

探析特定穴位刮痧法治疗小儿风寒感冒

黄 丽

武汉东湖学院护理与健康管理学院 湖北 武汉 430212

摘要:选择印堂、天突、尺泽、鱼际共7个穴位,作为刮痧位点,以温水湿润的生姜块为刮痧器具,采用刮痧的方法治疗小儿风寒感冒,通过病例证实了刮痧法治疗小儿风寒感冒的有效性,同时分析了所选穴位在治疗过程中所起的作用,为刮痧法治疗小儿风寒感冒提供了一定依据和参考。

关键词:小儿风寒感冒;刮痧疗法;穴位

小儿呼吸道的解剖结构特点及生活习惯,加上幼儿时期免疫系统发育不成熟,导致小儿易感外邪,六淫之邪从口鼻入,影响肺卫功能,出现西医“急性上呼吸道感染”症状,如发热、恶风恶寒、鼻塞流涕、头疼等,同时伴有咳嗽、不思饮食、惊风等临床表现。由于抗生素的使用,很容易导致小儿体内病原体的耐药性而出现反复易感性,所以不提倡在小儿疾病(包括感冒)治疗中使用抗生素,而采用传统中医方法治疗小儿疾病成为多数人的选择,中医治疗小儿感冒的方法多样,包括口服中药的内治法和针灸、拔罐、刮痧等外治法^[1]。目前,刮痧疗法是一种较为普遍的保健方法之一,具有祛邪排毒、活血祛瘀、舒经活络、调理气机等功效,虽然在临床上较少用于治疗感冒,但在实际应用中往往起到立竿见影的显著疗效,陈亚杰等对15例外感发热患者,选取头部、背部及上肢的穴位进行刮痧治疗,有效率达到86.67%^[2],张美琴等对150例外感发热的患儿进行分组对照治疗,选取颈部和背部的穴位进行刮痧,治疗组恢复情况优于对照组^[3]。虽然刮痧法用于治疗小儿感冒的报道不多,但在实际治疗过程中,确实起到了显著的效果,笔者通过具体病案,对具有相似外感风寒症状的患儿,选用相同的特定穴位和相同刮痧、揪痧的治疗方法,对治疗效果进行报道。

1 方法

将新鲜生姜(老姜)去皮洗净后作为刮痧器具,选取主要刮痧部位:尺泽、大鱼际、小鱼际、印堂、天突,其中尺泽和大小鱼际穴各2个,印堂穴1个,天突穴1个,共8个穴位。刮痧顺序和方法:两侧尺泽穴、大小鱼际穴,从肩端至指尖,印堂穴从上至下,用蘸水

(温水,不烫手为宜)的生姜反复刮擦至皮肤局部为红紫色或暗紫色;天突穴采用揪痧手法:右手食指和中指指腹对合呈钳状,夹捏住皮肉、肌筋,捏而提起,即使肌筋脱离去,并发“啾啾”声,快速提捏,快速滑脱,如此反复操作,使局部皮肤呈紫红色或潮红色为度。另外,根据具体病症,适当增加刮痧穴位。

2 病案举例

例1:廖某,女,4岁,2024年12月4日10时左右,上午因精神不振送小孩到本院,其症状表现为:恶寒,发热,头疼,打喷嚏,流清鼻涕,咳嗽,咳白稀痰,无汗,脉浮,神志清楚,量体温为38.5℃,中医诊断为外感风寒(感冒),治疗按上述刮痧和揪痧方法,仅选主要穴位:尺泽、大鱼际、小鱼际、印堂、天突,治疗总时长10分钟左右,治疗完毕后,喂患儿喝一杯热牛奶,然后以厚棉被覆盖患儿身体以发汗,30分钟后,汗出,测体温下降至37.8℃,2小时后体温恢复正常,患儿要求喝水、进食,精神状态正常,嘱家长不可喂食生冷,饮食以清淡热粥、热牛奶为主,注意保暖。当日回访,患儿下午4时已能下楼玩耍。

例2:罗某,男,11岁,2024年12月11日14时左右,因头疼发热送至本院,其症状表现为:发热,头疼,剧烈咳嗽,无痰,舌苔薄白,体温38℃,上午8时左右发病,精神不振,厌食,吃银翘片后不见好转,中医诊断为外感风寒(感冒),治疗方法同病例1,当晚20时回访时体温降至37.5摄氏度,咳嗽减轻,第2日清晨恢复正常。

