

<<兒童經絡實用手冊>>

图书基本信息

书名：<<兒童經絡實用手冊>>

13位ISBN编号：9789866377709

10位ISBN编号：9866377709

出版时间：2009-7-28

出版时间：印刻文學生活雜誌出版有限公司

作者：蕭言生

页数：272

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<兒童經絡實用手冊>>

前言

作者序：兒童經絡乃世界醫學一絕學會了小兒推拿，年輕的父母們就不用再眼睜睜看著孩子飽受疾病折磨而束手無策，就能夠用自己的雙手來保護自己的孩子。

那麼小的孩子，整天打針吃藥有多受罪啊，但小兒推拿卻可以讓父母的心肝寶貝臥在床上，舒舒服服地接受治療，而且沒有任何後遺症。

在我的上一本書《人體經絡使用手冊》裡，我詳細介紹了人體經絡的分佈狀態和使用方法。

但是，兒童經絡的狀況和成人的有著很大區別。

我認為，兒童處於不斷地生長發育中，因此他們的經絡是漂移的，位置和功用也都和成人的經絡有所不同，因此，如果按照成人經絡的狀態來進行推拿治療，效果不會太好，有時候甚至會弄巧成拙。

感謝蒼天，我們的老祖宗留下了小兒推拿這個絕活。

在孩子健康的時候，給小兒做推拿能起到保健的作用；當孩子病了，心肝脾肺腎的狀況就全都體現在五個手指頭上，哪個臟腑有問題了，就推相應的那個手指頭，舉手之間就能治病，所產生的效果如同魔術一般神奇，而且效果比吃藥還好。

