

# 小儿推拿在儿童保健中的临床应用效果

管 婧

龙泉市人民医院 浙江 龙泉 323700

**摘要:** 小儿推拿保健对象以正常无病小儿为主,保健方法的开展根据小儿生理特点进行,主要目的是增强患儿自身免疫能力和抵抗能力,加快自身生长发育。具有效果明显、无不适应、经济简单等,很容易被儿童、家属接受,与现阶段生活对健康的需求相符<sup>[1]</sup>。近年,关于小儿保健的研究越来越多。有关人员认为,常用推拿方法包括安神保健、眼保健、健脾保肺等,对于低于5岁的婴幼儿而言,作用效果明显,其可显著增强小儿抵抗能力,提高食欲,在疾病预防中具有良好效果<sup>[2]</sup>。

**关键词:** 小儿推拿;儿童保健;临床应用

## 引言

儿童保健包括安神保健、眼保健、健脾保健等,应给予婴幼儿实施小儿推拿,可获得理想保健效果。

小儿推拿基础是中医基础理论,指导思想是临床实践,可按摩婴幼儿腧穴,可发挥扶正祛邪、调理气血、强身健体作用,可有效预防疾病。分析小儿推拿保健手法,包括捏法、捏脊、打法、推法、拿法、揉法、按法等<sup>[3]</sup>,不会对人体造成影响,对婴幼儿生长发育可起到促进作用,可有效增强婴幼儿身体素质,是一种健康理疗办法,简单易学,儿童及其家长较为容易接受,可对婴幼儿健康需要进行有效满足。

儿童保健在临床上受到重视,可保护及促进儿童健康。儿童保健的主要目的是促进和保护儿童健康生长,目前,我国儿保工作仍然处于初级阶段,有待于进一步研究和提升发展。小儿推拿历史悠久,在明朝就已形成较为完整的理论体系。小儿推拿以祖国医学中的辨证理论为基础,可通过穴位推拿来达到舒筋活络,扶正祛邪的作用,可起到调节儿童气血的疗效。

## 1 小儿保健推拿的发展概述

小儿保健推拿是在小儿无病的情况下,根据小儿的生理特点而设计和采用的,是有助于小儿生长发育和健身的推拿方法。隋代《诸病源候论》中就有了导引按摩防治疾病的记载。唐代著名医家孙思邈在《备急千金要方》中记载了丰富的儿童保育内容,用推拿防治小儿疾病的条目共计15条;提到“小儿虽无病,早起常以膏摩囟上及手足心,甚避风寒”,这是应用按摩防治小儿疾病的最早文字记载。到了明清时期小儿推拿已发展成独立体系,将中医学的整体观、脏腑学说、阴阳学说、五行学说等融入小儿推拿学科,奠定了小儿保健推拿的理论基础,期间小儿保健推拿方法亦在民间广为流传<sup>[1]</sup>。

## 2 小儿推拿在疾病预防和促进儿童生长发育方面起到的重要作用

由于小儿各项器官及系统发育不成熟,脏腑娇嫩、形气未充但是发育十分迅速,中医认为儿童发育对外界有着极强的依赖性,但是同时又有着被动适应的特点<sup>[2]</sup>。基于以上特点,采用推拿的方式通过物理刺激能够有效的刺激体表末梢感受器,刺激顺着内脏传达,能够有效的调节内脏功能,顺着免疫器官传达则会提高免疫能力,通过内脏活动双向的整体调节活动,患儿的生长发育得到极大的促进。

## 3 小儿推拿在疾病的预防和治疗中应用的价值

首先,小儿具有脏腑娇嫩、形气未充,生机蓬勃,发育迅速的生理特点,同时小儿又具有稚阳稚阴生理特性,其对外界环境依赖,且适应性比较被动。而推拿属物理刺激,作为一种柔和的外部环境因素,小儿机体对其敏感性较高,有良好的应用效果,可对其发育起到直接的促进作用。其次,从现代医学角度出发,体表末梢感受器在推拿的刺激之下可向内脏传达,其传达途径为反向弧,从而实现对内脏功能的调节,以调节胃肠功能的方式有效预防营养不良问题<sup>[2]</sup>。另外,局部免疫器官会受推拿手法影响,产生免疫应答反应,并以调节体液与神经的方式使机体以及肺部内在免疫状态得到改善,表现为血清免疫球蛋白水平提升,微循环改善,免疫能力增强,从而有效预防呼吸道感染,避免相关疾病的发生。所以,应用小儿推拿的试验组呼吸系统疾病和营养不良发病率明显低于对照组。第三,婴幼儿期营养缺乏性疾病(如营养性缺铁性贫血、维生素D缺乏性佝偻病)和感染性疾病(如呼吸道感染、腹泻等)是常见病,影响生长发育,也是导致该期小儿发病率高、病死率高的主要原因。中医适宜技术小儿推拿中,6个月~36个月中