例3:李某,男,6岁,2024年1月13日9时左右,因咳嗽、发热2天,喝止咳糖浆及枇杷膏没有明显效果

到本院，症状：鼻塞，流清涕，咳嗽，咳吐清痰，舌苔薄白，轻微头疼，脉象浮紧，口不渴，喜热饮，厌食，嗜睡，测体温 38 摄氏度，中医诊断为风寒感冒食滞症，刮痧治疗手法同例 1，同时服用通宣理肺颗粒。患儿于当日中午 12 时，体温降至 37.5 摄氏度，至当晚 6 时体温恢复正常，能正常少量进食，次日除轻微咳嗽外，其他症状均消失。

3 讨论

小儿风寒感冒四季均可发生，但春冬季节多发，以发热、流清涕、咳嗽为主要症状，由于小儿脏腑娇嫩，肺气虚弱，在气候或环境急剧变化时，特别容易外感风寒、疫毒之邪，同时伤及脾气，导致肺脾两虚。外感六淫，入里化热，故患儿体温升高，发热为最常见症状，同时，由于小儿外感风邪，导致肺失宣降，极易引起频繁咳嗽，鼻塞不通，打喷嚏，外感寒邪，则流清涕，舌淡苔白，脉象浮紧，脾虚湿盛则厌食^[4]。古代著名小儿科医家钱乙将小儿外感病病机归纳为“脏腑柔弱，易虚易实，易寒易热”，总的来说是由于正气不足、阴阳失衡所致。《幼科释谜·感冒》有“感冒之原，由卫气虚，元府不闭，腠理常疏，虚邪贼风，卫阳受撼”。

刮痧疗法历史悠久，中医西医都有理论和实践依据，与针灸、推拿、按摩、拔罐等理疗方法一样，刮痧通过刮拭患者体表经络或腧穴达到活血通络、透邪于表、防病治病的效果。传统中医以经络腧穴理论为指导，《素问·皮部论》中所说“皮者，脉之部也”，人体经络感受外邪，邪气郁而发热，通过刮痧可以行气血、开腠理、通经络，使邪气外散有出路，达到祛风除湿散寒的效果^[5]，各种常见病、慢性病都可采用刮痧疗法辅助治疗，尤其对小儿外感病有较好的疗效^[6]。现代医学研究表明，刮痧具有扩张血管、促进体液循环、增强人体代谢、增强免疫能力的功能^[7]。

印堂穴所处位置，《黄帝内经》中称其为“眉间”，《针灸甲乙经》记载为“眉间以中”。印堂穴在疾病的诊断与治理中被广泛应用，《黄帝内经灵枢注证发微》中说“两眉间为阙中，为肺之部”，《四诊心法要诀》有“阙中印堂，候肺之原”之说，说明该穴位与肺相应。印堂穴在小儿疾病的诊断与治疗中应用最多，主治小儿惊风、厥证、痫证、头疼、感冒等，治疗手法包括针刺、

艾灸、推拿、穴位敷贴等，其中推拿手法又包括推、摩、擦、挤、掐等^[8]，韩金芷等人深入探讨了印堂穴的临床应用，认为印堂穴具“通督调神，调节阴阳”的功效，并阐述了印堂穴参与气血、阴阳的调节，针刺印堂穴，能促进肺气、脾气及肾气的输布，从而起到升阳祛邪、醒神开窍、调节阴阳平衡及祛风寒除湿邪的效果^[9]，笔者选取印堂穴作为刮痧位点，意在祛除小儿体内风寒湿邪的同时，对发热引起的头痛及神志不清也能起到一定的疗效，“镇痛寻印堂”，印堂受面部神经和滑车上神经系统支配，刺激印堂可起到麻醉镇痛效果^[10]。

尺泽穴之“尺”指的是尺肤部，“泽”指水聚处，比喻为手太阴脉气在此如水归聚之处，因此得名。尺泽穴具有清肺降气、和胃理气、舒筋止痛之功效，主治：咳嗽、气喘、咯血、咽喉肿痛等肺系实热病证；肘臂挛痛；急性吐泻、中暑、小儿惊风等急症。笔者在小儿感冒治疗中选尺泽穴是因为尺泽是肺经合穴，刺激该穴位能养阴、清热、豁痰、宣肺止咳^[11]。