眾多成功病例證實了古代中醫大師們的經驗沒錯，讓那些愁眉苦臉的父母重新露出了笑容，小兒推拿的確是中華民族傳統醫學中的一門絕學！

在小兒推拿的理論和實踐經驗中，蘊涵了幾千年來中國傳統醫術的精髓，但是又十分易懂易學。

試想，如果學會了小兒推拿，每一個家庭的父母們就不用再眼睜睜地看著孩子飽受疾病折磨而束手無策，就能夠用自己的雙手來保護自己的孩子。

那麼小的孩子，整天打針吃藥有多受罪啊，但小兒推拿卻可以讓父母的心肝寶貝臥在床上，舒舒服服地接受治療，而且，沒有任何後遺症。

很多不瞭解中醫神妙之處的人都會對經絡學說產生懷疑，區區幾十個常用穴位翻來覆去地按，真的能治病嗎？

曾經有一位年輕的父親就是這樣。

他慕名來我這裡，想給他九個月大的小兒子治咳嗽。

我給那孩子做了一次推拿，馬上就不咳了。

可是，當孩子的爸爸看見我給別的患者治療其他的病，用的也是同樣的手法，按的也是同樣的穴位時，馬上就懷疑我在騙人，以後再沒帶孩子來過。

後來，聽說那孩子因咳嗽加重，沒得到及時和有效的醫治，得了支氣管肺炎。

我對此覺得特別遺憾。

正所謂，「小兒百脈，匯於兩掌」，孩子五指上的經絡通過不同的排列組合，就可以包治百病，再配以最合適的推拿手法和力度，就能發揮出令人驚歎的魔力。

這位父親就是只知看表面現象，卻不知道在這看似簡單的重複組合裡，蘊涵著的卻是關於兒童經絡奧秘的偉大真經。

如果把中國傳統醫學寶庫中最彌足珍貴的小兒推拿推廣到千家萬戶，孩子們從生下來起就個個健康強壯，國家的醫療開支也會減輕，「福莫大焉」啊。

可惜的是，小兒推拿在當代幾乎從沒有被世人廣泛關注過。

中華民族醫學中的瑰寶，如果埋沒在我們這一代人手裡，實在是死不瞑目。

我非常奇怪，在大力提倡中醫學復興的今天，人們對小兒推拿學這一門絕學居然是如此冷漠。

父母們寧願讓孩子受苦打點滴、吃有副作用的西藥，甚至留下後遺症也不自知，卻根本想不到小兒推拿。

每當看到或聽到「孩子因慢性病而導致家庭經濟困難，呼籲全社會伸出援手」之類的新聞的時候，作為一個中醫，我心如刀絞。

我沒法再繼續默默地低頭工作了，我要讓父母們懂得小兒推拿的重要性，學會小兒推拿，讓他們用自己的雙手給孩子帶來健康。

要知道，父母才是孩子最好的醫生。

<<兒童經絡實用手冊>>

內容概要

敲經，活絡：你可以再青春十歲！

【人體經絡實用手冊】作者傾力續作敲經絡——從黃帝開始，中國人代代相傳的養生手法。

小兒百脈，匯於兩掌氣若順得意輕鬆，血若通遠離病痛。

獻給父母和孩子；每天五分鐘，換孩子一生無恙「在你拿起孩子的小手輕輕推拿的剎那，孩子亮晶晶的黑眼珠也在回應著你那溫暖的愛。

」「從寶寶生下來的那天起，請你輕輕地從五根小手指開始摸他，每天幾分鐘，你的孩子就永不會得同齡孩子的常見病。

」「發育遲緩、肥胖、性早熟、弱視、遺尿、習慣性感冒、肺炎……等讓好多父母心急如焚的疾病，其實都可以利用經絡治好。

」小兒身上27個關鍵穴位，是保證孩子健康平安的樞紐。

8套兒童經絡保健方案，省錢易學；在家中就可輕鬆為孩子防病。

45種兒童常見疾病的經絡推拿治療手法，無副作用，最科學也最人道。

特別贈送全彩標準兒童經絡穴位圖作者倡言：透過「敲經絡」、刺激人體穴位，就有可能及早防治萬病——端看是否能善加運用。

敲經絡，適合任何階層族群入手學習，也能幫助全家老小都獲得健康養生的啟蒙觀念。

在中醫理論中，人體是一套具有強大自我調節能力的系統，五臟六腑通過經絡緊密相連，相互影響，對保養人體健康具有重要作用。

本書以易解的語言描述兒童體內經絡的各種保健知識，倡導通過刺激經絡穴位，保持孩子各臟腑功能的平衡、和諧，使氣血暢通、身心能量沛足，提高對外來疾病的戰鬥力，以積極實踐預防、治療疾病的養生手段；更幫助讀者發現自己與家人蘊藏在自己身體裡的醫療體系，教您做孩子的家庭醫生，或作為求醫問診時的諮詢參考。

是一本現代家庭必備的健康枕邊書！

本書針對兒童經絡的特殊及神奇魅力，提出用小兒推拿法來激發孩子「身體自帶的天然大藥」。

小兒推拿法實用方便，孩子不須打針吃藥就能輕鬆祛病保健，永保健康；同時，也是親子關係的奇妙潤滑劑！

書中搭配近200幅內容詳實、形式精確的孩子身上全部重要穴位的示意圖，以及父母可輕易實作的推拿手法；沒有任何中醫學基礎的父母，也可以立刻上手，成為孩子最貼心的醫生。

<<兒童經絡實用手冊>>

作者簡介

蕭言生，自幼秉承家學，研習中醫，後考入中國中醫藥大學，師承中醫大家，獲碩士學位。現專研人體經絡與穴位。著有《人體經絡實用手冊》《兒童經絡實用手冊》《特效穴位使用手冊》《老年人經絡養生經》等書。

