



消化不良、经常感冒、发育迟缓……这些儿童常见的健康问题牵动着家长的心。而不用打针吃药的中医小儿推拿,越来越受到家长们的青睐。对此,有人说小儿推拿可包治百病,也有人说小儿推拿随便学学就能做。那么,事实真的如此吗? 小儿推拿到底能治疗哪些疾病? 进行小儿推拿时又该注意哪些事项?《求证》为您去伪存真。

小儿推拿“手”护健康

本报记者 张添怡

本期专家

米继强 长春中医药大学附属医院儿童诊疗中心儿童推拿科副主任,副主任医师,吉林省中医药学会基层中医药服务工作委员会副主任委员、吉林省中医学会儿科分会常务委员。擅长运用推拿、针灸等疗法治疗发热、咳嗽、反复呼吸道感染、积食、厌食、腹痛、泄泻、便秘等病症,尤擅小儿夜啼、小儿肌性斜颈、面神经炎、抽动症、尿频遗尿、桡骨头半脱位等疾病的中医特色诊疗。

小儿推拿为纯绿色中医疗法

米继强:小儿推拿是以中医辨证理论为基础,根据小儿生理病理特点,在其体表特定的穴位或部位,以推拿手法为主,防治疾病,强身健体及助长益智的一种中医外治疗法。小儿推拿是纯绿色疗法,可替代部分化学药品,减少化学药品毒副作用,增强孩子机体的自然抗病能力,达到有病治病、无病保健的目的。2013年,小儿推拿已列入“国家基本公共卫生服务项目”,是中医药项目第一次进入“公卫”的两个中医药项目之一。2023年,国家中医药管理局发布了13条举措加强儿科建设,其中就包括针对儿童常见问题推广应用小儿推拿、中药药浴、穴位贴敷等,提高服务质量和覆盖面,让更多的儿童受益于这一绿色疗法。

小儿推拿的基本原理是什么

米继强:小儿推拿遵循“外治之理即内治之理”的原则,强调“治病求本、扶正祛邪、调整阴阳”,凭借特有的手法和穴位,将传统的“理、法、方、药”转变为“理、法、方、推”。基本的作用原理:疏通经络、调和气血、松肌顺筋、整筋理复、补虚泻实、调整脏腑。

哪些孩子适合做小儿推拿

米继强:一般小儿推拿的对象是6岁以下的小儿,特别是3岁以下的婴幼儿。小儿推拿的适应范围较广,不仅可以用于治疗感冒、发热、咳嗽、腹泻、腹痛、便秘、厌食、遗



尿、尿频、夜啼、抽动症等脏腑功能失调所致的病症,也可用于小儿肌性斜颈、脑瘫、面瘫、佝偻病、近视等神经、五官病症。

同时,小儿推拿可避免或减少生病期间的一些其他并发症对孩子自身造成的伤害。小儿患病后传变较快,易发生危急状态,或饮食不注意,导致小儿的病情加重。小儿推拿或再配合适当药物治疗,可以起到防止传变以及发生危急病症的作用。通过脏腑调控,引导身体正气对外来病邪快速有效地做出抵抗,缩短病程,减轻痛苦。此外,小儿推拿可以帮助小儿调整因长期输液、饮食及生活习惯等所形成的亚健康体质。通过推拿按摩,使小儿气血调和、经络通畅、阴阳平衡、正气充足,因此可以起到少得病甚至不得病的作用。

但对诊断不明的疾病、出血或出血倾向的疾病,各种皮肤破损的局部,骨折早期、极度虚弱的危重患儿,患有心、肝、肾病者,不宜做小儿推拿。

小儿推拿随便学学就能做吗

米继强:首先,小儿疾病病因单一,很容易使人认为小儿疾病单纯,不需要辨证的错觉,其实,辨证论治是小儿推拿的精髓,必须先辨证,再组织操作法,用推即用药,《幼科推拿秘书》中指出:盖穴有君臣,推有缓急,用数穴中有一穴为主者,而一穴君也,众穴臣也,相为表里而相济者也。

