

（内部资料 仅供参考）

小儿推拿治疗技术规范 （ 试用 ）

北京市社区卫生协会

2023 年 8 月

目 录

一、小儿肺系疾病治疗技术规范.....	4
（一）感冒小儿推拿治疗技术.....	4
（二）咳嗽小儿推拿治疗技术.....	4
（三）哮喘小儿推拿治疗技术.....	5
二、小儿脾胃系疾病治疗技术规范.....	6
（四）厌食小儿推拿治疗技术.....	6
（五）疳证小儿推拿治疗技术.....	7
（六）便秘小儿推拿治疗技术.....	8
（七）泄泻小儿推拿治疗技术.....	8
（八）呕吐小儿推拿治疗技术.....	9
（九）腹痛小儿推拿治疗技术.....	9
（十）滞颐（流涎症）小儿推拿治疗技术.....	10
三、小儿肝系疾病治疗技术规范.....	10
（十一）注意缺陷障碍小儿推拿治疗技术.....	10
（十二）抽动秽语综合症小儿推拿治疗技术.....	11
四、小儿心系疾病治疗技术规范.....	12
（十三）夜啼小儿推拿治疗技术.....	12
（十四）汗证小儿推拿治疗技术.....	13
（十五）鹅口疮小儿推拿治疗技术.....	13
（十六）口腔溃疡小儿推拿治疗技术.....	14
五、小儿肾系疾病治疗技术规范.....	14

（十七）遗尿小儿推拿治疗技术.....	14
（十八）尿频小儿推拿治疗技术.....	15
六、五官科疾病治疗技术规范.....	16
（十九）腺样体肥大小儿推拿治疗技术.....	16
（二十）过敏性鼻炎小儿推拿治疗技术.....	16
（二十一）近视小儿推拿治疗技术.....	17
七、伤科疾病治疗技术规范.....	17
（二十二）肌性斜颈小儿推拿治疗技术.....	18
八、皮肤科疾病治疗技术规范.....	18
（二十三）婴儿湿疹小儿推拿治疗技术.....	18

一、小儿肺系疾病治疗技术规范

（一）感冒小儿推拿治疗技术

基本方：头面四大手法（开天门，推坎宫，揉太阳各 1 分钟，掐揉耳背高骨 10 遍）、改良黄蜂出洞法（依次掐心经、内劳宫各 9 次。捣小天心 30-40 秒。掐总筋 3 次后分推手阴阳，并就势按阳池与阴池，为 1 遍，操作 3-5 遍）、清肺经（2-3 分钟）、推上三关（3 分钟）、掐揉二扇门（1 分钟）、拿风池与肩井（各 1 分钟）

1. 风寒感冒 基本方重点拿风池并颈夹脊、拿肩井。加揉外劳宫、掐揉一窝风、拿列缺各 1 分钟，黄蜂入洞法 30 秒。

2. 风热感冒 基本方重点操作头面四大手法、清肺经。加双凤展翅 3-5 遍，揉内劳宫、清天河水各 1-2 分钟，下推天柱骨令局部潮红。

3. 燥邪感冒 基本方重点操作头面四大手法、清肺经。加清天河水、掐揉二人上马各 1-3 分钟，抹咽喉 1 分钟。

4. 暑湿感冒 基本方重点操作拿肩井、拿风池。加拿五经 10 遍，扫散头部 1 分钟。

5. 兼证治疗

（1）夹痰：加揉掌小横纹 1-2 分钟，运板门 1-2 分钟。

（2）夹滞：加掐揉四横纹 10 遍，捏挤板门 10 次，振中脘 1 分钟，捏脊 3-20 遍。

（3）夹惊：重点操作黄蜂出洞。加掐端正、老龙各 10 次，天门入虎口 1 分钟。

临床治疗注意事项：治感冒汗可发而不宜多发，应掌握推拿刺激强度，嘱患者适当饮水，以滋汗源。

（二）咳嗽小儿推拿治疗技术

基本方：清肺平肝（同时操作 3-5 分钟）、肺俞操作 3-5 分钟、降肺法（一手扶患儿后枕部，使其头略向前倾。一手掌根节律性击打患儿背部，并就势向下推进，1-2 分钟）、肃肺（抱儿侧向坐于大腿，双掌一前一后夹持患儿前胸后背，从上至下一次推抹、搓揉、叩击并挤压，以上为 1 遍。操作 3-5 遍）、按缺盆 30 秒、咳穴催咳并抱肚（取坐位，以拇指或中指横向置于天突穴上 1 寸，用力向下按并横拨催患儿咳嗽；然后迅速以双掌抱患儿胸部挤压 3-5 次）。

