

# 小儿推拿不光走身，更要走心

李莉：最看重推拿去痛无创伤



口碑中医



本报记者 刘志浩

## 3个月治好“歪脖”孩子

去年的某天，一个出生40来天，却被父母发现是斜颈（俗称“歪脖子”）的孩子被带到济南市按摩医院。

父母说，这个孩子出生时脖子就有点歪，但医院告诉他们可能是母亲怀孕时睡姿不正确导致并发症，过一段时间会好。

“其实是孩子母亲顺产时，接生不当造成锁骨骨折，骨折愈合后孩子依然习惯性把脖子歪到一边，最后形成肌肉结节造成的。”详细检查及询问后李莉发现，年轻的父母一开始根本不知道孩子的病情，直到一个朋友看到他们晒到朋友圈的照片有异常并指了出来，这对父母带孩子到医院检查才发现情况不对。

“当时孩子脖子歪着，眼

睛一个大一个小，脸也大小不一。”李莉见到这个孩子后，颈部的结节已经相当严重，“拖下去不治，本来推拿能好的，可能就得不得不手术了。”

李莉说，随后她对症下药，围绕孩子的胸锁乳突肌进行推拿治疗，加上家长配合，不到三个月，孩子就恢复正常了。

李莉说，造成小儿斜颈的原因很多，除了产伤外，孕妇孕期睡姿不对，或者孩子出生后习惯性朝

一个方向睡等，都可能使孩子出问题。

特别是现在的网络或一些孕期指导类书籍，都会建议孕妇左侧卧位，但李莉看来，左侧卧只针对某一类孕妇，并非适用所有人，“经常左侧位不仅对孕妇身体不好，也会给孩子带来伤害。”

李莉说，有的孩子斜颈是暂时的，可能一两个月会自动转好，但有些就需要专业医生介入治疗。

“斜颈不可怕，可怕的是父母疾病乱投医，最后耽误了孩子的病情。”李莉说。

## 不仅能治腹泻，还能治假性近视

李莉介绍，除了斜颈，推拿还能在小儿很多病症方面发挥作用，比如腹泻。

腹泻是小儿常见病多发

病，必须辨证施治。李莉说，如果大便黄褐热臭，小便短赤，肛门灼热而痛，身热，烦躁口渴，舌苔黄腻，就是湿热泻，而泻前哭闹，泻后痛减，大便量多味酸臭，口臭纳呆，舌苔厚腻，则属伤食泻。“其实家长自己在家就可以观察。”李莉说。

湿热型腹泻，就要按摩先清大肠，再清湿热。而伤食泻，则需消食导滞，健脾和中。家长可以通过小儿推拿预防疾病的发生，比如发现舌苔变厚，有口气，小便发黄，大便酸臭，可以通过补脾经，揉板门，摩腹揉脐等方法调理脾胃，消食导滞。

针对孩子咳嗽等呼吸系统疾病，则可以清肺热，揉穴位的方式治疗。“常见的穴位有中府，云门。”李莉一边比划一边给记者介绍，从手法上来说，可以沿肺经循行部位进行拿捏，同时配合捏脊治疗。

因为小儿皮肤比较嫩，李莉建议家长在捏脊时可以采取捏三提一方式进行，“让孩子先适应，再加大力度。”

此外，李莉说推拿还对小儿近视具有特殊的疗效。

几个月前，附近一个5岁的小女孩就被带到李莉的诊室。

“孩子得了假性近视，在幼儿园坐第一排都看不清黑板上的字。”李莉说，随后她一周两次给这个孩子进行推拿，用了不到一个月时间，孩子的眼睛就恢复正常了。“假性近视只要治疗得当，能够恢复正常。”李莉说，治疗近视的几个穴位其实就是头面部的几个常见穴位：睛明、攒竹、太阳、

百会等，平时在家家长没事也可以给孩子揉揉。

“不要生病了才想起来治，更重要的是平时就得养成良好的生活习惯。”李莉说。

## 根据孩子身心特点才能做好推拿

走上推拿之路并非偶然，李莉从小受到做赤脚医生的父亲很大的影响。“他治好了很多病人，村子里的人也都尊重他。”在李莉印象中，体弱多病的母亲一直由父亲进行诊治调理，后来她学了推拿，就给患有颈椎病的父亲治病，“很多病不用出家门，直接在家里就治好了。”

