

小儿推拿手法揉脐的发展源流及止泻机理探析

艾圣翔, 刘婷, 林文, 邵瑛

广州中医药大学针灸康复临床医学院, 广东 广州 510006

[摘要] 通过梳理有关小儿推拿手法揉脐的历史文献, 总结小儿推拿手法揉脐在操作方法、功效及适应证等方面的发展内容, 同时从经络络属、局部解剖、全息理论、施术方法等方面总结揉脐的止泻作用机理及小儿推拿手法揉脐的现代临床应用, 为小儿推拿手法揉脐的临床应用提供更多参考。

[关键词] 小儿推拿; 揉脐; 止泻机理; 临床应用

[中图分类号] R247.9 **[文献标志码]** A **[文章编号]** 0256-7415 (2024) 15-0148-05

DOI: 10.13457/j.cnki.jncm.2024.15.030

Development of Kneading Umbilical Region Technique of Children Massage and Its Mechansim of Arrestting Diarrhea

AI Shengxiang, LIU Ting, LIN Wen, SHAO Ying

Clinical Medical College of Acupuncture Moxibustion and Rehabilitation, Guangzhou University of Chinese Medicine, Guangzhou Guangdong 510006, China

Abstract: By sorting out the historical literatures on a children massage technique—kneading umbilical region, to summarized the development of this technique in terms of operation methods, effects and indications. Besides, its mechansim of arrestting diarrhea and its modern clinical application were summarized from meridians and collaterals, local anatomy, holographic theory and operative methods, so as to provide more references for the clinical application of this technique in children.

Keywords: Children massage; Kneading umbilical region; Mechansim of arrestting diarrhea; Clinical application

小儿推拿手法揉脐是一种在肚脐局部或周围进行环旋揉动的手法, 临床常用于治疗腹泻、腹痛、食积便秘等疾病^[1]。揉脐有显著的止泻功效, 临床实用性强, 安全性高, 单独或配合相应手法均能发挥良好的治疗疾病作用, 能够减少药物的不良反应, 备受临床青睐^[2-3]。笔者从古代文献及现代研究等角度梳理小儿推拿手法揉脐的发展脉络, 并探讨其止泻的作用机理及现代临床应用。

1 揉脐的历史源流

揉脐主要是在肚脐上施以揉法操作的一个手

法。《说文解字》言, 脐者, 从肉, 齐声。为形声字, 月表其意, 其形似肉, 齐表其声, 亦表其位与腰齐平, 故引申为肚脐。见表1。揉脐一法最早见于明代中后期龚廷贤所著《万病回春》, 此时揉脐功效是温阳散寒, 治疗范畴局限在便秘和腹痛方面, 尚无腹泻相关治疗记载。明代后期, 揉脐止泻的功效开始出现, 其代表作为四明陈氏的《小儿按摩经》(后收录于杨继洲刊行的《针灸大成》), 在书中首次提到止泻的功效与主治功用, 并对其操作方法进行详细描述, 由此, 揉脐的操作之法开始流传于

[收稿日期] 2024-01-19

[修回日期] 2024-05-26

[基金项目] 广东省自然科学基金项目(2024A1515012808); 广东省高等教育教学研究和改革项目(粤教高函[2024]9号第574项)

[作者简介] 艾圣翔(1997-), 男, 在读硕士研究生, E-mail: 18942350917@163.com。

[通信作者] 邵瑛(1972-), 女, 主任中医师, 教授, 硕士研究生导师, E-mail: shaoying@gzucm.edu.cn。

后世。从清代开始，小儿推拿学科进入蓬勃发展阶段，揉脐法的功效逐渐被医家挖掘，如在《幼科推拿秘书》《厘正按摩要术》等著作中出现了“止泻痢”“定惊”“消积滞”等功效，主治范围较前扩大，但其操作方法并无太大变化，基本是以肚脐局部运用揉法操作为主。另外，在《幼科推拿秘书》中还记载了其与其他手法配合的操作方法，如“揉脐及鸠尾：揉者以我右掌，从小儿关元……左旋而下，如数周回”“揉脐及龟尾：其法以我一手……托揉龟尾，揉讫”等，其中揉脐及龟尾的手法组合一直沿用至今。直至近代，随着小儿推拿学的兴起，各家学派著作不断更新，揉脐的操作要求不断细化，逐渐标准化和规范化。如山东孙重三小儿推拿流派继