1. 外感咳嗽

（1）风寒咳嗽：基本方重点清肺平肝、肃肺法。加揉外劳 1 分钟，拿列缺 30-40 秒，拿风池与颈夹脊 1-2 分钟。

（2）风热咳嗽：基本方重点清肺平肝、肺俞操作，加清天河水 3-5 分钟，清天柱骨令局部潮红，拿肩井 1-3 分钟。

2. 内伤咳嗽

（1）痰湿咳嗽：基本方重点按缺盆催咳催吐与抱肚法，加掐揉板门 10 次，纹路推法（掐四横纹 5 遍，掐小横纹 5 遍，揉掌小横纹 2-3 分钟），开璇玑 3-5 遍，揉膻中并乳旁、乳根 1-2 分钟。

（2）痰热咳嗽：痰湿咳嗽方加清天柱骨令局部发热，推桥弓 5-10 次。

（3）阴虚咳嗽：基本方重点降肺法、肃肺法，加补肾经、揉二人上马、轻揉天突穴各 1-3 分钟。

（4）气虚咳嗽：基本方重点抱肚法，肺俞操作。加补脾经、补肺经各 3-5 分钟，捏脊 3-6 遍，拿喉结 10-20 次。

临床治疗注意事项：如出现推拿后咳嗽加重，不必惊慌，应判断是排痰过程，还是病情加重，做出正确的对症处理。

（三）哮喘小儿推拿治疗技术

基本方：

方 1 清肺平肝（同时操作 3-5 分钟）、掐揉二扇门与拿列缺（各 1 分钟）、清降法（下推天柱骨令热；推桥弓左右各 5-8 次）、肺俞操作、按缺盆 1 分钟、揉膻中及乳旁、乳根 2-3 分钟、揉定喘穴 1-2 分钟、捶背法 1 分钟。

方 2 补肾经、补脾经、补肺经（各 3-5 分钟）、开璇玑 3-5 遍、脊背操作 5 分钟、温运丹田（点关元或气海 1 分钟；运小腹 1 分钟；揉 3 振 1 操作 2 分钟；手掌搓热置于小腹，吸气上抬，呼气下压 3 分钟；横擦小腹令热）、涌泉操作。