其次,手法是小儿推拿的主要手段,看似简单,实则有其深刻的内涵,不掌握操作要领,随心所欲,乱推一气,是影响治疗效果的另一主要因素。《幼科铁镜》:“不谙推拿揉掐,乱用便添一死。”唯有到位的手法,才能手到病除。

推荐两个常用的保健推拿手法

米继强:

1.脾经:位于拇指桡侧缘,自指尖至指根呈一直线。

直推法:以一手无名指和小指夹住小儿手指,拇指和食指捏住小儿拇指,另一手拇指推之,将小儿拇指屈曲,自指尖推至指根称补脾经;将小儿拇指伸直,自指根至指尖来回推,称清脾经或清补脾经。

功效:补脾经具有健脾胃、补气血,用于脾胃虚弱、气血不足引起的食欲不振、肌肉瘦弱、消化不良诸证。还可用于小儿正气不足所致斑疹热病、隐疹不出时(手法宜快宜重)。作为小儿常用保健操作法之一,具有促进生长发育、强体质、防疾病的作用。清脾经具有清利湿热、化痰止呕治疗中焦湿热所致的皮肤发黄、恶心呕吐、腹泻等证。由于小儿具有“脾常不足”的生理特点,不宜攻伐太甚,故一般情况下,临床上多用补脾经,较少用清脾经。若需清脾经时则用清后加补,或以清胃经代替。

2.捏脊:位置在背部,后正中线上,大椎至长强成一直线(第七颈椎棘突到龟尾穴)。

操作:用捏法自下而上提捏,或捏三下将背脊皮提一下,即捏三提一,称捏脊柱。一般操作3—5次。

功效:捏脊具有调阴阳、理气血、和脏腑、通经络、培元气的作用,可治疗先、后天不足引起的一切慢性病症。本法单用称捏脊疗法,常用于治疗小儿厌食、积滞、泄证、腹泻等证;也常作为主要操作法之一,广泛用于小儿保健。揉相应背俞穴,可加强疗效。捏脊法操作时亦旁及足太阳膀胱经经脉,临床应用时可根据不同病情,捏脊同时重提或按。

做小儿推拿注意事项

米继强:适宜的温度、湿度,空气流通。推拿后注意保暖、避风寒、多饮温水、忌食生冷。患儿哭闹不止会影响气机运行,故在小儿哭闹之时,要先安抚好小儿的情绪,再进行小儿推拿。孩子不饥不饱,食后1小时者最好。体位以舒适为主,或抱或卧或躺或立,视情况而定。原则是既能让其舒适地坚持一段时间,又能让其减少体位变动,尽量用玩具、音乐等使孩子保持清醒、愉快、感觉灵敏。小儿肌肤娇嫩,操作时适当配合介质,避免擦破皮肤。



持续关注本栏目,请扫描二维码,可获取更多内容。

助力县域科教事业发展

本报讯(记者徐慕祺)日前,中国流动科技馆吉林抚松县站巡展暨吉林省AI爱未来“科教振兴一助学助教”公益捐赠活动正式启动。

启动仪式上,中阅伴学专项基金管委会向抚松县各幼儿园、小学、初中、高中学生捐赠了价值82万元的教育物资,包括编程智慧教室、心理健康测评辅导系统、运动套装、科学实验套装等。此次公益捐赠活动由省科协联合中阅伴学专项基金管委会和吉林省山东商会共同开展,通过“公益捐赠+科普实践”模式,将公益和科普联系在一起,助力提升基层学校教育质量,培养青少年科学探索精神。

仪式结束后,全体人员前往抚松县外国语学校参观流动科技馆。此次展览共展出科普展品45件套,涵盖“我们选择的未来”“‘玩’美世界”“探秘无尽深蓝”等主题,集展览、体验、观赏于一体。

本次巡展,省科技馆还送课到校,为抚松县外国语学校的学生们开展了动手实践课程《天驰一号——橡筋动力飞机》。在科技教师的指导下,学生们边学边思边做,体验科技带来的新奇感受。

