

# 从外治法论治小儿夜啼

王雪婷

(成都中医药大学临床医学院 610075)

概要：小儿夜啼是小儿病中颇为特殊的一种。夜啼严重影响着小儿及家人的睡眠质量，而足够的睡眠是小儿生长发育的重要保证。因此，治疗小儿夜啼历来是医者研究的重要方向。而对于小儿病的特殊性，外治法有更高的依从性。本文简要总结小儿夜啼临床的几种基础外治法，以供临床医务工作者参考。

关键词：小儿夜啼；外治法；推拿；外敷；针灸

对于如何治疗小儿夜啼，历代医家多有论治，近现代医家也在前人基础上不断探索改进治疗方法。考虑到小儿喂药困难，故将历代以外治法论治小儿夜啼及现代外治小儿夜啼的方法改进与应用，简要介绍部分于下，供临床视情况采纳。

## 1. 小儿夜啼概述

### 1.1 定义

夜啼是小儿常见病症，多见于新生儿及婴幼儿。小儿在白日能安静入睡，表现无异常，入夜却不能安静入睡，反啼哭不安、时哭时止，或每夜定时啼哭，甚则通宵达旦，称为夜啼<sup>[1]</sup>。此病虽然一般预后良好，随着年龄增长及合理调治可以恢复正常，但严重影响母婴的正常生活。其中由伤食、停食、饥饿、尿布浸湿、皮带过紧、皮肤瘙痒等引起者的夜啼，解除病因即可回复，故不属本文讨论范围中。本文所论小儿夜啼是指小儿夜间不明原因的反复啼哭。

### 1.2 病因病机

中医认为，小儿夜啼多为感寒、受热、遇惊而为，《医宗金鉴》言：“夜啼其因有二，一曰心热，二曰脾寒”<sup>[2]</sup>。寒、热、惊为本病主要的病因病机，即脾寒气滞、心经积热、惊恐伤神。

### 1.3 辨证

#### 1.3.1 脾寒气滞

此类夜啼，小儿啼哭时哭声低弱，睡喜蜷曲，腹喜摩按，四肢欠温，吮乳无力，大便溏薄，小便清长，面色青白，唇舌淡红，舌苔薄白，指纹多淡红<sup>[3]</sup>。胎禀寒气或护理不当，腹部本中寒，脾又为至阴之脏，到夜间阴气加重，阴胜阳则脾寒愈甚，寒滞气机，不通则痛，故小儿夜腹痛而啼。治疗应温脾散寒，行气止痛<sup>[4]</sup>。

#### 1.3.2 心经积热

小儿素禀胎热、将养过温，体内积热至于心火亢旺，阴不制阳，夜间不能寐而啼哭不宁。这种情况下小儿啼哭哭声响亮，面赤唇红，烦躁不安，身腹俱暖，大便便秘，小便短赤，舌尖红、苔黄，指纹较红紫<sup>[5]</sup>。此时治疗应当清心导热，泻火安神<sup>[6]</sup>。

#### 1.3.3 惊恐伤神

夜间若小儿多次突发啼哭，似见异物状，哭声不已，精神不安，睡中时作惊惕，面色青灰，脉来急数<sup>[7]</sup>。此为惊恐伤神，以至小儿心神不安，治疗应定惊安神，养血补心<sup>[8]</sup>。

## 2. 小儿夜啼的外治法

### 2.1 推拿

清代张振鋆著有《厘正按摩要术》一书，该书是近代系统性总结小儿推拿学理论的经典，它的问世标志着小儿推拿学学科体系的正式形成。全书内容分为辨证、立法、取穴、列证四方面，从症状的诊断、操作方法到取穴定位、具体疾病的治疗书中都有详细论述<sup>[9]</sup>。

而近代以来，对于小儿夜啼的推拿疗法临床研究颇多。李宏媛等研究证明小儿推拿手法辨证治疗小儿夜啼效果明显，有效地改善患儿睡眠时间，减少了夜啼次数，且具有安全可靠，方法简便，疗程短，无任何副作用的特点<sup>[10]</sup>。同时，李宏媛等研究张素芳教授临床经验，总结出张老治疗夜啼从心肝论治、以后天脾胃为支撑、清补结合、特定穴与经穴并重、临床多推崇一指禅推法等经验<sup>[11]</sup>。这为我们更好地治疗小儿夜啼提供了良好借鉴。