1. 发作期

（1）寒性哮喘：方 1 为主，加揉外劳宫、推上三关各 1-2 分钟，捣小天心 1 分钟。

（2）热性哮喘：方 1 为主，加清天柱骨令局部透热，清肺平肝 3 分钟。

2. 缓解期

（1）阳气不足：方 2 为主，配合方 1。加头面四大手法 3-5 分钟，点足三里 1-3 分钟，推擦肺经令局部潮红。

（2）肺肾阴虚：方 2 为主，配合方 1。加揉二人上马、取天河水、推下七节骨各 1-3 分钟，拿血海 10-20 次。

临床治疗注意事项：推拿后告知家长避免儿童接触过敏物质。

二、小儿脾胃系疾病治疗技术规范

（四）厌食小儿推拿治疗技术

基本方

方 1 补脾经（1-2 分钟）、点揉足三里（1-2 分钟）、捏脊（3-6 遍）

方 2 掐揉四横纹、运板门、运内八卦、清胃经、清大肠各 1-2 分钟、腕腹部操作 10 分钟，加抱肚法（抱小儿同向坐于大腿上。两手从腋下插入，

置于胸前，两手掌重叠，掌心向后，两手向后尽力挤压，同时配合挺胸、挺腹。从胸腔逐渐向下至盆腔为 1 遍，操作 3-5 遍）。

1. 食滞胃脘：方 2 为主，方 1 为辅，加掐揉小横纹 5-10 遍，向下振中脘 1 分钟，点脾俞、胃俞各 10 次，揉天枢 1 分钟。

2. 脾胃气虚：方 1 为主，方 2 为辅，加揉脾俞、胃俞各 1 分钟，推上三关、揉外劳宫、揉关元各 1 分钟，摩、揉、振、按神阙共 3 分钟，推上七节骨令热。

3. 胃阴不足：方 1、方 2 并重。加揉内劳宫、清天河水、揉二马各 1-2 分钟，分手阴阳 1 分钟，推下七节骨令热，掐承浆与廉泉 10 次。

4. 肝气犯胃：方 2 为主，方 1 为辅，重点分推腹阴阳，揉腹与摩腹。加清肝经 1-2 分钟，搓摩胁肋 5-10 遍，下推膻中 1-2 分钟，横擦肝俞令热。

临床治疗注意事项：推拿治疗同时告诫家长纠正患儿不良饮食习惯，饮食有节，不强迫进食，可以先从小儿喜欢的食物着手诱导开胃，待其食欲增进后，再逐步按营养需要给予食物。

（五）疳证小儿推拿治疗技术

基本方：补脾经、清胃经、掐揉四横纹与板门、推上三关与退下六腑、腹部操作、脊背与腰骶操作（中指指腹沿正中线逐椎推捋 1-3 遍；双拇指同时从上至下点揉膀胱经第一线，每揉 3 点 1,1-3 遍；以拳叩击腰骶部 1 分钟；横擦腰骶令热）、捏脊（3-20 遍）、点揉足三里（3-5 分钟）。

1. 疳气：基本方加运土入水、运水入土各 1 分钟，运内、外八卦各 1 分钟，推上和推下七节骨各 1 分钟。揉脾俞、胃俞各 2 分钟。

2. 疳积：基本方重点操作腹部和脊背，加掐揉小横纹 5-10 遍，揉脾俞、胃俞各 2 分钟，点揉二人上马 1 分钟，拿肚角 1-3 次。

3. 干疳：基本方重点补脾经、捏脊、推上三关配退下六腑。加补肾经、

揉二马各 1-2 分钟，揉脾俞、肾俞各 1 分钟，叩、擦八髎令热，拿百虫 10 次，推箕门、摩涌泉各 1 分钟。

临床治疗注意事项：推拿治疗中应记录患儿面色、精神、饮食、二便、哭声等变化，及时调整治疗思路 and 方案。

（六）便秘小儿推拿治疗技术

基本方：清大肠（1-3 分钟）、退六腑（1-3 分钟）、揉膊阳池（1-3 分钟）、运水入土和运土入水（1-3 分钟）、腹部操作、推下七节骨、揉龟尾与扩肛法（以中指指端振揉龟尾 1-3 分钟。食指戴一次性手套，蘸少许油，从肛门插入，分别向前后左右方向各按压 3-5 次，来回提插 5-6 次）。

1. 实秘：基本方重点退六腑、推下七节骨、清大肠。加清脾经、清胃经各 1 分钟，捏挤板门 10 次，揉内劳 1 分钟，清天河水 1-3 分钟，苍龙摆尾 10 次，捏挤肚脐 10 次。

2. 虚秘：基本方重点下推七节骨，加补脾经、补肺经、补肾经各 1-3 分钟，揉二人上马、点揉足三里各 1-3 分钟，捏脊 3-10 遍。

临床治疗注意事项：治疗大便秘结，总以腑气通畅为效。临床常常根据推拿时矢气产生，肠中鸣响，腹部柔软和有无便意等判断腑气是否畅通。

（七）泄泻小儿推拿治疗技术

基本方：止泻四法、清小肠（1-3 分钟）、推大肠经（1-3 分钟）。

1. 实泻：基本方用泻法，加抱肚法，顺运内八卦 1-3 分钟，猿猴摘果 10 次。伤食泻加揉板门 2-3 分钟，掐揉四横纹 5 遍，揉中脘、天枢各 1-2 分钟。气滞泻加搓摩胁肋 10 遍，清肝经 1-2 分钟。

