

# 如何治療兒童行為發展障礙

余嘉玲註冊中醫師

仁濟醫院暨香港浸會大學中醫診所及臨床教研中心(下葵涌)

香港中醫藥管理委員會註冊中醫師

現時常見的兒童發展障礙包括自閉症譜系障礙、專注力不足/過度活躍症、整體性發展遲緩、特殊學習障礙如讀寫障礙、語言發展障礙、動作協調障礙、大腦麻痺等。兒童發展障礙在中醫的角度可以依據證型與症狀施用中藥、針刺和推拿。

針刺療法是把毫針按一定穴位刺入患者體內，運用捻轉與提插等針刺手法來治療疾病。臨床上中醫師通過望聞問切四診的診斷方法找出疾病病因、病機，辨別疾病的性質，確定病變的經脈和臟腑，然後進行相應的配穴處方展開治療。以通經脈調氣血，使陰陽歸於相對平衡，使臟腑功能趨於調和，從而達到防治疾病的目標。針刺療法操作方法簡單便易，治療疾病的效果也比較迅速顯著，基本上極少出現副作用，十分安全可靠，可協同其他療法進行綜合治療。一般每 20 次為一次療程，每星期兩次，病情重的患兒每星期可治療三次。兩次療程間應休息三至五天。以下介紹幾個兒童發展障礙的基礎針刺穴位。