“从小受熏陶，我很自然就学了推拿。”李莉说，推拿能立竿见影给人解除痛苦，而且没有任何创伤，这也是吸引她走上推拿之路并一直坚持至今的重要原因。

从事小儿推拿近10年，李莉至今清楚地记着当年在学校时从一些老专家身上学到的东西。“年轻的推拿师常常把孩子推得哇哇哭，但老专家就不会。”李莉说，当时全国知名小儿推拿专家张素芳就在她实习的科室，“她推拿的孩子不仅不哭，还经常被推笑，或推着推着睡着了。”

多次观察后李莉总结，推拿不能只“为了推而推”，更重要的是得“走心”，尤其是小儿推拿针对的病患特殊，平常给大人的推拿手法根本就不适用，“只有考虑到孩子的身心发育特点，才能做好小儿推拿。”

## 妙方 按摩去积食

积食是小儿的一种常见病，常伴有腹部胀满、大便干燥或酸臭等症状。针对小儿积食，李莉提供了一个按摩小验方：对搓双手，围绕肚脐划圈揉，左右各30下（即按照顺时针方向30下，逆时针方向30下），一次三组。另外还可捏脊5—6遍，捏理随按，不能太轻但也不必太用力，孩子皮肤微红即可。

## 周五参加减重糖尿病联谊会 免费学“减肥妙招”

本报济南12月14日讯(记者 李钢)“肥胖不仅能引起糖尿病，还会并发心脏病、关节软组织损伤、生殖能力下降等疾病。”如何控制体重成为越来越多人的梦魇。为给广大“胖友”支招，本报健康大讲堂与济

南市中心医院联合举行减重糖尿病患教联谊会。12月18日(周五)下午2点，欢迎广大“胖友”“糖友”到济南市中心医院综合楼二楼会议室参会。

济南市中心医院胃肠外科专家孙少川表示，糖尿病成

人发病率2012年已达11.6%。“造成这种情况的一个重要原因就是人们生活方式的改变，肥胖人群越来越多。”

“随着医疗技术的进步，尤其是腹腔镜微创技术的发展，如今可以通过手术的方式减重，治疗糖尿病。”孙少川介绍，针对肥胖人群中2型糖尿病人的病情发展趋势，济南市中心医院联合胃肠外科与内分泌科的专家团队经过长期

准备，2013年在全省率先组建了“减重与糖尿病外科门诊”。

为帮助广大胖友和糖友解除烦恼，本报健康大讲堂与济南市中心医院联合举行减重糖尿病患教联谊会。12月18日(周五)下午两点，欢迎广大“胖友”“糖友”到济南市中心医院综合楼二楼会议室参会。活动现场，胃肠外、内分泌等专家将进行现场义诊，“胖友”“糖友”分享患病经历以及专家讲座等。

本报健康大讲堂关注眩晕与耳部疾病

## 眩晕，可能是耳部疾病捣乱



本报济南12月14日讯(记者 陈晓丽)“睁着眼睛整个世界都在天旋地转，闭上眼睛自己又在转个不停”，当很多人发生眩晕的症状时，可能想不到其实这是由于耳部疾病所导致的症状。周五(12月18日)下午2点30分，本报健康大讲堂特邀山东大学第二医院耳鼻喉科教授张辉，开讲“眩晕与耳部疾病”。欢迎广大读者光临。

据介绍，人体的平衡感主要靠内耳、眼及本体觉维持，其中，人体平衡感受器就藏在内耳骨质中，是维持人体平衡的最重要的器官。因此，眩晕和身体失衡很有可能是耳朵出了问题。

由于高血压、高血脂、脑部疾病都可能引起眩晕，不少眩晕患者往往先到心内科、骨科或神经内科就诊。不过，统计数据显示，在引起眩晕的原因中，耳源性疾病最多，60%的眩晕是由耳朵问题引起的。但是人们往往最后才想起去看耳科医生，不仅耽误了治疗时间，还增加了医疗费用。

据专家介绍，可能引起眩晕的耳部疾病包括耳石症、梅尼埃病、前庭神经炎、内听动脉闭塞、晕动症等。其中，在临床上，耳石症所占比例最高，可占到眩晕人群中的20%以上，病人最主要的表现是眩晕和头位变化有关，每次发作持续时间往往不超过1分钟，