2. 热泻：基本方用泻法。加退六腑 3-5 分钟，清天河水各 2-3 分钟，推箕门令热。

3. 寒泻：基本方用泻法，但上推七节骨。加揉外劳宫、点揉一窝风各

1-5 分钟,摩百会 1 分钟,擦小腹令热。

4. 虚泻：基本方用补法。加推上三关、补脾经、补肾经各 2-5 分钟,板门推向横纹 1-3 分钟,捏脊 6 遍,横擦小腹令热。

临床治疗注意事项：实证、热证不能见泻止泻,应以祛邪、化积、顺气、清热为务,以免闭门留寇。用泻法可能暂时增加大便次数,应提前告知家长。

（八）呕吐小儿推拿治疗技术

基本方：清胃经（1-3 分钟）、运内八卦（1-2 分钟）、横纹推向板门（1 分钟）、胃脘部操作、抱肚法 3-5 遍、搓摩胁肋（5-10 遍）、横擦胸 11 令热。

1. 积滞吐：宜先催吐,后用基本方。加掐揉四横纹、苍龙摆尾、猿猴摘果各 5-10 遍,揉乳旁、乳根 1-3 分钟,推右肋下 1-3 分钟。

2. 胃虚吐：基本方重点操作中脘和横擦胸 11 令热。加点揉足三里、摩脐各 3-5 分钟,捏脊 6 遍。

3. 胃寒吐：基本方重点胃脘部操作。加横擦胃俞令热,揉一窝风、揉外劳宫、掐揉二扇门各 1-3 分钟,捏脊 3-6 遍。

4. 胃热吐：基本方加清天河水、水底捞月、退六腑各 3-5 分钟,清大肠、清小肠各 1-2 分钟,下推天柱骨与推下七节骨令热。

5. 惊吐：基本方加分推手阴阳、捣小天心各 1-2 分钟、推膻中各 1-2 分钟,掐揉五指节 3-5 遍,掐揉左右端正 10 次。

临床治疗注意事项：施用手法后,不宜马上进食。应推拿半小时后开始喂奶,或进食少许米汤、粥等易消化食物。

（九）腹痛小儿推拿治疗技术

基本方：按揉一窝风与内关（各 1-3 分钟）、按揉胆囊穴（寻找足三里与阳陵泉之间的压痛点,按揉 1-3 分钟）、腹部操作、腰背部操作（掌揉脊

柱两侧 1-3 分钟；从 T9-L5，逐椎点揉脊柱正中线及膀胱经第一侧线，寻找异样点或压痛点；点揉压痛点 1-3 分钟）。

1. 寒痛：基本方重点按一窝风和拿肚角，加横擦胃俞令热，推上三关、揉外劳宫 1-3 分钟。

2. 积滞痛：基本方重点操作腹部，加揉板门 1-3 分钟，掐揉四横纹 5-10 遍，猿猴摘果 10 遍。

3. 蛔虫痛：基本方重点操作胆囊穴，加点揉肝俞、胆俞、厥阴俞、天枢、神阙各 1-3 分钟。

4. 虚证腹痛：基本方加补脾经、揉外劳宫、推上三关各 1-3 分钟，横擦中脘令热。

临床治疗注意事项：疼痛局部本身肌紧张，压力较强，且拒按，推拿时应密切注意患儿表情，发现异常，或疼痛加剧应立即停止推拿，送医院救治。

（十）滞颐（流涎症）小儿推拿治疗技术

基本方：掐揉承浆、廉泉，振按颊车、横擦风府、摩腹、补脾经、补肾经各 1-3 分钟、捏脊 3-6 遍。

1. 中焦蕴热：基本方加清胃经、清大肠、退六腑各 1-3 分钟，掐揉掌小横纹 1 分钟。

2. 脾肾两虚：基本方重点补脾经、补肾经，加揉板门 1 分钟，运丹田 1-3 分钟，点足三里 1-3 分钟，轻摩百会 1 分钟。

临床治疗注意事项：提醒家长保持患儿下颌及颈前、胸前干燥；不用手捏患儿腮部。

三、小儿肝系疾病治疗技术规范

（十一）注意缺陷障碍小儿推拿治疗技术

基本方：心肝同清（2-3 分钟）、改良黄蜂出洞法（一手握患儿手腕，一手拇指掐心经、内劳宫各 9 次；按小天心数次，捣小天心令局部麻木；掐总筋 3-5 次，从总筋起分推手阴阳 3-5 次，最后一次推至两侧时，同时按阳池、阴池 1 次，操作 5-8 遍）、涌泉操作、掐太冲（10 次左右）、百会与四神聪操作、轻叩头、扫散少阳经。