<<兒童經絡實用手冊>>

書籍目錄

序言 兒童經絡乃世界醫學一絕 第一章 孩子的身心和經絡受上天保佑小兒經絡是人體經絡中最有價值的靈丹妙藥 / 明白兒童的經絡, 才能對症下藥 第二章 給孩子推拿經絡前必須明白的基本道理要懂孩子的五臟補瀉之道 / 別讓病症抹黑孩子的臉 第三章 用推拿經絡來激發孩子體內的天然大藥孩子的雙手上藏有當代醫學沒有發現的億萬財富 / 親手把健康獻給孩子是父母的最大福氣 / 兒童經絡使用原則 第四章 兒童經絡保健大法日常保健法 / 健脾按摩保健法 / 眼部按摩保健法 / 感冒預防保健法 / 增高保健法 / 腸胃保健法 / 脾胃保健法 第五章 父母是孩子最好的家庭醫生 (一) 把孩子養得壯壯的 - - 小兒疳積 (食積) / 像華佗那樣捏脊 - - 小兒疳積合並腸炎 不讓熱邪乘「虛」而入 - - 小兒盜汗 / 絕不讓孩子傷心 - - 小兒自汗 撲滅孩子身上的邪火 - - 小兒發熱 / 清潔孩子的脾胃 - - 小兒腹瀉 先補孩子的正氣 - - 小兒痢疾 / 疏通孩子體內的河道 - - 小兒便秘 補好孩子的漏「氣」之處 - - 小兒遺尿 / 把「歪脖子」變成乖孩子 - - 小孩斜頸妙手送香 - - 小兒厭食 / 每個孩子都是天使 - - 小兒腦癱 (腦性麻痺) 讓孩子的咽喉清涼如水 - - 小兒咽炎 / 關好孩子的「天窗」 - - 小兒凶門關閉晚孩子, 我不要你咳 - - 小兒哮喘 / 輕搓肺經不再憂 - - 小兒感冒 第六章 父母是孩子最好的家庭醫生 (二) 推拿脾胃出痘快 - - 小兒水痘 / 永遠趕走孩子身上的「癢」 - - 小兒濕疹 梳理胃經就會好 - - 小兒嘔吐 / 警鐘為病而響 - - 小兒咳嗽 驅散孩子肺經上的寒氣 - - 小兒百日咳 / 我有「夜啼郎」, 推拿保安康 - - 小兒夜啼 絕不讓心陰虛留下後果 - - 小兒流口水 / 把孩子的濁氣往下引 - - 小兒呃逆 (打嗝) 把「疹」出透 - - 小兒麻疹 / 驅除「風邪」就不癢 - - 小兒蕁麻疹 還是「風邪」惹的禍 - - 小兒風疹 / 趕走「熱邪」臉不腫 - - 小兒疝氣 (腮腺炎) 澆滅「虛火」和「脾熱」 - - 小兒口瘡 / 護腎通膀胱 - - 小兒中耳炎 用手揉開孩子腹內的「氣」 - - 小兒腹脹 / 疏通孩子的排泄管道 - - 小兒肥胖症腹內有「毒」用手解 - - 小兒腹痛 / 補足孩子的陽氣 - - 小兒凍瘡 孩子的身體自有防盜門 - - 小兒扁桃腺炎 / 聞香識臭不再愁 - - 小兒慢性鼻炎 清肺瀉肝最見效 - - 小兒肺炎 / 清心清肺清脾胃 - - 小兒聰熱症 幫孩子護好肝 - - 小兒近視 / 補足孩子的脾和腎 - - 小兒佝僂病 讓孩子的嘴裡清清香香 - - 小兒鵝口瘡 / 還孩子小嘴邊的清新 - - 小兒舌舔皮炎激發腎經的自癒潛能 - - 小兒白血病 / 把更多的氣血貢獻給心經 - - 小兒病毒性心肌炎 捏脊法立大功 - - 小兒先天性心肌炎 第七章 父母不和, 相當於給孩子的成長「投毒」孩子也會和大人一樣得心病 / 和諧的家庭氣場是孩子經絡的營養 第八章 兒童的四季飲食調養 孩子春天的飲食調養以養肝 (生) 為主 / 孩子夏天的飲食調養以養心 (長) 為主 孩子秋天的飲食調養以養肺 (收) 為主 / 孩子冬天的飲食調養以養腎 (藏) 為主 後記【附錄】兒童經絡傳世古籍精要