承人张素芳教授主编的《中国小儿推拿学》^[4]：“揉脐操作100~300次，逆时针方向揉为补，顺时针方向揉为泻”；海派小儿推拿创始人金义成等所著《中国推拿》^[5]中提到：“左手掌叠于右手背上按揉脐部，约5分钟。”同时手法的功效也被归纳整理，其应用范围较前扩大，最终编入教材供大家学习。如廖品东主编的《小儿推拿学》^[6]中：“揉脐的功效为益元固本、消积泄浊、温阳散寒、补益气血，用于治疗肾虚所致遗尿、小便频数、五迟五软、久泻、虚秘、脱肛等，还能增强体质、促进智力。”因而可知在历代手法流传过程中，后世医家不断吸纳前人经验，并在前人经验指导下补充拓展新的方向，使手法的适应证日益丰富和完善。

表1 揉脐相关文献论述

成年年代及作者	文献	功效	文献记载	
			主治	操作
1587年 龚廷贤	《万病回春》	温阳散寒	大小便闭、腹痛。	用蜗牛三枚……贴脐中，以手揉按之，立通。 寒中厥阴者，则小腹疼痛也……揉脐法用吴茱萸二三合、麸皮一升、食盐一合，拌匀热炒，以绢包之，于腹上下热揉熨之，自然有效也。
1601年 大明陈氏	《小儿按摩经》	温阳散寒、止泻、定惊风	大肠作泻运多移……揉脐龟尾七百奇。 肚痛多因寒气攻……脐中可揉数十下。 “水泻惊”“乌痧惊”“肚膨惊”“盘肠惊”	掐斗肘毕，又以左大指按儿脐下丹田不动，以右大指周围搓摩之，一往一来。
1676年 熊应雄	《小儿推拿广意》	止泻、温阳散寒	久泻不止，元气不固……揉脐及龟尾掬肚角两旁。 寒腹痛者，常痛而无增减也……揉脐及龟尾。	
1691年 骆如龙	《幼科推拿秘书》	止泻痢、定惊	揉脐及龟尾并擦七节骨，此治泻痢之良法也。 “欲止小儿泻痢，揉脐并龟尾”“神阙揉此止泻痢” “宿沙惊”“肚胀惊”	揉脐及鸠尾：揉者以我右掌，从小儿关元，右拂上至鸠尾，左旋而下，如数周回。 揉脐及龟尾：其法以我一手，用三指揉脐，又以我一手，托揉龟尾，揉讫。
1695年 夏禹铸	《幼科铁镜》	温阳散寒	寒痛则面白，口气冷……推上三关，揉脐五十。	
1888年 张振望	《厘正按摩要术》	止泻、温阳散寒、消积滞	腹痛泄泻……揉脐及龟尾，各一百遍。 食积由乳食积滞……揉脐，二百遍。	
1928年 涂蔚生	《推拿抉微》	止泻痢	泄泻者，胃中水谷不分，并入大肠……揉脐及龟尾。 陈紫山曰：夹冷而痢者，则下纯白也……治法：推三关，运八卦……揉脐及龟尾。	
1994年 丁季峰	《推拿大成》	健脾开胃、安神定志、通利二便	消化不良、心神不宁、便秘泄泻、小便不利。	两手掌重叠，按在肚脐处，然后揉动30次。 包括掌揉法、指揉法和鱼际揉法。其操作要领为：利手作用于肚脐局部，手腕放松，用腕关节带动前臂作小幅度的回旋运动。用力轻柔，揉动频率一般为每分钟120~160次。