1. 肝肾阴虚：基本方重点清肝经、掐太冲、摩涌泉。加按揉目上眶 1 分钟，点三阴交 10 次，掐揉二人上马 1-2 分钟，补肾经 2-3 分钟，水底捞明月约 1 分钟。

2. 脾虚肝亢：基本方重点清肝经、掐太冲、扫散少阳经。加掐精威、掐皮罢（拇指甲根，尺侧旁开 1 分）各 10 次，掐揉五指节 10 遍，振目上眶 1 分钟，振按头四方 10 次，补脾经、推上三关各 2-3 分钟。

3. 痰火内扰：基本方重点清心经，黄蜂出洞，百会配涌泉上下同时操作。加顺运内八卦、清天河水各 2-3 分钟，揉膻中并乳旁、乳根 1-3 分钟，拿承山 10 次。

4. 清窍被蒙：基本方重点操作清心经、黄蜂出洞、百会与四神聪操作、轻叩头、扫散少阳经。加调五脏左右各 5-10 遍，双点门 2-3 分钟，振脑门 1 分钟，拿血海 1 分钟，捏脊 3-20 遍。

临床治疗注意事项：推拿治疗本病有效，但治疗时间长，学龄前儿童可每天坚持，学龄后宜每周推拿 2-3 次。

（十二）抽动秽语综合症小儿推拿治疗技术

基本方

方 1：头面四大手法（3-5 分钟）、心肝同清（2-3 分钟）改良黄蜂出洞（1-2 分钟）、调五脏（左右手各 5 遍）、头部三振按操作（两拇指重叠，以指腹振按百会；两手食、中、无名三指并拢分别振按两目上眶；两掌相对，

先振按头之两颞侧，后振按头之前后，即振按头之四方。三振按均要求用力方向指向头部中央，三法各操作 1-2 分钟）、按揉三阴交。

方 2：补脾经、补肾经（各 1-2 分钟）、揉二马（1-2 分钟）、掐揉内劳宫（揉 3 掐 1, 1 分钟）、捏脊（3-9 遍）、温熨丹田（分别摩运、揉、振小腹各 1-3 分钟，横擦令热）。

1. 阴虚风动：方 1 配合方 2，重点掐揉内劳宫，点揉三阴交，揉二马。加水底捞明月 1 分钟，点攒竹 10-20 次，推桥弓左右各 5-8 次，下推天柱骨令局部潮红，拿太溪、摩涌泉各 1 分钟。

2. 心肝火旺：方 1 为主，方 2 为辅，重点头部三振按，黄蜂出洞，心肝同清。加清天河水 1-2 分钟、横擦心俞令局部发热，掐精威、扫散头侧各 1-2 分钟，掐太冲 10 次。

3. 心脾两虚：方 2 为主，配合方 1,重点捏脊、温熨丹田。加揉外劳宫 1 分钟，双掐内关、拿风池、拿肩井各 1 分钟，揉足三里 2-3 分钟，点心俞、振揉膻中各 1 分钟。