孙安达主任基于血府逐瘀汤，同时结合自身在临床的治疗经验，对推拿治疗小儿夜啼方法总结出了一套独特的治疗方案。他一方面着重以推代药，以掐揉合谷、三阴交活血化瘀，这无创、绿色的推拿手法减轻了患儿的痛苦，同时清肝经疏畅肝气；也通过按揉膈俞、足三里调和营血；点揉太冲通达三焦；旋推脾经健脾和中；几处共奏类似血府逐瘀汤之效。另一方面孙主任强调神的功能活动，精心选取了百会、小天心和五指节，通过远近结合起来起到镇静安神的效果<sup>[12]</sup>。

马融教授则在葛洪的捏脊疗法基础上提出四时辨体捏脊理论。这套理论是在传统捏脊基础上，结合小儿四时生理、病理、体质特点及小儿四时疾病的发展规律，辅以按揉膀胱经不同的俞穴以达振奋阳气，固护一身之表，调和脏腑，从而达到防病治病的目的<sup>[13]</sup>。张婵等研究证明：在小儿夜啼的临床治疗中，通过穴位推拿联合口服维生素 D 与钙剂，能够明显提高睡眠质量，减少夜啼的发生<sup>[14]</sup>。于娟教授临床中应用了镇静安神推拿法，以分手阴阳操作时重分阴池使得阴阳得以平衡，调和气血，同时辨证加减，如脾虚中寒者：加揉外劳宫 300 次<sup>[15]</sup>。

湖湘针推学术流派以“推五经，调五脏”治疗小儿夜啼。其中刘开运先生创立“刘氏小儿推拿疗法”，最先提出“推五经”小儿推拿疗法，该五经为小儿特定穴，即五指指尖螺旋纹面，按拇指、食指、中指、无名指、小指的顺序，依次为脾经穴、肝经穴、心经穴、肺经穴、肾经穴<sup>[16]</sup>。

### 2.2 外敷

晋代陈延之《小品方》卷八为治小儿百病诸方，以药敷法为主，如“治小儿白秃方。捣椒菜中心，取汁以涂头，立生。”治疗小儿发白、斑秃，以椒菜心捣汁涂抹患处，病情可有效改善<sup>[17]</sup>。

胡献国在其文章中介绍了 9 种外敷法治疗小儿夜啼。如吴茱萸适量，研为细末，米醋调和成糊状，摊在伤湿止痛膏上，外贴双足心涌泉穴及肚脐，每日换药 1 次，连续 3~5 天。可引热下行，适用于脏热心烦之夜啼<sup>[18]</sup>。其多以穴位贴敷，外用安神。李艳平等通过中医辨证采用不同中医处方贴敷治疗小儿夜啼疗效显著：①脾虚型：予乌药、白芍、香附、良姜、艾叶；②心经积热型：予生地、川木通、淡竹叶、甘草梢、黄连、山栀；③惊恐型：予龙齿、党参、茯神、远志、石菖蒲、生地、当归、蝉衣、钩藤。上述中医处方贴敷治疗小儿夜啼安全有效<sup>[19]</sup>。

江油市中医院选用安神散组方简便，无毒无异味，方中均为本草之上品，其中远志功效宁心安神，祛痰开窍。茯神功效健脾安神。二者合用醋调用取其酸甘收敛，神不外散作用；涌泉为足少阴经穴，能清热开窍，回阳救逆，交济心肾。用醋调外敷于双足心涌泉穴，既能清心泻热，更有釜底抽薪，引热下行、引火归元之意<sup>[20]</sup>。

### 2.3 针灸

唐中生以三棱针点刺中冲穴放血以清热泻火、宁心安神<sup>[21]</sup>。侯中伟也取双侧中冲穴，三棱针点刺放血法，在婴儿啼哭时针刺效果更佳<sup>[22]</sup>。崔金星以奇穴、心俞、胆俞穴为基础穴，心热者加中冲穴，脾寒者加足三里，惊恐者加涌泉穴，梅花针叩刺以调和气血、阴阳平衡以治小儿夜啼；王辉选用 28 号 1 寸毫针斜刺巨阙穴，点刺双少商及双四缝穴以清心肝、退惊热、镇惊安神；楼意楠选用消毒

针灸针,在患儿腹、背的正中及两侧沿直线从上至下飞刺(浅刺而疾发针,不必出血)以调理营卫气血、泄热镇惊<sup>[23]</sup>。

刘长青创毫针微刺治疗,选取 0.12 mm × 15 mm 的针灸针,拇指中指夹持针尖末端,针尖不超出手指最外侧边缘,余指呈半握拳状即可,行针时针尖不接触皮肤,只是施术者指尖轻轻接触皮肤,不会有刺痛感或是不适感,其时间耗时短(不足 1 min)、安全有效、无痛苦、依从性好,可长期持续调理<sup>[24]</sup>。