应用捏脊、摩腹、揉迎香穴、足三里、四神聪可调整脏腑、疏通经络。捏脊刺激机体植物神经节、神经干,对内脏活动起到双向、整体调节作用,使机体免疫功能增强;按揉足三里可激活胃蛋白酶原,提高血清淀粉酶和尿淀粉酶的活性。临床实践证实,用捏脊法、按揉足三里可有效改善患儿的脾胃功能,也有研究将推拿四神聪应用于脑瘫患儿亦取得了明显效果,提示在益智健脑方面推拿亦有其积极作用。因此,从临床研究角度看,中医适宜技术小儿推拿特定穴位可增强婴儿的呼吸道和消化道免疫力,达到理想的保健作用<sup>[3]</sup>。

#### 4 小儿保健推拿的临床应用

##### 4.1 促进生长发育

###### 4.1.1 早产儿

为早产儿提供科学的医疗保健方法的研究近年来有很大进展,小儿推拿是常用方法之一。采用小儿推拿特定穴位加常规按摩方法,对31例早产儿进行穴位经络按摩,与对照组比较,按摩组在体质量增长、奶量摄入及热卡获取等方面优于对照组,能促进早产儿早期发育。将小儿推拿与国外通用法结合,把120例早产儿随机分为经络按摩加国外通用法组和抚触组对照研究,30d后经络按摩加国外通用法组在体质量、身长、头围增长、奶量摄入、中枢神经发育方面均优于抚触组,得出经络按摩加国外通用法能给早产儿以良性刺激,对生长发育有明显的促进作用。将126例早产儿随机分为3组,对照组仅给早产儿常规护理方法,抚触组加用国际通用的手法抚触,抚触配合穴位按摩组将穴位按摩手法融入标准抚触方法进行按摩,疗程10d。结果:抚触配合穴位按摩组早产儿消化功能、喂养不耐受发生率分别与抚触组、对照组比较,差异有统计意义( $P < 0.05$ ),提示抚触配合穴位按摩能有效减少早产儿喂养不耐受的发生<sup>[4]</sup>。

###### 4.1.2 新生儿和婴儿

抚触是一种能促进婴儿生长发育的医疗护理技术,近年来许多学者对小儿推拿结合标准抚触促进新生儿和婴儿的生长发育进行了研究与总结。将230例足月新生儿随机分为对照组、抚触组和穴位按摩抚触组3组,对照组予以新生儿常规护理,抚触组除给予新生儿常规护理外给予标准抚触,穴位按摩抚触组除给予新生儿常规护理外,将穴位按摩手法融入标准抚触方法进行按摩。结果:出生后第7天,穴位按摩抚触组新生儿的头围、胸围、身长和体质量增长情况分别与对照组、抚触组比较,差异有统计意义( $P < 0.05$ 或 $P < 0.01$ )。将126例正常分娩的新生儿随机分为3组,常规护理组按新生儿常规护理,单纯标准抚触组在常规护理基础组上给予标准抚触方法,综合

护理组在单纯标准抚触组基础上配合小儿经络按摩操。出生后第7天,综合护理组体质量和身长优于常规护理组和单纯标准抚触组,差异有统计意义( $P < 0.05$ )。选择足月新生儿195例,随机分为对照组、单纯抚触组和抚触配合穴位按摩组,对照组予以常规护理,抚触组在常规护理基础上给予标准抚触法,抚触配合穴位按摩组将穴位按摩手法融入标准抚触方法中进行按摩,观察从生后至4月的生长发育情况<sup>[5]</sup>。结果:抚触配合穴位按摩组婴儿身长、体质量、头围及睡眠、感染性疾病发生情况分别与对照组、单纯抚触组比较,差异有统计意义( $P < 0.05$ )。说明抚触配合穴位按摩对婴儿生长发育具有明显的促进作用,比单纯抚触效果更佳。将510例0~6月正常婴儿随机分为3组(游泳+抚触+穴位按摩组、游泳+抚触组、对照组),分别于1月、3月、6月测量身高、体质量、头围情况,结果3组之间差异有统计意义( $P < 0.05$ 或 $P < 0.01$ ),以游泳+抚触+穴位按摩组效果最好。

##### 4.2 预防呼吸道疾病

###### 4.2.1 反复呼吸道感染

反复呼吸道感染是儿科常见病、多发病,是指在单位时间内上、下呼吸道感染反复发作超过规定次数而言的一种临床综合征。将66例反复呼吸道感染的患儿随机分为2组,对照组予玉屏风颗粒口服,治疗组以疏风散寒、健脾益肺推拿手法治疗,3月为1个疗程。结果显示,2组疗效比较差异有统计意义( $P < 0.05$ ),提示治疗组效果优于对照组。将小儿反复呼吸道感染分为食积内热型和脾肺气虚型,采用辨证取穴的推拿手法,结果总有效率达91.66%。运用推拿手法干预小儿气虚体质复感儿36例,总有效率达96.67%,提示捏脊配合穴位按摩可以改善复感儿体质,减少发病次数<sup>[1]</sup>。