本次活动通过“流动科技馆”模式,弥补了基层科普资源短板,为公众尤其是青少年搭建了“零距离”接触前沿科技的平台,对促进县域科教事业发展,特别是对引导广大青少年树立科学思想、掌握科学方法、增强创新精神和实践能力具有十分重要的意义。



走进智趣生活

一所73年老园的幼小衔接答卷——

从游戏蓄力到活力绽放

本报记者 刘晓娟

初春时节,吉林大学附属第三幼儿园一片生机盎然。

上午活动时间,孩子们在“三园街”上愉快地骑着小自行车;在滑梯区有序滑行;在小动物饲养区屏息观察小鸡破壳……在这个占地1万多平方米的园区内,5800平方米的户外空间被精心划分为模拟街路、QQ山、沙水池、树屋、建构区、植物种植区、小动物饲养区、涂鸦墙等20余个特色区域。“教育要遵循植物生长、动物成长和儿

童发展三个规律。”园长高宏伟介绍,吉大三园以“生命教育”为特色,营造春有草、夏有花、秋有果、冬有青的生态教育环境,致力于让一草一木、一砖一瓦都成为知识的载体,让每个角落都成为幼儿学习、探索、实践的乐园。

“我们一起搭个滑梯吧,建得更高会更好玩!”“石头剪刀布,我赢了!”“兔”字在这里!”在吉大三园,随处可见孩子们专注游戏的身影。

建构区里“小工程师”们合作搭建未来小学模型,自然角中“小科学家”们记录植物生长日记,角色扮演区里“小老师”们模仿课堂互动。班级里,孩子们在系鞋带、系红领巾、编辫子的场景中练习生活技能。“我做我说”游戏中,孩子们通过模仿动物姿态提升表达能力;“动物拼图比赛”中,小朋友们在寻找汉字中加深了友谊……这些看似寻常的游戏场景,实则是吉大三园精心设计的幼小衔接教育载体。

“近两年,吉大三园教师团队相继推出200多项特色活动,孩子们在角色扮演中学习整理学具、规划作息,在游戏中展现出规则意识、任务执行能力和创造性思维。”副园长张静姝说,通过游戏化的教学,让孩子们通过实际操作,培养学习兴趣,激发探索欲望,养成学习习惯,为终身学习打下坚实的基础。

“科学衔接不是单兵作战,而是教育生态的重构。”高宏伟表示,作为区域联盟引领园,吉大三园组织了多场专题教研,覆盖区域内32所幼儿园。开展了骨干教师团队“送教入民办园”行动,将《游戏化入学准备指导手册》等研发成果辐射至12所民办园。同时,通过“幼儿成长档案云平台”,400余名幼儿的关键发展数据在区域内无缝衔接,实现从幼儿园到小学的成长追踪。

教育·“活力+”

“谢谢!多亏了医护人员精心救治和护理,孩子才能恢复这么快,这么好。”近日,在吉林大学中日联医院神经内一科病区,来自长春市九台区沐石河街道段家村的陈女士不停地向医护团队道谢,并为他们送上锦旗。

这感谢的背后是一个怎样的故事?那就要从2月28日这天说起。

“医生,救命,我儿子突然发病了!”一阵急促的脚步声和呼喊声传来,陈女士冲向导诊台喊医生。

年轻人名叫李峰(化名),今年25岁。此刻,他双眼上翻,牙关紧咬,四肢如触电般剧烈抽搐,身体不受控制地扭曲。

医护人员迅速响应。急诊医生立即冲上前,指挥着将李峰平稳地转移到抢救床上。“快,上心电监护!”护士熟练地将电极片贴在李峰的胸前,心电监护仪随即发出规律的“滴滴”声,屏幕上跳动着实时数据。另一名护士则立即遵照医嘱为其上镇静,并进行生化检查。