4. 痰迷心窍：方 1 配合方 2，加运内八卦 2-3 分钟，揉掌小横纹 1 分钟，掐揉小横纹 10 遍。

临床治疗注意事项：小儿推拿治疗本病有效，但治疗时间长，可教会家长，用于家庭保健配合治疗。

四、小儿心系疾病治疗技术规范

（十三）夜啼小儿推拿治疗技术

基本方：头面四大手法（3-8 分钟）、摩囟门 1-2 分钟、心肝同清（1-3 分钟）、掐揉五指节与掐精威、腹部操作、擦涌泉、捏脊 3-5 遍。

1. 心火：基本方重点心肝同清，加清小肠、清天河水各 3-5 分钟，推箕门潮红为度。

2. 惊恐：基本方重点掐揉五指节，加掐皮罢、老龙、人中、承浆、合谷、曲池、委中、承山等穴，每穴掐 10 次左右，按揉内关 1-2 分钟。

3. 脾寒：基本方重点腹部操作。加补脾经、推上三关、揉一窝风各 1-3 分钟，捏脊 3-6 遍。

4. 积食：基本方重点振揉腹、捏脊。加捏挤板门 10 次，掐揉小横纹、掐揉四横纹各 5 遍，下推七节骨令热。

临床治疗注意事项：认真寻找与分析诱发夜啼的外界原因，如饥饿、过饱、闷热、寒冷等去除之；提醒家长可通过改变作息规律，尤其是觉醒规律来防治夜啼。

（十四）汗证小儿推拿治疗技术

基本方：揉太阳（1-3 分钟）、清补肺经（1-3 分钟）、清补肾经与推掐肾顶（清补肾经 1-3 分钟，推掐肾顶 1 分钟）、心肝同清（1-3 分钟）、清天河水（3-5 分钟）、揉二人上马（1-3 分钟）、揉肺经（沿手太阴肺经上肢体表循行部位，用揉法）。

1. 邪热迫蒸：基本方重点清天河水，清补肺经，补肾经。加退六腑 1-3 分钟，清天柱骨至局部潮红，推箕门 1-3 分钟。

2. 肺卫不固：基本方重点补肺经、补肾经、揉肺经循行部位。加揉肺俞、补脾经各 1-3 分钟。

3. 气阴两虚：基本方重点清补肾经、推掐肾顶、揉二人上马。加水底捞月 1-3 分钟，横擦八髻透热为度，纵向轻抚脊柱 1 分钟。

临床治疗注意事项：避风寒，防感冒，出汗太多时应及时补液。

（十五）鹅口疮小儿推拿治疗技术

基本方：清补脾经（清脾经 2-3 分钟，少佐补脾经）、清胃经（1-3 分钟）、清心与小肠经（各 1-3 分钟）、掐揉四横纹（5-10 遍）、揉板门（1-3 分钟）、

掐揉承浆与廉泉（1-3 分钟）。

1. 心脾积热：基本方重点清心经、清脾经、清胃经、掐揉四横纹，板门宜捏挤，加清天河水、退六腑、清肝经各 1-3 分钟，捏挤大椎 10 次。

2. 虚火上浮：基本方重点清心经、清小肠、补脾经、掐廉泉与承浆。加掐揉肾纹、揉内劳宫、天河引水、揉二马各 1-3 分钟，搓摩涌泉令热。

临床治疗注意事项：提醒家长保持患儿口腔卫生，注意饮食卫生，忌辛辣刺激及过烫食物，避免长时间使用抗生素。

（十六）口腔溃疡小儿推拿治疗技术

基本方：掐揉总筋与分推手阴阳（掐揉总筋 10-20 遍，分推手阴阳 1-3 分钟），清心经与清天河水（清心经 1-5 分钟，清天河水至局部潮红）、清胃经与清小肠（各 1-3 分钟）、掐揉小横纹（1 分钟）、双点内劳宫、涌泉（同时掐揉二穴 1-3 分钟）、捏脊（3-10 遍）、掐揉地仓（1-3 分钟）。

1. 风热侵袭：基本方重点掐揉总筋、分推手阴阳、清天河水。加推天柱骨 1-3 分钟，捏挤大椎 10 次，点曲池 1 分钟，天门入虎口（固定小儿拇指，以拇指指腹从拇指端沿尺侧赤白肉际直推至虎口 3-5 次，点掐合谷 1 次）操作 10 次。

2. 心脾积热：基本方重点清心经、清天河水、清胃、清小肠。加清脾经、退下六腑各 1-3 分钟，推下七节骨潮红为度。

3. 虚火上炎：基本方重点点揉内劳宫与涌泉、捏脊与点揉地仓。加揉二人上马、揉三阴交、点揉太溪各 1-3 分钟，推上三关和退下六腑各 1-2 分钟。

临床治疗注意事项：嘱家长保持患儿口腔清洁。

五、小儿肾系疾病治疗技术规范

（十七）遗尿小儿推拿治疗技术

基本方：调五脏（左右手各 10 遍）、百会操作（8 分钟）、振脑门（一手扶小儿前额，另一手握拳轻叩风府数次，后以掌根斜向上方击风府，并就势拔伸颈部，并振风府。反复操作 2-3 分钟）、清补肾经（3-5 分钟）、揉外劳宫（1-3 分钟）、腰骶与督脉操作（揉腰骶部 1-2 分钟，推上七节骨 1 分钟、掌振 1 分钟、叩击 20-30 秒，横擦令热。拳背从上至下叩击脊 3-5 遍，小鱼际纵向擦脊令热）、温运丹田（5-10 分钟，令小腹透热）。