2 揉脐止泻机理

揉脐是小儿推拿常见的单式手法，可用于治疗患儿各类腹泻，尤其适用于虚寒性腹泻。一项对小儿推拿治疗小儿腹泻的数据挖掘发现，脐为治疗小儿腹泻的核心穴位之一^[7]。揉脐手法有温阳散寒、消积止泻之效，常与摩腹、揉龟尾、推上七节骨配合

治疗虚寒性病证，尤其以小儿消化系疾病效果最为突出。因其安全性高、疗效确切、易于操作，备受临床患者及医师青睐，故进一步系统了解该手法作用机理，有利于明确指导辨证施治，能够更好发挥其临床疗效。笔者将从经络络属、局部解剖、全息理论及施术方法等方面探讨揉脐的止泻机理。

2.1 经络属 揉脐止泻的功效与其所处部位的经脉循行有着密切的关联。《灵枢·海论篇》曰：“夫十二经脉者，内属于脏腑，外络于肢节，夫子乃合之于四海乎。”认为经脉具有沟通内外、运行上下的作用。中医认为营卫之气与经脉并行，《难经·第三十难》言：“营行脉中，卫行脉外……如环之无端，故知营卫相随也。”脐，又名气舍、神阙，属任脉，为人体非常重要的穴位之一。任脉既为十四正经，又属奇经八脉，有“总任诸阴”“阴脉之海”之称，其与手、足三阴经脉和阴维脉相会，和冲脉、督脉起于胞中而下出会阴，构成一源三岐；又通过穴位、经筋、经别与其他经脉相连，故脐可沟通、联络周身经脉，调节五脏六腑及其络属下的五官九窍、五体五志等。脐位于腹部中下方，为下焦枢纽，在经脉循行上包含直接关联和间接关联，其中直接关联有足阳明经下挟脐，足太阴经筋结于脐，足厥阴经经别上行入脐，足少阴经夹脐上行，手少阴之筋下系于脐；间接关联包括手厥阴心包经历络三焦，手少阳三焦经循属三焦。故在脏腑方面，神阙与心、肝、脾、胃、肾、心包、三焦关系密切。同时在内临近大小二肠，又能调节肠道功能。故本法有温阳止泻之效，能治疗脾胃系统病证，如脾虚湿盛、清阳下陷或脾肾阳虚，火不暖土，运化失司，表现为久泻久痢、小便不利等症。从现代组织形态学角度分析，人体从胚盘转变成胚体的发育过程中，内胚层向胚胎腹部弯曲形成了原始消化管，同时向腹部生长过程中的中胚层组织在前中线处融合形成了任脉，即任脉与消化系统均来源于内胚层，故在功能上可能具有一定同步性^[8]。

2.2 局部解剖 在局部解剖学方面，脐是腹壁在发育过程中闭合最晚的部位，皮肤角质层最薄，屏障功能最弱，皮下无脂肪层，向内直达筋膜层和腹膜层，对理化刺激的弥散、渗透性强。封玲等^[9]通过动物实验结果发现，神阙穴相对非穴位区而言，对药物的渗透、吸收性更好。有学说认为脐的形态学实质为筋膜，认为脐部主要由筋膜组织构成，并且是神经、血管和自主神经丛分布丰富的区域，覆盖并连接全身的脏器，对于理化刺激十分敏感，能够响应外部干预信号，调节内脏功能，从而维持机体平衡、营养和调节周围的肠道组织器官^[10]。现代研究发现，揉脐的治疗效应依赖于脐局部独特的血液循环