<<兒童經絡實用手冊>>

章節摘錄

第三章 用推拿經絡來激發孩子體內的天然大藥 小兒推拿中最主要的五個關鍵經絡全都在孩子的五指上，這是上天賜與他和父母的天然大藥庫啊！

人們都不知道這筆財富還在白白地浪費，沒人去動用，父母們只知道孩子有病的時候心急如焚地去求醫，眼睜睜地看著疾病的魔爪一次次地摧殘孩子的身心，想起來真是悲哀之極！

孩子的五個手指頭分別跟脾、肝、心、肺、腎密切聯繫，推拿孩子的五個手指頭就可以調理五臟。

大拇指對應脾經；食指對應肝經；中指對應心經；無名指對應肺經；小指對應腎經。

此外，常推小臂上的幾條線，也可維護孩子健康。

孩子手臂陰面靠中指那條線是天河水，推天河水可以清孩子體內的熱毒，驅殺邪氣。

手臂陽面靠大拇指那條線是三關，體弱多病的孩子最適合推這條線。

手臂陽面靠小指那條線是六腑，熱毒侵犯咽喉部時推這條線，效果立竿見影。

用於『線性』穴位的還有開天門、推背、推上下七節骨等。

經常給孩子推拿可以幫助他長高、變得聰明過人、還能預防近視、更能增加免疫力，這是人體經絡學中的一個寶貴分支。

為了盡可能清晰明白地向父母們介紹有關兒童經絡以及小兒推拿的操作，我力求用簡潔易懂的文字和直觀形象的圖片介紹推拿操作的每一步驟，使諸位家長能按圖操作、易學易懂。

以下從孩子身體的頭部往下為順序，簡單介紹經絡和穴位的位置，並配以其對應的典型病症，以便家長最快地明瞭。

孩子感冒的天敵（運太陽）眉毛末端與眼睛末端的連線中點向後一指寬有一個凹陷處，這就是太陽穴。

用兩大拇指推運，稱推太陽或運太陽。

向眼睛的方向推運為補，向耳朵的方向推運為瀉。

孩子臟腑嬌嫩，肌膚柔嫩，皮膚疏鬆，一不注意保暖就會感冒。

孩子感冒發燒是常有的事，但感冒時，孩子真是難受得很，這時運太陽就可以緩解這些痛苦。

運太陽還可治療孩子的驚風、頭痛、目赤痛等症。

孩子頭痛的剋星（揉耳後高骨）耳後乳突下方凹陷處，用兩大拇指或中指端揉，稱揉耳後高骨。還可以治療驚風。

孩子肚子疼（分推腹陰陽）孩子莫名肚子疼，可以沿肋弓角邊緣或自中腕至臍，向兩旁分推，稱分推腹陰陽；用掌或四指摩稱摩腹。

還可以治療腹脹、消化不良、噁心嘔吐。

孩子嘔吐輕鬆治（推天柱）頸後正中線從頭髮邊緣至大椎（第七頸椎）連成一直線，叫天柱骨，用食、中兩指或大拇指自上向下直線推動稱為推天柱。

簡單地說就是推孩子的頸椎骨。

因為孩子的胃位置很淺，所以動不動就會嘔吐。

嬰兒多半都會因此而經常吐奶，只要給他推天柱就能解決這個問題。

有的父母說，老是拿不準用什麼力度推，其實和其他的推拿方法一樣，只要放鬆手腕，一開始輕輕推，再慢慢加力，每個穴位推三分鐘，推到孩子皮膚微微發紅就可以了。

年齡大一點的孩子都喜歡吃煎炸的食物，又不懂得主動要水喝，所以很容易嗓子痛，父母大多靠給孩子吃消炎藥來解決。

其實，經常給孩子推頸椎骨和給孩子多喝水就可以解決這個問題，還不用擔心副作用。

我把這個簡單的方法教給很多家長，百試百靈。

孩子便秘（揉摩肚臍）用中指端或手掌揉，稱揉臍；用指或掌摩，稱摩臍；用大拇指和食、中指抓住肚臍抖揉，亦稱揉臍。

這樣可以治療孩子的腹脹、腹痛、食積、疳積、腸鳴、吐瀉等病。

氣血兩旺，告別腹瀉（揉丹田）丹田在臍下二~三寸之間。

揉之可以治療孩子的腹瀉、腹痛、遺尿、脫肛、疝氣等病。

<<兒童經絡實用手冊>>

讓孩子不再夜裡「畫地圖」（推七節骨）七節骨在第四腰椎至尾椎上端成一直線。用大拇指外側緣自下而上直線推動稱推上七節骨；用食中指自上而下直線推動稱推下七節骨。可以治療孩子的遺尿、洩瀉、便秘、脫肛等病。

