

<<0 ~ 3岁儿童经穴按摩保健>>

图书基本信息

书名：<<0 ~ 3岁儿童经穴按摩保健>>

13位ISBN编号：9787537553940

10位ISBN编号：7537553947

出版时间：2013-1

出版时间：河北科技出版社

作者：陈宝英孕产育儿研究中心

页数：245

字数：170000

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>

## <<0 ~ 3岁儿童经穴按摩保健>>

### 内容概要

宝宝生病了，是不是一定要打针吃药才能好？

答案是否。

以中医理论为依托的小儿经络按摩同样也可以作为治疗手段之一，达到小儿健康保健的目的。

本书为爸爸妈妈详细介绍了小儿按摩穴位及取穴方法，特殊时期的按摩疗法，小儿身体各部位的保健法以及新生儿、婴幼儿常见病的经穴按摩法，帮助爸爸妈妈了解小儿经络按摩，让爸爸妈妈用自己的双手来抚慰宝宝，给宝宝带来健康。

<<0 ~ 3岁儿童经穴按摩保健>>

作者简介

陈宝英

女，主任医师，教授。

北京市政府专家顾问团顾问，国务院政府特殊津贴享受者。

历任北京积水潭医院副院长，北京急救中心第一任主任，北京妇产医院及北京妇幼保健院院长，北京女医师协会会长，世界卫生组织母婴妇女保健研究培训合作中心主任，陈宝英孕产育儿研究中心主任等职，主编过多部专业著作和科普读物，并长期致力于在基层普及和推广妇幼保健知识。

## <<0 ~ 3岁儿童经穴按摩保健>>

### 书籍目录

#### 第1章 经络按摩让宝宝更健康

源远流长的小儿经络按摩

按摩穴位，防病治病的根本

小儿按摩处方

小儿按摩介质

小儿按摩注意事项

小儿按摩的适应证和禁忌证

做好准备工作，注重细节才完美

选择舒适安静的按摩环境

选择按摩的护理用品

如何安全使用按摩精油

#### 第2章 轻松取穴让效果不打折扣

头面颈项部按摩常用穴位

天门（攒竹）

坎宫（眉弓）

天心（额中）

天庭（神庭）

印堂（眉心）

山根（山风）

准头（鼻准）

延年（年寿）

人中

承浆

睛明

承泣

攒竹

四白

球后

鱼腰

迎香

丝竹空

瞳子髎

阳白

颊车（牙关）

太阳

耳门

听宫

听会

囟门（囟会）

百会

风府

四神聪

风池

翳风

桥弓

<<0 ~ 3岁儿童经穴按摩保健>>

天柱（颈椎）

耳后高骨

胸腹部按摩常用穴位

膻中

天突

乳旁

乳根

中腕

胁肋

脐（神阙）

气海

天枢

肚角

丹田（关元）

腹

腰背骶部按摩常用穴位

肩井

大椎

风门

天宗

胆俞

肺俞

脾俞

肝俞

肾俞

胃俞

心俞

大肠俞

八髻

命门

腰阳关

龟尾（长强）

七节骨

脊柱

上部按摩常用穴位

肺经

脾经

心经

肝经

大肠经

肾经

胃经

小肠经

三焦

六腑

五经

大横纹

<<0 ~ 3岁儿童经穴按摩保健>>

小横纹  
掌小横纹  
内劳宫  
小天心  
外劳宫  
外八卦  
内八卦  
总筋  
板门  
端正  
老龙  
少商  
商阳  
中冲  
关冲  
少泽  
二马  
五指节  
二扇门  
十宣（十王）  
威灵  
精宁  
合谷  
一窝风  
外关  
膊阳池  
内关  
三关  
洪池  
天河水  
曲池  
下肢部按摩常用穴位  
委中  
箕门  
百虫  
膝眼（鬼眼）  
阴陵泉  
阳陵泉  
前承山  
后承山  
三阴交  
丰隆  
上巨虚  
足三里  
涌泉  
仆参  
昆仑