和丰富的血管网络，在内皮细胞和微血管内皮细胞构成的基础上起到关键作用^[11]。从局部微血管层面延伸到分子层面，香草酸家族的瞬时感受器电位香草酸家族(TRPV)通道和内皮细胞释放的神经肽是促进这一治疗效果的关键因素。另外，具有神经递质和激素功能的脑肠肽在脑-肠轴各通路中起桥梁和调节作用，多种脑肠肽之间关联复杂，共同调控胃肠道的生理活动^[12]。徐心田等^[13]发现，神经肽中的脑肠肽能通过脑-肠轴抑制肠道释放白细胞介素(IL)-1、肿瘤坏死因子- α (TNF- α)等炎症因子，同时，调控肠道自主神经功能，使交感-副交感功能恢复平衡，从而降低肠道炎症反应、纠正排便习惯^[14]。神阙穴具有特异性，通过局部操作针刺、推拿等外治法能对腹泻、便秘、肠梗阻等消化系统常见疾病发挥确切疗效^[15]。有研究发现，神阙穴区的皮肤微循环数值高于其他常用腹部穴位，且越靠近脐部的穴位皮肤微循环数值越高，进一步明确了神阙在腹部穴位中独特的微循环特性，以及外治法对于消化系统疾病治疗的优势性^[16]。

2.3 全息理论 全息理论是研究事物之间具有全面关系特性和规律的学说，其本质是诸事物之间有局部或全面的关联性。小儿推拿在临床应用中，其病情诊断、穴位选取及手法操作均可体现生物全息理论^[17]。脐是人体最大的全息元之一，其中保存了许多人体先天与后天的信息能量，通过不断研究和探索，就可以获取其中的信息，为临床与科研所用^[18]。全息元既是生物的一部分，也是相对独立的个体，其中蕴含生物的全部信息，全息理论与中医的整体观念不谋而合^[19]。在八卦全息对应上，脐位于任脉上，形态向内凹陷似井，取象为阴中之阴，亦称老阴，对应八卦中的坤卦；而坤卦五行属土，为阴土，与五脏之中的脾相对应，脾胃互为表里，故坤可指代人体整个消化系统，脐与消化系统具有密切的关联。同时，在脐内部亦有八卦全息规律存在，以后天八卦的方位对应人身体的相应部位及脏腑疾病^[20]。权春分等^[21]通过针刺肚脐艮、震二卦方向，形成“山雷颐卦”，治疗肝郁脾虚型泄泻，治疗后症状明显改善，治疗5次后症状痊愈。《难经·十六难》“假令得肝脉……脐左有动气……假令得心脉……假令得肾脉……脐下有动气”。反映出脐中各部位与五脏六腑具有对应性^[22]。揉脐或许正是通过在肚脐局部揉动，

借助全息对应理论作用于全身及相应脏腑，调动人体正气，令气血阴阳得以平复，从而发挥止泻的作用。

2.4 施术方法 从施术方法上，揉法亦是协助增强止泻作用不可或缺的一部分。揉法是由摩法演化而来，揉法的手法描述最早见于《推拿精要保赤必备》：“揉者，医以指按儿经穴，不离其处而旋转之也。”《推拿大成》中记载：“用手掌大鱼际、掌根或手指螺纹部分着力于一定部位或某一穴位上，作轻柔缓和的环转动，并带动该处的皮下组织，称为揉法。”揉法主要包括掌揉法、指揉法和鱼际揉法。揉法操作要领为利手作用于施术部位，手腕放松，用腕关节带动前臂作小幅度的回旋运动，用力轻柔，揉动频率一般为每分钟120~160次。揉法具有健脾和胃、活血化瘀、消肿止痛等作用，临床用以治疗脘腹胀痛、胸闷胁痛、便秘泄泻等五脏六腑病变或功能失调^[23]。《厘正按摩要术》言“缓摩为补，急摩为泻”。用频率慢、刺激量小的手法可兴奋脏腑的生理功能，具有益气健脾、温阳止泻等扶正的作用^[24]。现代医学研究显示，该类手法能兴奋植物神经，提高机体免疫力，治疗脏腑功能虚损类疾病^[25]。廖正烈等^[26]通过实践证明轻柔、和缓手法的持续刺激能够兴奋机体的周围神经和副交感神经，使消化系统得到正向反馈，增强消化吸收功能、调整异常的肠道蠕动状态，恢复正常的排便习惯，使其在外表现出“补”的作用，从而发挥健脾止泻的功效。

