

小儿推拿手法治疗婴幼儿便秘的体会

徐迎春 徐景忠

农安县中医院 吉林 长春 130200

【摘要】目的：手法治疗婴幼儿便秘。方法：医生运用小儿推拿手法刺激患儿的特定部位和穴位。结果：小儿推拿手法治疗便秘，疗效好、治愈率高、愈后不易复发、无痛苦、无毒副作用。结论：小儿推拿疗法治疗小儿常见病，无需任何药物和其它疗法的辅助治疗，操作方便，容易被小儿和家长接受。

【关键词】：小儿推拿；婴幼儿便秘

随着人们生活水平的提高，现代人们都是高热量饮食，营养过盛，由于父母素体阳盛、阴虚内热、气血亏虚，或者母亲在怀孕期间过食肥甘厚味、辛辣食物，有大部分幼儿在增加辅食的同时，家长过于注重营养，很多家长认为多给小儿吃点好的，小儿才会身体好，免疫力就会提高，所以会经常给孩子吃海参、鲍鱼，各种肉类等，还有很多长辈，怕孩子冷，会给孩子穿很厚的衣服，致使小儿便秘的发病率逐年增多。明代的大医家万密斋在他的医书里就有“若要小儿安，常带三分饥与寒”的说法，意思是：要想让小儿平安健康，就得让小儿吃的三分饥，七分饱；穿得三分寒，七分暖。这是古代小儿保健的常识，可在生活水平大大提高的今天，人们却难以做到。

1 一般资料

便秘是指大便干结而硬，排便困难，排便周期延长，两次排便间隔时间2到3天或者更长时间；也有的便质正常，每次排便时间延长，严重者不能自主排便，甚者需要家长长期使用开塞露，帮助患儿被动排便。

2013年9月至2014年2月，半年的时间笔者共收治婴幼儿便秘28例，其中男18例，女10例，年龄最小28天，最大三岁，周岁以内13例（母乳喂养6例，奶粉喂养4例，羊乳喂养3例），一周岁到三周岁15例；病程最短3天，最长3个月；疗程最短一次，最长两周。

2 病因病机

婴幼儿便秘，根据症状和病因的不同，中医将本病分为胃肠实热、阴虚内热、乳食积滞和气血亏虚四个证型。现分述如下：

（1）胃肠实热：多因先天父母素体阳盛，孕期过食肥甘厚味，喜食大鱼大肉，以及辛辣食物，或者小儿后天营养过盛，生活环境过热，衣服和被子太厚，加之母亲和小儿均不常饮水，致使患儿素体阳盛，胃肠积热，出汗过多，耗液

伤津，肠津缺乏，大肠失去濡润，传导失司，便干而硬，导致大便排出困难或不能排出。羊在五行属火，3例羊乳喂养的患儿均为此型。

（2）阴虚内热：母体孕期和哺乳期阴虚，致使患儿素体阴血亏虚，阴虚内热，大肠失润，血虚失养，肠道失荣，津液耗伤，不能濡润大肠，致使大肠传导失司。便干而硬，排出困难。

（3）乳食积滞：小儿脾常不足，脏腑娇嫩，胃肠功能薄弱，乳食过量或暴饮暴食，运化无力，食积日久，滞留胃肠，积而化热，热伤津液，大便干结而硬，排出困难。

（4）气血亏虚：父母体虚，母亲孕吐严重，食少纳差，致使营养缺乏，小儿先天不足，后天失养，久病体虚，脾胃虚弱，不思饮食，气血生化不足，肠道失于濡养，传导无力，排便困难或无力排出。

3 鉴别诊断

本病与肠梗阻和肠套叠鉴别，肠梗阻和肠套叠主要表现为腹部疼痛拒按，大便完全不能排出，无矢气，肠鸣音消失。

4 辨证论治

4.1 治疗方法

主穴：医生正坐，患儿由家长抱于怀中，坐在医生对面，清大肠150次，退六腑150次，揉天枢1分钟，揉大肠腧1分钟，揉脐100次，揉龟尾100次，下推七节骨100次。

