

四时辨体捏脊疗法

中医防治RRTI适宜技术推广



四时辨体捏脊疗法

- ◆ “四时辨体捏脊疗法”是天津中医药大学第一附属医院在传统捏脊疗法的基础上，创立了“四时”，更符合中医学“天人相应”整体观念，更深入地认识到了疾病的发生规律，使防病保健更加有针对性。通过长期临床实践观察，依据患儿体质及四时特点取穴进行捏脊，疗效显著，能达到强身健体防病治病的目的。



四时辨体捏脊疗法

- ◆ 在传统捏脊疗法的基础上，结合小儿四时生理、病理、体质特点及小儿四时疾病的发展规律，辅以按揉膀胱经不同的俞穴以达振奋阳气，固护一身之表，调和脏腑，从而达到防病治病的目的。



操作方法

- ◆ 1. 常规捏脊
- ◆ 依据患儿年龄，采用不同的体位，使其背部保持平直、放松。
- ◆ 取脊背正中线，从尾骨起至第七颈椎。即沿着督脉循行路线，从长强穴直至大椎穴；
- ◆ 采用推捏法；
 - 1-3岁，自第3遍起每捏3下提1下，反复捏6遍；
 - 3-6岁，自第2遍起每捏3下提1下，反复捏6遍。



2. 四时取穴法

- ◆ 捏脊时根据不同季节
 - 立春：加揉按肝俞、肺俞。
 - 立夏：加揉按心俞、小肠俞、脾俞、胃俞。
 - 立秋：加揉按肺俞、大肠俞。
 - 立冬：加揉按肾俞、膀胱俞。
- ◆ 在不同季节并进行相应俞穴的揉按，拇指向外侧揉按，每个穴位操作3分钟。



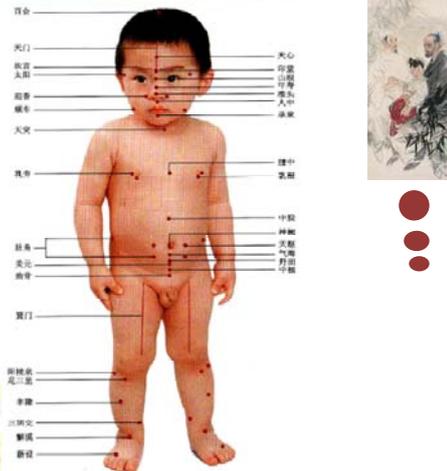
3. 辨体质取穴法

- ◆ 依据小儿不同的体质特点，选取不同的俞穴调理体质，防治疾病。
 - 正常质：采用常规捏脊法及四时取穴法；
 - 痰湿质：加三焦俞、脾俞以健脾化痰；
 - 内热质：加肝俞、心俞、大椎以清热；
 - 气虚质：加脾俞以健脾益气。
 - 气阴两虚质：加肝俞、脾俞以益气养阴。



常用配穴

穴位	位置
肺俞穴	第3胸椎棘突下，旁开1.5寸，
心俞穴	第5胸椎棘突下，旁开1.5寸，
膈俞穴	第7胸椎棘突下，旁开1.5寸
肝俞穴	第9胸椎棘突下，旁开1.5寸
脾俞穴	第11胸椎棘突下，旁开1.5寸
胃俞穴	第12胸椎棘突下，旁开1.5寸
三焦俞	第1腰椎棘突下，旁开1.5寸。
肾俞穴	第2腰椎棘突旁开1.5寸。
大椎穴	第7颈椎棘突下凹陷中。



穴位	位置
肺俞穴	第3胸椎棘突下，旁开1.5寸，
心俞穴	第5胸椎棘突下，旁开1.5寸，
膈俞穴	第7胸椎棘突下，旁开1.5寸
肝俞穴	第9胸椎棘突下，旁开1.5寸
脾俞穴	第11胸椎棘突下，旁开1.5寸
胃俞穴	第12胸椎棘突下，旁开1.5寸
三焦俞	在第1腰椎棘突下，旁开1.5寸。
肾俞穴	在第2腰椎棘突旁开1.5寸。
大椎穴	第7颈椎棘突下凹陷中。



4. 治疗疗程及观察周期

- ◆ 每天1次，5天为1个疗程。
- ◆ 休息1天开始下一个疗程；
- ◆ 分别自立春、立夏、立秋、立冬开始，每个节气连用2个疗程。
- ◆ 观察周期为1年。