3 现代临床应用

揉脐法具有益元固本、消积泄浊、温阳散寒、补益气血的作用，其临床应用以小儿脾胃系统疾病为主，包括小儿腹泻、便秘、厌食、消化不良等病症。此外，揉脐法还可用于腰痛、盆腔疾病等成人疾病防治。笔者以揉脐、揉神阙、小儿推拿揉脐等为主题词在中国知网(CNKI)平台检索1990年7月—2023年6月有关揉脐的相关临床文献，共得到文献共84篇，其中关于小儿脾胃疾病的文献达78篇，占总量的92.86%，其中关于小儿腹泻的文献记载最多，有56篇；其次是小儿便秘10篇、厌食7篇，腹痛、胃痛、积食、消化不良、腰痛等疾病的文献记载相对较少。由此可知，揉脐在小儿腹泻的临床实际应用非常多，并且临床疗效显著。如王梅珍^[27]对108例腹泻患儿分别予西药和揉脐推拿干预，发现推拿组总

有效率和痊愈率均明显高于对照组；王文波^[28]发现用揉脐配合其余止泻三法治疗小儿腹泻120例，总有效率达98.3%；程正合^[29]采用揉脐法治疗4种证型小儿腹泻，治疗后推拿治疗的总有效率为100%。这些研究表明临床单用揉脐或联合其他手法治疗腹泻均有非常突出的疗效。

表2 揉脐现代临床疾病应用

疾病种类	文献篇数	占比(%)	疾病种类	文献篇数	占比(%)
腹泻	56	66.67	胃痛	1	1.19
便秘	10	11.91	消化不良	1	1.19
厌食	7	8.33	积食	1	1.19
盆腔病	4	4.76	胃潴留	1	1.19
腹痛	2	2.38	腰痛	1	1.19

4 小结

揉脐手法是基于脏腑经络等中医理论指导下形成的一种单式手法，该手法演变过程中，定位与操作上仅有微小变动，但在功效及主治上发展较大，由单一性治疗变为多元化覆盖，能够治疗儿童虚寒证型的腹泻、便秘、积食等病症；同时其手法参数不断细化，由原先的模糊化向精细化转变。揉脐的现代临床应用广泛，以儿童腹泻、便秘、消化不良等脾胃系统疾病为主，同时兼顾腰痛、盆腔炎等其他系统疾病。

[参考文献]

[1] 邵瑛, 于娟. 小儿推拿学[M]. 3版. 北京: 人民卫生出版社, 2021: 71-71.

[2] 刘维菊, 梁静, 廖品东. 小儿推拿止泻四法的配伍特点及意义[J]. 四川中医, 2005, 23(7): 100-101.

[3] 李玉娥, 雷发声. 小儿推拿疗法治疗小儿腹泻116例临床报道[J]. 按摩与导引, 2007, 23(1): 43-44.

[4] 张素芳. 中国小儿推拿学[M]. 上海: 上海中医学院出版社, 1992: 97-98.

[5] 金义成, 彭坚. 中国推拿[M]. 长沙: 湖南科学技术出版社, 1992: 426-426.

[6] 廖品东. 小儿推拿学[M]. 2版. 北京: 人民卫生出版社, 2017: 4.

[7] 张婧, 彭玉, 冷丽, 等. 基于数据挖掘小儿推拿治疗小儿腹泻用穴规律分析[J]. 贵阳中医学院学报, 2019, 41(2): 88-92.

[8] 马宁, 任脉. 督脉的胚胎发生学探讨[J]. 山东中医药大学学报, 2017, 41(5): 412-416.