李峰病情危急,经神经内一科病区专家团队的全面检查,确诊为FIRES综合征,即感染发热相关性、难治性癫痫综合征。“FIRES综合征治疗非常难,救治率非常低,即便是幸存患者,很多也会遗留很重的后遗症。患者如果没有被及时诊断治疗,发病24小时内就有可能致死。”郑昭时主治医师说。

为此,神经内一科病区主任刘松岩带领团队深入分析病情。现有医学文献中可参考的治疗案例寥寥无几。

治疗过程中,李峰的病情多次出现反复。“这个病很难治,我们尝试了好几种药后都没有正向反馈,就像拳头打进空气里,病例很少,可参考性也很小。”郑昭时说。

对此,他们给李峰上了床旁脑电图监测,实时根据病情调整药物。李峰病情最严重时,需要每3小时调一次用药。

“有好几次,孩子病情发生变化,郑昭时大夫都下班回家了,还马上赶回来给调整处理。我们全家都特别感动,这不仅给了我们温暖,更给了我们坚持下去的动力!”陈女士哽咽地说。

除了常规的药物治疗,医护团队积极探索新兴的治疗方法。“我们不仅查阅了大量文献,寻找最新的诊治方法,还和国内权威专家线上沟通,力求找到最有效的治疗方案。”刘松岩说。

同时,护士们时刻关注李峰的病情变化,24小时悉心照料。因李峰插的呼吸机,在气管切开的地方总冒痰液,护士就一直守在他旁边,进行擦拭、呼吸道管理和排痰,每半小时为他翻身一次。

随着时间的推移,治疗初见成效。李峰的癫痫发作次数逐渐减少,生命体征也趋于稳定。王立波教授介绍,像李峰这样预后好的病例特别少,而且他都不需要进行后续康复训练,气管切口恢复好就可以出院了。

经过医护人员一个月的努力,李峰终于迎来了出院的日子。

这场与FIRES综合征的激烈交锋,见证了医学的无限可能,也彰显了医护人员永不放弃的职业精神。郑昭时说:“虽然大家很辛苦,但所有的辛苦都是值得的。抢救生命不是最终诉求,我们更要解决患者的病痛,让他能够回归社会,过正常人的生活。”

长春理工“戏剧之星”大赛落幕

本报讯(记者张鹤)日前,以“剧忆烽火岁月,共筑和平华章”为主题的长春理工大学第十八届“戏剧之星”大赛落下帷幕。此次活动由该校共青团委员会主办,15个学院的学生们积极响应、精心筹备、踊跃参与,为现场观众献上了一场震撼心灵的戏剧盛宴。

本次大赛的参赛作品题材十分广泛。有关注抗美援朝老兵的《归乡》;有把古老传说和数字浪潮结合的《“码”上未来·数字浪潮中的神话新篇》;有再现巴黎和会波谲云诡的《觉醒的青春》;有勾勒我党地下工作者惊心动魄传奇故事的《渡口》《风声》;有串联起长春光学精密机械学院从诞生到发展辉煌历程的《光启未来:友谊桥畔的光韵传承》。还有《初心》《天地鸿蒙》《天工开物》《永不消逝的电波》《无名的信》《破家·时代潮》《大国工匠毛腊生》《黎明前的归航——钱学森》《我的1919》等多个精彩的作品轮番上演。

整场活动高潮迭起,同学们凭借扎实的表演功底,将角色演绎得栩栩如生,不仅在舞台上充分展现了卓越的表演才华,更通过一个个精彩纷呈的剧目,让民族精神与时代精神在校园里深深扎根,薪火相传。最终,经过激烈角逐与严格评审,来自材料科学与工程学院的《渡口》、生命科学技术学院的《觉醒的青春》获一等奖;《“码”上未来·数字浪潮中的神话新篇》等5部作品获二等奖;《天工开物》等7部作品获得三等奖。

近年来,长春理工大学一直致力于校园文化建设,“戏剧之星”作为学校独具特色的文化品牌,已经成功举办了18届。本次大赛,不仅为同学们搭建了一个展示风采的广阔舞台,更是学校开展爱国主义教育的关键平台。