讓孩子排泄通暢（揉龜尾）用大拇指或中指端揉尾椎骨端，稱揉龜尾。可以治療孩子的瀉肚、便秘、脫肛、遺尿等病。

其他：孩子元神出入的必經之處（天門／攢竹）．孩子眼睛的衛兵（坎宮）．脾胃問題脾經解（推脾經）．還孩子一片甘涼（推肝經）．口舌生瘡（推心經）．讓孩子的呼吸輕鬆流暢（推肺經）．先天不足後天補（推腎經）．大腸功能紊亂（瀉大腸經）．身體代謝全暢通（推小腸經）．讓孩子「吃嘛嘛香」（推胃經）．治腹脹等孩子的常見病（掐四橫紋）．推板門（大魚際）也是治疳積的好辦法．巧運八卦百病除（運內八卦）．打開孩子清火退熱之門（掐二扇門）．孩子祛體寒的真良方（掐外勞宮）．過三關，氣血旺（推三關）．撲滅孩子身上的一切邪火之源（推天河水）．降孩子體內的所有實熱找六腑（推六腑）．捏三提一（華佗捏脊法）.....更多精采實用內容，請見印刻《兒童經絡實用手冊》

1. 小兒推拿的力應從輕到重，以孩子皮膚微微發紅為度。
2. 小兒推拿的手法常和具體穴位結合在一起靈活運用。
3. 小兒推拿在操作時常用一些介質（如薑汁、滑石粉），以滑潤皮膚，提高療效。
4. 小兒推拿的穴位大多集中在孩子的雙手上。
5. 由於孩子還處在快速地發育過程中，因此很多穴位和成人有很大區別：有的穴位名稱與成人相同，但位置不同（如攢竹）；有些位置相同而名稱不同（如龜尾、總筋）。
6. 小兒推拿中，上肢的穴位一般不分男女，但習慣上一般比推拿左手為主。
7. 書中所給定的時間和推拿的次數僅適合六個月至八歲的孩子，可根據具體情況進行酌情增減。
8. 小兒推拿的操作順序是先頭面，其次上肢，再次胸腹腰背，最後是下肢。

* 由於兒童身體的經絡分佈和成長狀況比較特殊，因此，與給成人推拿相比，小兒推拿手法和力度都有特殊的要求：輕快、柔和、平穩、著實，「適達病所，不可竭力攻伐」，也就是以恰當的力度，達到最好的效果即可，不要出於愛子心切而不注意頻率和力度，要是像給大人做推拿那樣用力，往往可能欲速而不達。

兒童經絡的基本使用手法推法（1）直推法：用拇指指腹或食、中指指腹在皮膚上作直線推動，叫直推。

（2）旋推法：用拇指指腹在皮膚上作螺旋形推動，叫旋推。

（3）分推法：用雙手拇指指腹在穴位中點向兩側方向推動，叫分推。

揉法用指端或大魚際或掌根，吸定於一定部位或穴位上，作順時針或逆時針方向旋轉揉動，稱為揉法。

按法用指尖或指腹或掌心，直接按壓在穴位上，施以壓力，按而留之，稱為按法。

摩法用手掌掌面或食、中、無名指指面附著於經絡治療部位上，作環形的有節律的摩轉，稱摩法。

掐法用指甲重刺穴位，稱掐法。

捏法用拇、食、中三手指捏拿肌膚，稱為捏法。

拿法用大拇指和食、中兩指，或用大拇指和其餘四指作對稱地用力，提拿一定部位和穴位，進行一緊一鬆的拿捏，稱為拿法。

兒童經絡的使用注意事項1.補與瀉。

向上為補，向下為瀉；向裡為補，向外為瀉；以順為補，以逆為瀉；疾者為瀉，緩者為補；輕者為補，重者為瀉。

瀉又稱為清。

2.每組推拿穴位，可選擇幾個用，效果不明顯再加之。

3.小兒皮膚柔嫩，推拿時可加清水而推之。

注意手法輕柔。

4.本書中所指的「寸」數，均為同身寸。

小兒同身寸是彎曲小兒中指，以中指中節側面兩頭橫紋尖之間的距離作為一寸。

5.嚴禁來回推和不按要求推。

<<兒童經絡實用手冊>>

6.心、肝、肺經宜清不宜補，而脾經、腎經宜補不宜清。

<<兒童經絡實用手冊>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>