1. 气虚不固：基本方重点补肾经、温运丹田、腰骶与脊柱操作，加补脾经、补肺经各 1-3 分钟，推上三关 3-5 分钟，拿肩井 1 分钟，轻揉会阴 1 分钟。

2. 心肾不交：基本方重点在百会和风府操作。加揉二马、清天河水各 1-3 分钟，摩涌泉 1 分钟。

3. 肝经湿热：基本方重点清肾经。加清心经、清肝经各 1-3 分钟，水底捞月、揉二马、揉三阴交各 1-3 分钟。

临床治疗注意事项：嘱家长睡前控制孩子饮水量，定时叫醒，培养习惯。

（十八）尿频小儿推拿治疗技术

基本方

方 1 清心经与小肠（各 1-3 分钟）、清天河水（1-3 分钟）、下推七节骨（令热）、推箕门（3-5 分钟）、按揉三阴交（1-2 分钟）。

方 2 补脾经与补肾经（各 1-3 分钟）、揉外劳宫（1-5 分钟）、运土入水与运水入土（各 1-2 分钟）、摩丹田（5-10 分钟）、七节骨操作（5-10 分钟）、摩揉百会与涌泉。

-1. 湿热下注：方 1 为主，方 2 为辅，重点操作推箕门、关元配三阴交。加水底捞明月、退六腑各 1-3 分钟。

2. 脾肾气虚：方 2 为主，方 1 为辅，重点操作小腹、七节骨、外劳宫，加推上三关 1-3 分钟，捏脊 3-6 遍。

3. 阴虚内热：方 1、方 2 并重，加揉二人上马 1 分钟，拿太溪与昆仑 1-3 分钟。

临床治疗注意事项：针对病因进行防治，嘱家长注意局部清洁，引导儿童参加趣味活动转移注意力，解除紧张情绪。

六、五官科疾病治疗技术规范

（十九）腺样体肥大小儿推拿治疗技术

基本方：头面四大手法（共 3-5 分钟）、清补肺经，揉迎香、按鼻通（各 1-3 分钟）、叩前额（1 分钟）、双风灌耳（抱患儿同向坐于大腿上，双掌快速从外向内密闭患儿双耳，突然放开，再密闭，反复操作 10 次左右）、扣拨廉泉（1 分钟）、鼓气法（捏住患儿鼻孔，让其尽力鼓气，以耳眼收到震动为佳，反复鼓 10 次左右）、擦肺俞（令热）。

1. 风寒夹痰：基本方重点头面四大手法，清肺经，擦肺俞，鼓气法。加推上三关 1-2 分钟，掐人中 10 次，双点门 1 分钟。

2. 热毒壅肺：基本方重点清肺经、叩额窦。加清天河水 2 分钟，捏挤大椎红赤为度，摩涌泉 1 分钟。

临床治疗注意事项：该病疗程较长，应提前告之家长。

（二十）过敏性鼻炎小儿推拿治疗技术

基本方：开天门、推坎宫、揉太阳（各 1 分钟左右）、清补肺经、补脾经（各 1-3 分钟）、掐揉二扇门（1-3 分钟）、揉外劳宫（1-3 分钟）、推上三关（1-3 分钟）、擦肺俞（1-2 分钟）、振揉风府（1-2 分钟）、捏脊并拿肩井、鼻局部操作。