贺普仁运用灸百会穴,三壮即可解除小儿夜啼,方法如下。取穴:百会。操作:患儿取正坐位,点燃纯艾条,灸百会穴,用温和灸,艾条离百会穴距离稍远,艾灸时注意力要集中,不可走神,以防烫伤。每天 1 次,每次 10 min,灸至夜啼止住为度<sup>[25]</sup>。

#### 2.4 轻摩囟门法

陈虎等依据俞大方主编《推拿学》教材摩法操作要领于小儿囟门上方单行摩法治疗。自拟摩囟门轻手法,依据囟门部位的组织结构自拟标准。轻手法:轻擦皮肤表面,操作手可与穴位处皮肤触而不实,似挨非挨,手法操作重心置于皮上(毛发层)。重手法为环摩皮肤,接触实而不向下施压力,手法操作重心置于皮肤层<sup>[26]</sup>。但对于何为轻手法,到底应该轻何程度,并未给出明确规定,有待进一步临床研究<sup>[27]</sup>。

#### 2.5 耳穴贴压法

王不留行籽压穴取脾、心、肝、神门、内分泌、交感,用 75% 乙醇棉球消毒后,拇、食指捏揉耳部 3 遍 ~ 5 遍,再用 0.5 cm × 0.5 cm 胶布固定王不留行籽压穴。2 天 1 次,双耳交替贴贴。磁珠耳穴贴压取神门、脑、心;脾寒者加脾、惊恐者加肝;以 0.2 cm 直径的圆磁珠,放在 0.8 cm × 0.8 cm 的胶布上按贴在以上穴位。嘱家长每日每穴轻轻按压 2 次,双耳交替贴按,每隔 2 天换 1 次,3 次为 1 疗程<sup>[28]</sup>。

#### 2.6 灌肠

张彬等采用中药汤剂:蝉蜕 15 g,地龙 15 g,枣仁 10 g,砂仁 10 g,大黄 4 g,灯芯草 4 g,浓煎至 20 ~ 40 mL,通过导管将药物推注至肛门,将药物至少保留 10 ~ 15 分钟。选用清心热、温脾胃、定神志之药,通过肠壁的高通透性,使药物很快吸收,避免小儿静脉和口服给药的胃肠道刺激及肝肾损害,同时简单易行,依从性高<sup>[29]</sup>。

#### 2.7 热熨法

热熨法在民间常用的是把食盐炒热熨患处来治疗风寒湿痹及院腹冷痛等症,虽然能取得一定疗效,但是容易复发,效果不够理想。王怀仁根据临床实践治疗小儿夜啼,脾脏虚寒,治宜温脾散寒,常用方为乌药散,将药物打碎成粗末,再加上食盐 100 ~ 500 g 混合。将混合后的药物和盐装入棉布袋内,袋口扎紧,放在蒸笼或高压锅内隔水干蒸,约 30 ~ 40 分钟后,稍凉敷患处,每次持续半小时以上,每日 3 次。用毕将药袋挂在通风阴凉处,第 2 次用时再干蒸。可连续用 1 周再更换药物。将药物和盐放入铁锅内文火炒热,装入棉布袋内,乘热熨患处,直至冷却后停用。第 2 次使用时再炒热用,每日 3 次,1 周为 1 疗程,第 2 疗程更换药物<sup>[30]</sup>。

建国以来,随着中医现代化和中西医结合的发展,新兴疗法也在不断涌现。医者们通过整理研究发掘了刮痧、拔罐、耳穴、蜂疗、蜡疗等古老的方法为今日儿科所用,更将一些现代医疗技术融入儿科外治,如穴位注射、中药雾化、中药灌肠、中药贴膜、超声药物透入、热敏灸、电磁疗等方法<sup>[31]</sup>。各地区个医院也存在一些特色疗法。

#### 3. 总结

小儿夜啼严重影响着小儿及家人的睡眠质量,而足够的睡眠是小儿生长发育的重要保证。上述外治法不仅可以单独应用于小儿夜啼,还可以联合应用,如镇惊散敷脐联合三字经推拿治疗小儿夜啼<sup>[32]</sup>。外治法也可以与内治法联合应用,如徐应军应用宁心安神、消食导滞之中药汤剂,配合推拿按摩小天心、板门常用穴位,随证加