[9] 封玲, 丁美红, 沈勤, 等. 大黄酸神阙穴给药经皮渗透性的影响因素研究与初步机制探讨[J]. 中国中药杂志, 2016, 41(8):

- 1546-1552.
- [10] 贺振泉, 张进, 陈文华, 等. 脐疗机制新解—经络筋膜说[J]. 实用医学杂志, 2005, 21(18): 2099-2100.
- [11] 姜劲峰, 徐旺芳, 俞兴根, 等. 基于血管生物学的神阙穴特异性解析[J]. 中国针灸, 2017, 37(12): 1304-1308.
- [12] MAYER E A, NALIBOFF B D, CRAIG A D. Neuroimaging of the brain-gut axis: from basic understanding to treatment of functional GI disorders[J]. *Gastroenterology*, 2006, 131(6): 1925-1942.
- [13] 徐心田, 徐丹华, 陆为民. 神经-内分泌-免疫系统调控异常与肠易激综合征相关性的研究进展[J]. 中国全科医学, 2020, 23(26): 3369-3374.
- [14] AGGARWAL A, CUTTIS T F, ABELL T L, et al. Predominant symptoms in irritable bowel syndrome correlate with specific autonomic nervous system abnormalities[J]. *Gastroenterology*, 1994, 106(4): 945-950.
- [15] 李邦正, 李悦嘉, 崔瑞兰. 神阙特异性及其外治消化系统疾病中的应用[J]. 光明中医, 2023, 38(20): 3940-3943.
- [16] 蒋颖, 戴文君, 姜劲峰. 腹部常用穴区微循环血流灌注量的差异及不同温度艾灸的影响[J]. 南京中医药大学学报, 2017, 33(4): 339-343.
- [17] 王晓宇, 赵毅, 姚斐, 等. 浅谈生物全息理论在小儿推拿中的应用[J]. 医学信息(中旬刊), 2011, 24(2): 766-767.
- [18] 齐永. 脐针疗法、脐全息与脐诊法[J]. 中国针灸, 2004, 24(10): 732-737.
- [19] 张颖清. 生物全息诊疗法[M]. 济南: 山东大学出版社, 1987: 92-105.
- [20] 李颖文, 陈璐, 胡学军, 等. 脐针治疗消化系统疾病机制探讨[J]. 陕西中医, 2023, 44(3): 345-347.
- [21] 权春分, 费景兰, 赵婷婷, 等. 易医脐针“山雷颐”卦治疗腹泻型肠易激综合征思路分析[J]. 中华养生保健, 2023, 41(19): 85-88.
- [22] 刘西通. 脐诊的古今文献研究[D]. 济南: 山东中医药大学, 2013.
- [23] 丁季峰. 推拿大成[M]. 郑州: 河南科学技术出版社, 1994: 3.
- [24] 王继红, 高一城, 杨羚, 等. 手法缓急补泻的频率-效应研究[J]. 中华中医药学刊, 2021, 39(6): 18-21, 270.
- [25] 曾科, 王建伟. 推拿手法补泻的临床应用与研究进展[J]. 中医文献杂志, 2021, 39(3): 88-90, 96.
- [26] 廖正烈, 王爱杰. 推拿法与双向调节作用[J]. 辽宁中医杂志, 1998, 41(2): 80-81.
- [27] 王梅珍. 推拿治疗小儿腹泻疗效观察[J]. 中国医药科学, 2012, 2(11): 80, 82.
- [28] 王文波. “摩腹揉脐, 龟尾七节”简易推拿法治疗小儿腹泻120例[J]. 中国中医药现代远程教育, 2011, 9(8): 52-52.
- [29] 程正合. 推拿治疗小儿腹泻160例疗效观察[J]. 基层医学论坛, 2004, 8(6): 544.

(责任编辑: 冯天保, 沈崇坤)