腹部手法：患儿仰卧于治疗床上，医生立其右侧，顺时针轻柔揉脘腹1分钟、推扒拿颤由上腹部到小腹部10遍、推抖腹部由剑突至耻骨联合10遍、拇指轻轻拨揉降结肠1分钟。

4.2 辨证治疗

（1）胃肠实热（实热秘）

症状：大便数日一次，便干而硬，排出困难或不能排出，腹部疼痛，腹胀拒按，患儿恐惧排便，烦躁不安，时常哭闹，口干口渴，喜冷饮，口苦口臭，口舌生疮，食少纳差，小便黄赤，面红目赤，舌红苔黄而干，脉数有力。

治则：清热泻火，润肠通便。

处方：便秘治疗主穴，加以下穴位和手法

医生正坐，家长抱患儿与医生对坐，取天河 150 次，分阴阳重分阴 150 次，补肾阴 150 次，清三关六腑 150 次，平肝 100 次，清心 100 次，清肺 100 次，运水入胃 50 次，清胃 50 次，清大肠 100 次，清小肠 100 次，水底捞月 50 次，揉板门 50 次，揉艮宫 50 次，按揉足三里 1 分钟，按揉合谷 1 分钟，顺摩腹 50 次；患儿扒于家长肩膀，倒捏脊 7 次，下推承山 50 次，搓涌泉 1 分钟。

(2) 阴虚内热

症状：大便数日一次，便干而硬，排出困难，五心烦热，潮热盗汗，夜间哭闹，睡眠减少，口干喜饮，面色潮红，两目干涩，小便短赤，舌红少苔，偶有裂痕，脉细数。

治则：滋阴清热，润肠通便。

处方：除治疗主穴外，加以下穴位和手法

医生正坐，家长抱患儿与医生对坐，取天河 150 次，分阴 150 次，补肾阴 150 次，运水入胃 50 次，清大肠 100 次，清小肠 50 次，逆运内八卦 50 次，顺揉内劳宫 50 次，平肝 50 次，清肺 50 次，揉总筋 150 次、擦百会 150 次，搓涌泉 150 次、按揉足三里 1 分钟，按揉支沟 1 分钟，按揉照海 1 分钟；患儿扒于家长肩膀上，倒捏脊 7 次。

(3) 乳食积滞

症状：大便次数减少，排便困难，腹痛腹胀，纳食减少，暖气吞酸，口气酸腐，大便馊臭，夹有食物残渣，不易入睡，小便黄而骚臭，舌红苔黄厚，脉滑数。

治则：消食导滞、润肠通便。

处方：便秘治疗主穴，加用以下穴位和手法

医生正坐，家长抱患儿与医生对坐，取天河 150 次，分阴阳重分阴 150 次，补肾阴 150 次，退六腑 150 次，运水入胃 100 次，清大肠 100 次，清小肠 100 次，揉板门 1 分钟，揉艮宫 1 分钟，揉中脘 1 分钟，揉足三里 1 分钟；患儿扒于家长肩膀，倒捏脊 7 次、下推脾脘胃脘 100 次。

(4) 气血亏虚

症状：便质正常，排出困难或无力排便，面色苍白或萎黄，倦怠乏力，少气懒言，不思饮食，自汗，畏寒肢冷，手脚发凉爪甲不荣，口不渴，喜热饮，腹部喜温喜按，小便清长，舌淡苔白，脉虚细无力。

治则：补气健脾，养血通便。

处方：除主穴外，加用以下穴位和手法：

医生正坐，家长抱患儿与医生对坐，补肾阳 150 次，补脾 150 次，清补肺 150 次，补肾阳 100 次，清天河 100 次，揉乾宫 100 次，揉二马 150 次、按揉膻中 1 分钟、按揉血海 1 分钟、按揉气海 1 分钟、按揉关元 1 分钟、按揉足三里 1 分钟、按揉支沟 1 分钟，颤腹 1 分钟；患儿扒于家长肩膀上，家长与医生对坐，正捏脊 6 次、按揉脾脘 1 分钟，按揉胃脘 1 分钟，正捏脊 6 次。