减,治疗夜啼患儿<sup>[33]</sup>。临床可视情况应用。

#### 参考文献

- [1]赵崇智,周仙仕.小儿夜啼的常用外治法概述[J].中医外治杂志,2013,22(04):61-62.
- [2]胡献国.怎样选择外治法治疗小儿夜啼?[J].中医杂志,2006(06):474.DOI:10.13288/j.11-2166/r.2006.06.051.
- [3]王维恒.怎样以外治法治疗小儿夜啼[J].中医杂志,2009,50(01):86.DOI:10.13288/j.11-2166/r.2009.01.047.
- [4]张莹,张葆青.辨证分型内外结合辨治小儿夜啼[J].实用中医内科杂志,2016,30(06):50-51.DOI:10.13729/j.issn.1671-7813.2016.06.21.
- [5]樊燕萍,邓家琳,王俊宏,刘玉清,杨冬妹.小儿中医外治法发展简史[J].光明中医,2019,34(18):2904-2906.
- [6]李宏媛,武扬,赵保东.中医推拿治疗小儿夜啼的临床疗效观察[J].中医药学报,2019,47(04):91-93.DOI:10.19664/j.cnki.1002-2392.190121.
- [7]李宏媛,武扬,赵保东.张素芳教授治疗小儿夜啼案例分享[J].按摩与康复医学,2019,10(24):56-58.DOI:10.19787/j.issn.1008-1879.2019.24.22.
- [8]王勤,孙安达.孙安达从痰论治推拿治疗小儿夜啼经验[J].按摩与康复医学,2021,12(21):41-43.DOI:10.19787/j.issn.1008-1879.2021.21.012.
- [9]张圆.四时辨体捏脊推拿手法治疗小儿夜啼[J].中华针灸电子杂志,2016,5(04):155.
- [10]张婵.中医推拿按摩联合钙剂治疗小儿夜啼的临床效果观察[J].泰山医学院学报,2017,38(12):1426-1427.
- [11]孙艳,于娟.于娟教授镇静安神推拿法治疗小儿夜啼临床经验探讨[J].世界最新医学信息文摘,2018,18(A5):253-254.DOI:10.19613/j.cnki.1671-3141.2018.105.142.
- [12]唐媛媛,王璐,孟原,唐乐平,章薇.湖湘针推学术流派“推五经,调五脏”治疗小儿夜啼经验[J].湖南中医杂志,2021,37(04):42-44.DOI:10.16808/j.cnki.issn1003-7705.2021.04.015.
- [13]梅佳华,高家菊,普娟,马云淑.中药透皮贴剂小儿临床用药规律[J].辽宁中医药大学学报,2021,23(10):53-57.DOI:10.13194/j.issn.1673-842x.2021.10.013.
- [14]郑玲玲,周正,刘科.中药涌泉穴敷贴治疗小儿夜啼 36 例[J].医学信息(下旬刊),2010,23(10):3631-3632.
- [15]唐中生,李霞.点刺中冲穴放血治疗小儿夜啼症 35 例[J].贵阳中医学院学报,2007(02):48.DOI:10.16588/j.cnki.issn1002-1108.2007.02.028.
- [16]侯中伟.小儿夜啼用中冲 棱针刺血即见功[N].中国中医药报,2014-06-04(005).DOI:10.38343/n.cnki.nzyyb.2014.000202.
- [17]张津,张卉.小儿夜啼的中医治法研究概况[J].现代中医药,2018,38(01):95-97.DOI:10.13424/j.cnki.mtcm.2018.01.033.
- [18]邱玲玲,徐霞.毫针微刺治疗小儿夜啼的临床浅析[J].内蒙古中医药,2020,39(12):78-80.DOI:10.16040/j.cnki.en15-1101.2020.12.049.
- [19]孙亚威.灸百会穴治小儿夜啼[J].中国民间疗法,2013,21(12):91.DOI:10.19621/j.cnki.11-3555/r.2013.12.085.
- [20]陈虎,刘淑刚.不同力度摩囟门对小儿夜啼症的影响[J].中国中医基础医学杂志,2013,19(03):354.
- [21]王怀仁.小儿夜啼热熨法[N].农村医药报(汉),2006-06-13(004).DOI:10.28594/n.cnki.nncyh.2006.001018.
- [22]程春华,邹华,王丛礼.镇惊散脐疗联合三字经派推拿治疗小儿夜啼临床观察[J].中国中医药现代远程教育,2018,16(24):106-107.
- [23]徐应军,林丽新,王淑华.内外合治小儿夜啼的临床体会[J].中医儿科杂志,2007,3(2):40-41.