## <<0 ~ 3岁儿童经穴按摩保健>>

解溪

第3章 日常保健按摩助宝宝健康成长

特定阶段的按摩

新生儿期

生长疼痛期

乳牙和恒牙萌生期

爬行与走路期

宝宝身体各部分的按摩

头颈部保健按摩法

胸腹部保健按摩法

背臀部保健按摩法

手臂部保健按摩法

足腿部保健按摩法

特殊功能抚触按摩

健脾益胃

消食化积

润肠通便

降气止呕

缓解腹痛

补中益气

安神定惊

清热退热

培元固本

兴奋开郁

醒脑益智

明目聪耳

手穴保健按摩

强身健体保健按摩法

呼吸系统保健按摩法

消化系统保健按摩法

神经系统保健按摩法

泌尿系统保健按摩法

第4章 宝宝常见病症按摩法

新生儿常见病症按摩法

吐奶和溢奶

流涎

脐风

惊厥（胎惊）

黄疸（胎黄）

呼吸系统常见病症按摩法

发热

感冒

咳嗽

哮喘

支气管肺炎

呼吸道传染性病症按摩法

麻疹

<<0 ~ 3岁儿童经穴按摩保健>>

水痘  
流行性腮腺炎  
风疹  
百日咳（顿咳）  
消化系统常见病症按摩法  
打嗝  
呃逆  
厌食  
疳积（奶痨）  
呕吐  
腹痛  
腹胀  
腹泻  
便秘  
痢疾  
脱肛  
肠套叠  
肠梗阻  
病毒性肝炎  
营养性疾病按摩法  
营养性贫血  
维生素A缺乏症  
佝偻病  
肥胖  
泌尿系统疾病按摩法  
尿频  
遗尿  
尿潴留  
肾盂肾炎  
血尿  
肾病综合征  
眼耳鼻喉口腔常见病症按摩法  
眨眼症  
急性结膜炎  
麦粒肿  
近视  
斜视  
化脓性中耳炎  
神经性耳聋  
鼻窦炎  
鼻出血  
过敏性鼻炎  
慢性鼻炎  
急性球菌性口腔炎  
口疮  
牙痛  
声嘶



<<0 ~ 3岁儿童经穴按摩保健>>

咽炎  
喉炎  
扁桃体炎  
流口水  
常见皮肤疾病按摩法  
湿疹  
荨麻疹  
冻疮  
舌舔皮炎  
运动系统常见疾病按摩法  
手足抽搐症  
腓肠肌痉挛（抽筋）  
踝关节扭伤  
类风湿性关节炎  
小儿其他常见杂症按摩法  
夜啼  
梦呓  
自汗  
盗汗  
小儿多动症  
暑热症（疰夏）  
糖尿病  
病毒性心肌炎  
小儿常见疑难病症按摩法  
脑性瘫痪  
面神经麻痹  
凶陷  
脑积水  
癫痫  
小儿麻痹后遗症

## <<0 ~ 3岁儿童经穴按摩保健>>

### 章节摘录

版权页：插图：外感风热型常用手法加：清肺经300次，清肝经200次；清天河水300次；掐揉风池1分钟；按揉合谷、曲池各1分钟。

热毒壅盛型常用手法加：清天河水300次，清肝经300次；清大肠300次，推六腑300次；搓擦涌泉1~3分钟；孩子俯卧，用掌根推下七节骨100次。

按摩处方（二）1清肺经300次，清肝经300次。

2清天河水300次，推六腑100次。

3孩子仰卧，用大鱼际揉法从印堂开始，先沿一侧眼周反复操作1~3分钟，然后再换另一侧如法进行。

4掐揉太冲15~20次。

5按揉风池1分钟。

6按揉合谷、曲池并配合弹拨各1~3分钟。

7孩子取坐位，用拇指、食指按揉风池1分钟，以酸胀得气为度。

然后从风池开始，沿颈椎两侧用拿法，自上而下往复操作10~15次。

8用掌拿肩井3~5次。

9孩子俯卧，用单掌横擦两肩及大椎一线，以透热为度。

10孩子仰卧，用双手大拇指指腹分抹前额，重点在上眼眶下缘，同时配合按揉太阳穴，反复操作2~5分钟。

11用五指指腹按揉孩子头部，然后轻轻梳理头皮，反复操作1~3分钟。

专家点拨 孩子的脸盆、毛巾、手帕等生活用品要与健康人分开，用开水煮沸10分钟，每日1次。

勤给孩子洗手、剪指甲，教育孩子不要用手揉眼、防止反复感染。

孩子不要去公共场所洗澡、理发、游泳等。

病情严重者，可应用抗生素眼药膏。

年龄稍大的孩子可以适当服用一些中成药，如黄连上清丸等，如果用药后效果不好，应送医院进一步治疗。

在疾病流行期间，应严加注意控制传染，可服用板蓝根冲剂、大青叶冲剂等。

<<0 ~ 3岁儿童经穴按摩保健>>

编辑推荐

《0-3岁儿童经穴按摩保健》有健康而有效的古老保健方式！  
亲密又贴心的母子感情沟通！  
伴随宝宝健康成长的每一天！

<<0 ~ 3岁儿童经穴按摩保健>>

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>