

しょうにすいな 小児推拿で赤ちゃんを元気に!!



お子さんが病気になった時、あなたならどうしますか？

病院に行って診てもらい、薬を処方してもらおう。または、ドラッグストアなどで市販の薬を買う。あるいは、自然療法と呼ばれる民間療法で、葛湯やハチミツ大根などを作って飲ませる。などなど、様々な対処法があると思います。

もちろん、病院で医師に診てもらうのは大切なことですが、家庭で手軽にできるのが「**小児推拿**」。ここ数年で広まってきたベビーマッサージとの違いは、ツボ(経穴)や経絡に働きかけて身体の不調を整えたり、病気を予防したりでき、脳の発達も促進するところです。

2015年のTV番組；探偵ナイトスクープで5歳の男の子が自転車で大阪・阿倍野から南伊勢まで162kmの道のりを2日間で走破したのですが、その男の子は当法人の理事長の息子さんです！彼は生まれて間もない頃から小児推拿を受けて育っているので、その影響は大きいと思います。

だいたい、12歳くらいまでは経穴・経絡が未完成で、子ども特有のツボがあると言われています。そのツボを刺激することで例えば、初期の風邪症状・下痢・便秘・虚弱体質などを改善できるのです。

新生児を含む小児の下痢でいうと、小児は成人と違って消化機能が未発達のために起こっています。そのため、分解吸収がうまくできないので下痢になる。これを推拿の手技で、胃・脾臓・肝臓・大腸のツボに働きかけることで、分解・吸収を促進させます。

小児推拿は決して無理な力を加えたり、骨を触ったりはしないので、安全で安心の手法です。ぜひ、病気の時だけでなく、普段から小児推拿を取り入れてみませんか？

大いに期待できる小児推拿が適応する症状と疾患

呼吸器 …感冒(かぜ)、咳嗽、慢性気管支炎

消化器 …下痢、便秘

泌尿器 …おねしょ、おもらし、排尿困難

耳鼻咽喉 …鼻血、上皮真珠、口腔カンジダ症

眼 …斜視

精神神経 …ひきつけ、夜泣き

運動器 …筋性斜頸、橈骨頭亜脱臼、注射による殿筋攣縮症、分娩による腕神経叢麻痺

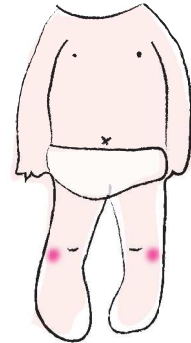
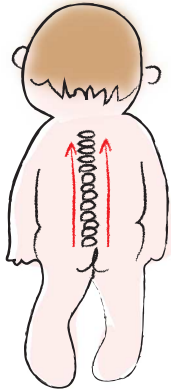
その他 …鉄欠乏性貧血、夏バテ、ミルクを飲まない(新生児)、発熱



◆ 体質向上には

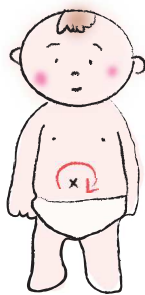
回数は目安ですので、症状のひどい場合は多めにしてくださいね。

- ① 背骨の両脇に親指を当て、おしりから首まで人差し指と中指で、フワフワの筋肉をたぐりよせるようにつまみあげる。3~6回くり返す。
- ② 親指を使って、それぞれの指の腹を円を描くように揉む。(100~300回)
- ③ 膝下外側のくぼみから、子どもの指で4本分、下に下がり、そこから親指1本分外側にある『足三里』^{あしさんり}というツボを親指で円を描くように揉む。(100~300回)



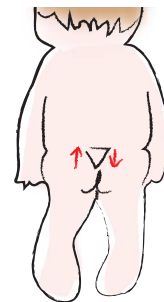
◆ 下痢 or 便秘には (体質向上にプラスして)

- ① 手のひら全体を使って、おなかをゆっくり円を描くようにさする。(約5分間)
- ② 人差し指と中指を使って、仙骨をすばやく軽やかに一方向に(往復せずに)こする。(100~300回)
ワセリンやベビーオイルなどを使うと、皮膚を保護したり効果が上がります。



時計回りに

便秘の時は下方向へ
下痢の時は上方向へ



◆ 発熱には (体質向上にプラスして)

- ① こめかみに親指をぴったり付けて円を描くように揉む。(100~300回)
- ② 眉間から毛の生え際に向かって指で素早くさする。
- ③ 人差し指と中指を使って
○手首の中心から肘まで
○肘から小指側の手首まで
それぞれすばやく一方向にこする。(100~300回)

目尻と眉尻の間の高さのくぼみ



もっと詳しく知りたい方は下記ホームページよりお問い合わせください。

NPO法人 **TCM小児推拿協会** URL tcm-tuina.or.jp/

