

分阴阳：100次

阴阳：在手掌根部，小天心穴的两侧，拇指侧为阳池穴，小指侧为阴池穴。
 分手阴阳：用两手拇指罗纹面，从“总筋”穴沿“大横纹”向两侧分推。
 总筋：在掌面腕横纹的中点；“大横纹”位于掌侧，掌后横纹。

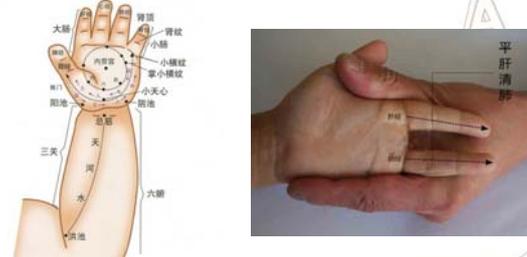


小儿推拿——外感咳嗽

7

平肝清肺：400次

肝经(肝木)：在食指掌面，自指根至指尖成一直线。
 肺经(肺金)：在无名指掌面，自指根至指尖成一直线。



小儿推拿——外感咳嗽

8

逆运内八卦：300次

内八卦(内八方)：在手掌内。
 取法：以内劳宫为圆心，以内劳宫到中指根横纹的2/3处为半径做圆，内八卦即分布在该圆上。(内劳宫：在掌心中央)



小儿推拿——外感咳嗽

9

揉小横纹：300次

小横纹在手掌面，食、中、无名、小指掌指关节横纹处。



小儿推拿——外感咳嗽

10

清天河水：100次



小儿推拿——外感咳嗽

11



