶布固定。
- 对胶布过敏者，可改用纱布或绷带固定。
- 对刺激性强的药物，贴敷时间不宜过长，以免发泡过大。
- 皮肤局部有感染、肿块、破溃禁用。过敏体质患者慎用。
- 避免贴敷刺激性强、毒性大的药物。



感谢聆听， 敬请批评指正！