天突穴是阴维脉和任脉的交会穴，《灵枢·本输》中有记载曰：“缺盆之中任脉也，名曰天突，位于阴维任脉之会”，该穴位是治疗咽喉部疾病的常用穴位之一，主治肺系疾病，有宣肺通气、利咽止咳之功效。肺脏娇嫩，外感病邪犯肺时，气机上逆，经过天突穴，引起咳嗽，采用针刺的方法可以有效减轻症状^[12]。但天突穴所处位置特殊，针刺有一定的风险，需要专业人员施针，笔者在小儿风寒感冒治疗手法中采用揪痧的方法，同样对感冒引起的咳嗽起到了良好的效果。

鱼际穴属手太阴肺经，手太阴肺经之腧穴主治大多为肺系疾病，李志道教授经过多年的研究，发现手太阴肺经上治疗肺系疾病最有效穴位的当属鱼际，鱼际穴有补虚泻实的双向调节作用，在治疗外感发热或气阴两虚导致的咳喘时效果显著，无论外感实证或素体虚证均有效。对外感风寒之实证，鱼际穴可宣降肺气、疏风清热、化痰平喘，对气阴两虚者，则起到养阴清热、化痰生津的作用^[13]。

小儿素体娇弱，免疫系统尚处于发育阶段，很容易外感风寒湿邪，有实证也有虚证，还要虚实夹杂之证，最明显的症状就是发热和咳嗽，发热又会引起不同程度的精神和神志状况，湿邪犯脾会引起食欲不振或厌食。

笔者通过刮痧治疗小儿风寒感冒，选取的穴位主要功效包括了疏风清热、化痰止咳平喘、祛风除湿、开窍醒神等功能，虽然还有诸多穴位对小儿外感风寒证有良好的治疗效果，可以在治疗过程中根据实际情况斟酌选取，

笔者在这里选的几个穴位的特点，就是定位简单明确，操作方便，安全有效，且不需要专业人员。希望笔者的经验能为医护人员或非医疗工作者提供参考，以此推动中医刮痧疗法在治疗小儿风寒感冒方面的发展。

参考文献：

- [1] 张桂菊,赵红梅,喻李明.小儿感冒的中医外治法研究进展[J].河南中医,2016,36(2):360-361.
- [2] 陈亚杰,李淑芹,张强.刮痧疗法治疗小儿疾病的回顾性分析[J].中国中西医结合儿科学,2010,2(4):366-367.
- [3] 张美琴,金晶.刮痧疗法辅助治疗小儿外感发热疗效观察[J].浙江中西医结合杂志,2011,21(3):184-185.
- [4] 李霞.刮痧治疗感冒90例临床观察及护理[J].全科护理,2009,7(7):1831.
- [5] 庞军,刘振威,雷龙鸣.枢经刮痧防治小儿反复呼吸道感染的思路透析[J].广西中医药,2008,31(5):48-49.
- [6] 崔向清.刮痧疗法对大鼠和人体抗氧化及免疫功能影响的初步研究[D].中国中医科学院,2009:67.

- [7] 孔垂成.中医现代刮痧教程[M].北京:中国医药科技出版社,2010,6,第二版:278,465,470-474.
- [8] 张二伟,思原成,吴高鑫,等.印堂穴临床应用的古文献研究[J].湖南中医杂志,2020,36(10):150-153.
- [9] 韩金芷,肖少雄,吴松,等.印堂穴的临床运用探析[J].光明中医,2023,38(20):3917-3919.
- [10] 张宏伟,陈一丁,唐育民,等.电针印堂穴对全麻患者镇静深度的影响[J].四川医学,2016,38(8):879-881.
- [11] 伍利芬,夏桂选.刮痧、拔罐配合指针治疗小儿感冒[J].临川医药文献杂志,2015,2(32):6741-6742.
- [12] 杨胜亚.天突穴-清咽利喉第一穴[J].中医健康养生,2017,9:46-47.
- [13] 姜海伦,李志道,杨俊涛,等.李志道教授临床使用鱼际穴(LU10)经验谈[J].2021,40(5):553-555.

作者简介：黄丽，女（1987.9-），主管护师。