很多病人以为是颈椎的问题而去骨科。此外，还有一些病人眩晕伴有恶心、呕吐、耳鸣、耳聋或头痛，需要耳科专科检查明确诊断。

其实，无论是哪种耳部疾病引起的眩晕，只要经过规范的治疗，绝大多数都能取得非常好的治疗效果，不再受到眩晕的折磨和困扰。为此，12月18日(周五)下午2点30分，本报健康大讲堂特邀耳鼻喉科教授张辉开讲，广大读者可到山东大学第二医院(济南市北园大街247号)门诊楼一楼健康大讲堂参加。

目前，免费“抢座”热线已经开通，广大读者可拨打96706120留下您的姓名和联系方式进行报名，或者给生命周刊官方微信平台发送信息报名。到场的读者，将获得本报制作精美、内容丰富的生命周刊《健康服务手册》。

## 专家介绍：

张辉，山东大学第二医院耳鼻喉科主任医师，教授。中国研究型医院学会眩晕医学专业委员会常务委员，中国中西医结合耳鼻咽喉科专业委员会眩晕专家委员会委员。

从事耳鼻咽喉科工作20余年，具有丰富的临床经验，擅长耳鼻咽喉科各种常见病及多发病的诊治，尤其擅长眩晕、耳鸣、耳聋的内科综合治疗，变态反应性鼻炎、各种鼻-鼻窦炎、慢性咽喉炎及阻塞性睡眠呼吸暂停综合征的诊断及综合治疗。在《中华耳鼻喉头颈外科杂志》等国家专业期刊发表学术论文20余篇；主编或参编专业书籍4部。

## 省立医院

### 下周举办减重义诊

随着生活水平的提高，肥胖已成为全世界的一大难题。专家表示，肥胖可导致糖尿病、心血管疾病、骨关节炎、呼吸睡眠暂停甚至癌症等多种疾病，严重影响生活质量，甚至危及生命。

为此，山东省立医院将于12月22日(周二)上午，在该院中心医院门诊楼一楼大厅举办减重义诊，届时义诊专家将针对有关肥胖、肥胖相关疾病的危害和治疗等进行现场答疑并为患者提供健康指导，制定个性化减重方案等。

## 我省成立

### 医院健康管理协会

本报济南12月14日讯(记者 李钢 通讯员 马庆琳 张涌)近日，山东省医院健康管理协会成立大会暨2015第三届山东健康论坛在济南召开。齐鲁医院院长李新钢当选为会长，省立医院党委书记王一兵、省千佛山医院院长孙洪军、省中医院院长杨传华、青岛大学附属医院院长王新生、山东大学第二医院院长赵升田、济南市中心医院院长马效恩等大医院相关负责人当选为副会长。

据悉，山东省医院健康管理协会是由山东省社会组织管理局批准设立的省级社会团体，协会的宗旨是建立健康管理行业自律监管机制，加强国内外行业交流合作，促进山东省健康管理行业的持续、健康、快速发展。

## 脑萎缩 帕金森 喜遇良方

头晕、健忘、失眠、说话不利索、行为迟缓、手足震颤。中晚期则痴呆、大小便失禁、瘫痪。脑萎缩病位在脑，与肾、脾、心等脏器虚损，气血精髓亏虚有着密切关系。强寿益智康脑丸是以中医辩证施治原则，精选五指毛桃、扶芳藤、牛大力、千斤拔、红参、肉苁蓉等多味名贵中药科学配伍，历经数年的研究和临床病例追踪观察，并结合现代医学的先进科技，发明研究出来治疗脑萎缩痴呆帕金森的中成药。

该药已荣获国家发明专利，专利号：ZL200510004868X。发明专利摘要：“本发明药物益智康脑丸具有补肾益脾，健脑生髓功能，治疗脑萎缩、老年痴呆等脑病，见效快，效果好！”获得国家药监局审批(国药准字Z20025059)。

益智康脑丸为纯中药制剂，上市以来，已成为治疗脑萎缩、老年痴呆、帕金森的理想药物。用后整个人焕然一新，生活质量明显提高！

咨询热线：4006121301，地址：华东大药房

## 肌肤瘙痒

### 体癣 牛皮癣

肌肤瘙痒、体癣、牛皮癣给人带来不尽的烦恼，治疗皮肤病，拥有一身健康的肌肤，享受美好人生，这是每一位皮肤病患者梦寐以求的事。

陕西科学院研制生产的疗癣卡西甫散组合具有清除碱性异常黏液质、燥湿、止痒之功能，用于治疗肌肤瘙痒、体癣、牛皮癣。

疗癣专线：400-800-8426 货到付款