5 治疗结果

5.1 疗效标准

痊愈：患儿能够正常排便，便质正常，正常进食，不再哭闹。

好转：患儿能够自主排便，便质偏干。

有效：患儿排便有所改善，但排便不通畅，每次排便时间长。

无效：患儿经一周的治疗，症状没有改善。

5.2 治疗结果

痊愈：22 例，占 78.58%。

好转：6 例，占 21.42%。

有效：0 例。

无效：0 例。

28 例各型便秘患儿，经一次到十四次的小儿推拿手法治疗，有效率可达 100%。病程短的，疗程也短，家长发现小儿到排便时间唯有排便的，马上治疗，可以达到立竿见影的效果。病程长的，疗程也长，不过小儿推拿疗法还是有其独特的疗效，有一位 3 岁女孩儿，便秘 3 个月，女孩儿的姥姥每周用两次开塞露帮助小儿排便，该患儿坚持做了两周的小儿推拿治疗，痊愈以结束治疗。

6 讨论

便秘的小儿，治疗的同时，要调养得当，需要家长配合治疗，吃母乳的患儿母亲和已经吃辅食的幼儿，都要多喝水，进流质饮食，多吃蔬菜水果，吃易消化的和粗纤维的食物，

比如：白菜、菠菜、空心菜、萝卜、豆芽、芹菜、韭菜、香蕉、火龙果、梨等，易消化的食物通过胃肠道吸收之后的残渣容易排出；粗纤维食物可以促进胃肠道的蠕动，从而缓解便秘。忌食鱼、肉、油炸食品等高热量容易上火的饮食，以及辛辣食物。另外羊奶喂养的小儿要停止喂羊奶，奶粉喂养的小儿，要换成其它品牌的奶粉，平时要让小儿养成按时排便的习惯，一旦发现小儿排便异常，应该马上治疗，以免拖延了时间，使病情加重，耽误治疗。

小儿推拿要求医生的手法要做到以下几点：

持久：手法每分钟 200 到 300 次。

有力：即医生在手法操作时，要有耐力，而不是蛮力。

均匀：医生手法的力度和速度要始终如一，不可以忽快忽慢，忽轻忽重。

参考文献：

- [1] 江育仁.中医儿科学[M].上海科学技术出版社,1985.
- [2] 张寄岗.儿科按摩学[M].青岛盲校内部教材.
- [3] 廖品东.小儿推拿学[M].人民卫生出版社,2012.

作者简介：

徐迎春，女，1971年生，汉族，视力残疾人，毕业于长春大学特殊教育学院针灸推拿专业，为农安县中医院康复科副主任医师。主要从事成人及儿童脑病后遗症的运动疗法、作业疗法以及推拿手法的康复治疗 and 康复训练工作，同时指导家属对脑病患者的日常护理和治疗以外的功能锻炼，取得了很好的治疗效果。并在业余时间开办了小儿推拿诊所，利用小儿推拿手法治疗儿科常见病和多发病，取得了很好的治疗效果，积累了丰富的临床经验。同时作为农安县残联的特聘指导教师，为当地的视力残疾人和部分肢体残疾人讲授小儿推拿，使残疾学员能够掌握适合自己的一技之长。

徐景忠，男，1975年生，视力残疾人，毕业于长春大学特殊教育学院针灸推拿专业，为农安县中医院康复科主治医师。主要从事脑梗、脑出血、脑外伤、脑瘤等后遗症的康复工作，对患者进行运动疗法和作业疗法的康复训练，利用推拿手法改善患者瘫痪的肌肉状态，取得了非常好的治疗效果，深受患者和家属的好评。业余时间做小儿及成人推拿，积累了丰富的临床经验，作为残联的指导教师为当地残疾人讲授保健按摩，并开办了按摩院接收残疾人就业，使残疾学员能够自食其力，为家庭和社会减轻负担。

柔和：医生的手法操作时要顺势而行，与患儿保持平衡的状态。

深透：即推其外、达其内、疗其表、治其里。

另外，小儿推拿还要求医生要手到、眼到、意到、气到，以求用最舒适的方法，达到最佳的治疗效果。

小儿推拿疗法，不需要任何药物和医疗设备，仅凭医生双手的操作，能够达到疏通经络、调和气血、平衡阴阳的目的，只要辨证准确，选穴恰当，手法熟练，便可以达到非常满意的疗效，减少了长期使用药物的患儿，对药物的依赖，从根本上改善患儿的体质，提高了患儿的免疫力。而且小儿推拿疗法具有操作简单、治疗时间短、见效快、疗效好的特点，手法轻快柔和，减少了患儿身体上的痛苦和心理上的恐惧，容易被患儿及家长接受。