1. 肺气虚寒：基本方重点补肺经、推上三关和鼻局部操作。加摩百会

1-2 分钟，点上星 1 分钟，横擦前胸（以掌或小鱼际横擦令热），振揉膻中 1-3 分钟。

2. 脾气虚弱：基本方重点补脾经、推上三关和鼻局部操作。加摩中脘 1-2 分钟，揉板门 2 分钟，运内八卦 1 分钟，运水入土 1 分钟，揉按足三里 2 分钟。

3. 肾阳不足：基本方重点补脾经和鼻局部操作。加补肾经、揉肾顶各 1-3 分钟，横擦腰骶部令热，摩运、振揉丹田和神阙透热为度。

4. 肺经伏热：基本方重点清肺经和鼻局部操作。加拿风池并颈夹脊 1-2 分钟，捏挤大椎与推天柱骨 10 次，清天河水 1-2 分钟。

临床治疗注意事项：嘱家长保持环境卫生，避免患儿接触过敏物质。

（二十一）近视小儿推拿治疗技术

基本方：补心经、补肾经、清补肝经（各 1-5 分钟）、按揉合谷（3-5 分钟）、揉二人上马与揉肾顶（各 1-3 分钟）、运丹田与擦命门（均透热为度）、扣拨阳陵泉（1 分钟）、按揉“四明穴”（上明穴、睛明穴、翳明穴、光明穴各 1 分钟）、眼睛局部操作。

1. 肝肾不足：基本方重点补肾经，清肝经，揉二马，推肾顶，运丹田和命门。加捣小天心至局部麻木，头面四大手法 5-8 分钟，揉肝俞、肾俞各 1-3 分钟，点揉三阴交 1-3 分钟。

2. 心胆虚怯：基本方重点补心经，补肝经，掐揉合谷配合阳陵泉，推上三关加调五脏（左右手各 5-10 遍），振百会 1 分钟，捣小天心至局部麻木，振胆俞 1 分钟，捏脊 3-20 遍。

临床治疗注意事项：嘱家长定期为患儿检查视力，根据视力变化情况评估并改进手法。

七、伤科疾病治疗技术规范

（二十二）肌性斜颈小儿推拿治疗技术

1. 捻揉胸锁乳突肌 患儿头偏向患侧，使患侧胸锁乳突肌放松，以食指第二指节桡侧与拇指指腹相对捏住胸锁乳突肌，从上至下捻揉 20 余遍；后定点于包块处捻揉并振之，多 3 揉 1 振，5-8 分钟。

2. 弹拨胸锁乳突肌 一手固定肩部，一手捏住胸锁乳突肌向前，向后推拨，3-5 遍。

3. 颈项旋转 一手托患儿下颏，一手托后枕部，双手协调使患儿头偏向健侧，并使下颏旋向患侧，至极限位，停留数秒，回原位。反复操作 20 次。

4. 颈部抻法 与患儿同向坐位，一手从患侧腋下插入，手掌向上，下压肩部，一手置于患儿头侧，两手同时用力，向相反方向扳动，使颈部最大限度倾向健侧，20 次。

5. 拔伸颈项 两腿夹持患儿腿部，一手置于患儿下颌，一手扶其后枕部，两手用力向上拔伸，反复操作 10 次左右。

6. 旋转、拔伸手法最后操作，力度适中，亦可与放松手法交替进行。

临床治疗注意事项： 头部旋转受限超过 1 年；一侧面部发育不良，两侧明显不对称；经正规严格保守治疗 1 年无改善，或改善不明显者建议手术治疗。

八、皮肤科疾病治疗技术规范

（二十三）婴儿湿疹小儿推拿治疗技术

基本方：清补脾经、肺经（各 1-5 分钟）、双清肠（同时清大肠小肠 1-3 分钟）、清天河水与推上三关（3-5 分钟）、擦膈俞与轻抚脊（先以小鱼际横擦膈俞令热，后从上至下轻抚脊 10-20 次）、拿血海（1-3 分钟）、局部疹子振抚（于疹子处轻搔并振 1-2 分钟）。

1. 风湿热淫：基本方重点清脾经、清肺经、推上三关和清天河水。加

拿风池、列缺、肩井各 1-2 分钟，掐合谷 10-20 次。

2. 脾虚湿盛：基本方重点清补脾经，清补肺经，双清肠，推上三关，轻抚脊。加揉脾俞 1-3 分钟，退六腑 3-5 分钟。

3. 血虚风燥：基本方重点清肺经，清天河水，横擦膈俞，拿血海。加揉二人上马、点揉三阴交各 1-3 分钟，推下节骨、推箕门令局部潮红。

临床治疗注意事项：嘱饮食宜清淡、易消化，禁辛辣刺激性食物。

参考《小儿推拿学》第 3 版，人民卫生出版社