###### 4.2.2 支气管哮喘

支气管哮喘是一种常见的慢性呼吸道炎症性疾病,易反复发作,影响儿童正常的学习和生活。近年来,许多学者为控制和降低哮喘患儿的复发率,提高生活质量,进行了研究与实践。对100例缓解期的哮喘患儿采用“三补”(补肺经、补脾经、补肾经)手法,每天1次,10d为1个疗程,连续治疗3个疗程,并随访半年,结果疗效优于对照组。为进一步探讨其作用机制,对其中70例患儿进行血清免疫球蛋白随访监测,结果显示:推拿手法能提高血清免疫球蛋白水平,对防治哮喘具有临床指导意义。将147例哮喘患儿随机分为推拿组、药物治疗组和体能锻炼组进行对比研究,结果:推拿组与药物治疗组对降低哮喘复发均有效,差异无统计意义;推拿组与体能锻炼组比较,差异有统计意义( $P < 0.05$ )。根据中医冬病夏

治理论,选择每年7~9月,以健脾益肺、补肾固本为原则,对小儿哮喘缓解期施以推拿手法,分别与药物治疗组和体能组比较,结果提示:哮喘两年复发率推拿组疗效优于体能组( $P < 0.05$ ),而与药物治疗组比较,差异无统计意义。用足穴推拿防治小儿哮喘38例,与对照组33例比较,2组差异有统计意义( $P < 0.05$ ),提示治疗组总体疗效和肺功能测定指标改善优于对照组<sup>[2]</sup>。

#### 4.3 治疗厌食症

小儿厌食症多发生于1~6岁婴幼儿,严重者可影响婴幼儿营养状态和生长发育。推拿治疗小儿厌食症历史悠久,效果确切。将小儿厌食症分为脾失健运、胃阴不足和脾胃气虚3型,采用推拿手法重在调理脾胃,以小儿特定穴位及捏脊疗法为主,辨证治疗156例,有效率99.3%。对厌食症采用调理脾胃的常规手法,并根据脾失健运、脾胃气虚和胃阴不足等对证加以小儿特定穴位,每日1次,7d为1个疗程,2个疗程后与对照组比较,疗效显著。用理脊(推脊、捏脊)等推拿手法治疗小儿厌食症232例,总有效率96.08%。取“抑木扶土”之意,用健脾和胃、消食导滞推拿手法治疗小儿厌食症300例,效果显著。采用捏脊配合点穴(足三里、内关、肾俞、脾俞等)手法治疗小儿厌食症140例,治疗组疗效明显优于对照组。

小儿推拿对于机体不会产生任何的不良影响,其是一项尤为健康且天然性的治疗方式,把卫气营血、阴阳五行等一些中医技术理论知识相整合,结合小儿病理的特征,选用相对应的干预措施,其尤为注重补益<sup>[2]</sup>。

小儿的发育速度较快,并且其脏腑较为娇嫩,这就使得幼儿对于外界环境的依赖度会比较高,其只能被动的去适应外界的环境。所以针对这部分幼儿,推行推拿等方式的治疗,能够具有较强的良性有序、双向调节性能优势,幼儿对于其的接受度也会比较高,借助穴位刺激以及外力作用的影响下,可以有效的促进局部微循环,同时调气和血,改善儿童的体质,让儿童机体的免

疫能力变得更强,从而达到防治疾病的各项保健目的。儿童稚阳稚阴的生理特性决定了儿童对外界环境的依赖性且存在一定被动的适应性,作为一种物理刺激方式,小儿推拿能够通过较为柔和的外界环境因素对其形成双向调节的积极影响作用,无论面对儿童何种生长状况,均能够有效促进儿童生长发育。对于机体生长旺盛小儿,通过推拿可有效发挥推波助澜的促进作用;对于机体生长发育不完全小儿或身材矮小者,通过推拿能够有效改善儿童生长发育;对于智力发育迟缓者,通过小儿推拿能够有效健脑益智。小儿推拿优势特点相对较多,如推拿手法主要以平稳有力、轻柔的推拿手法为主,在推拿过程中执行由头面部、双上肢、胸腹部、腰背部、双下肢的顺序,可辅助使用葱汁、姜汁等物<sup>[1]</sup>。

#### 结束语

简而言之,儿童保健中应用中医适宜技术小儿推拿特定穴位对儿童进行保健,能够促进儿童的生长发育以及降低呼吸道疾病和营养不良发病概率,儿童以及家长满意度高,值得推广应用。

#### 参考文献

- [1] 中医保健推拿联合饮食行为干预治疗小儿厌食症的疗效研究[J].丁常聪,王红,周娟,李柏静.现代医药卫生.2019(06)
- [2] 小儿推拿联合药物治疗儿童哮喘慢性持续期的临床观察[J].董昇,郭钦源,李妙媛,潘立晋,马保德.中国妇幼保健.2019(04)
- [3] 中医适宜技术小儿推拿在儿童保健中的临床应用[J].赵娜,张艳.基层医学论坛.2019(02)
- [4] 杜雪.小儿推拿在儿童保健中的应用效果及其临床价值分析[J].母婴世界,2019,1(3):85.
- [5] 郭晓琳.小儿推拿配合家庭参与式护理应用于儿童保健中的价值[J].国际感染病学(电子版),2019,8(03):162-162.