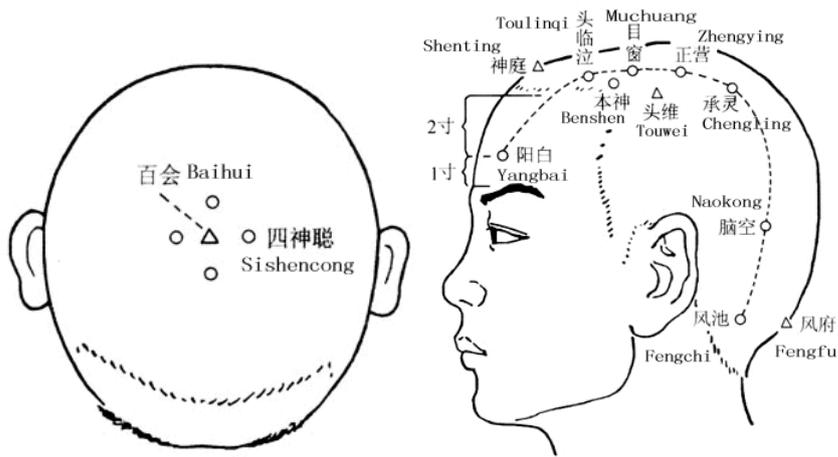
百會

四神聰

神庭

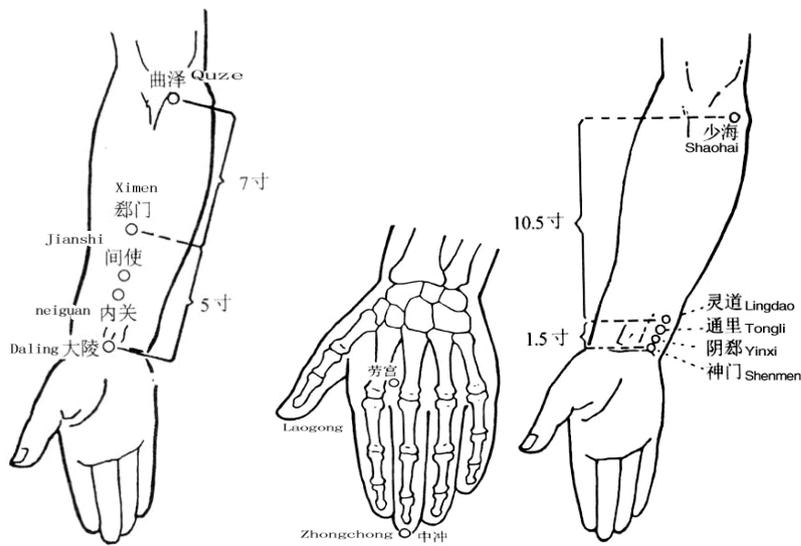
本神

率谷



此外，也會以手智針、足智針、開閉針、舌三針、定神針、舌針交替配合治療。

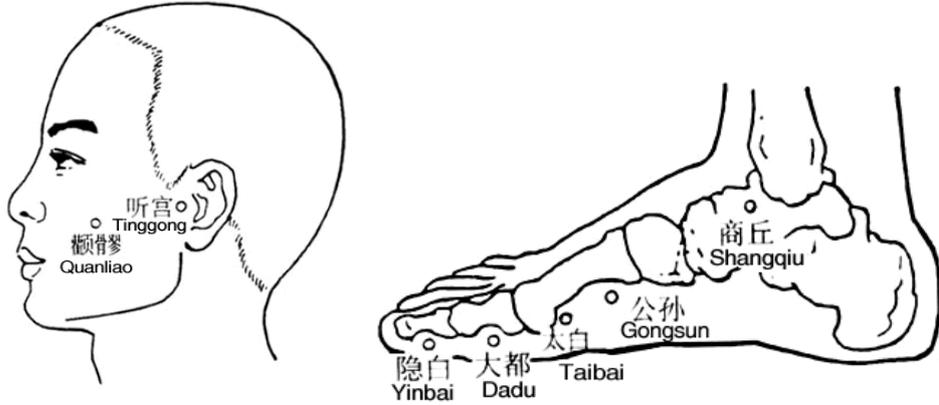
手智針：內關、神門、勞宮穴。



足智針：湧泉穴、泉中穴、泉中內穴。



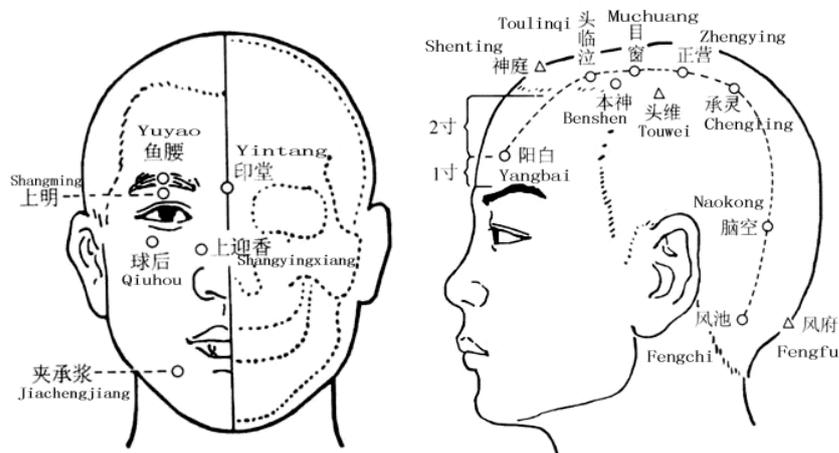
開閉針：聽宮、人中、隱白穴。



舌三針：上廉泉穴、廉泉左、廉泉右穴。



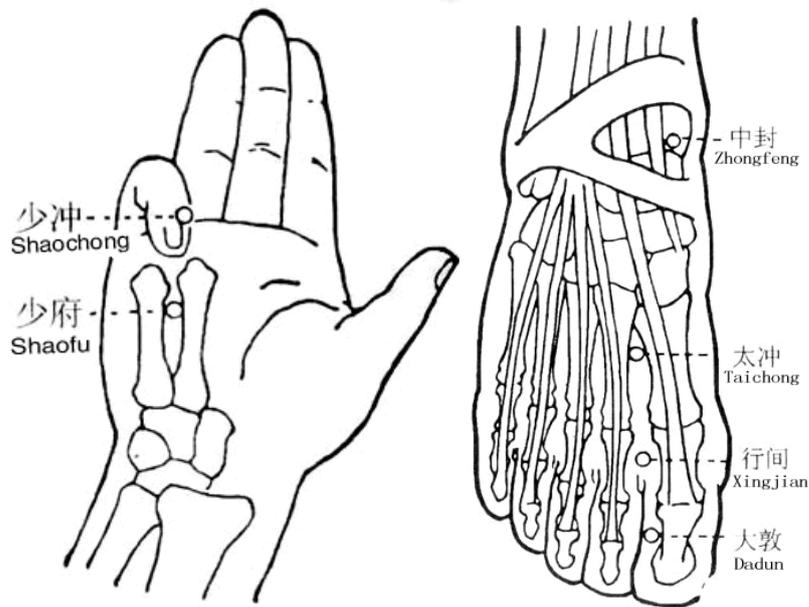
定神針（印堂、陽白各上）



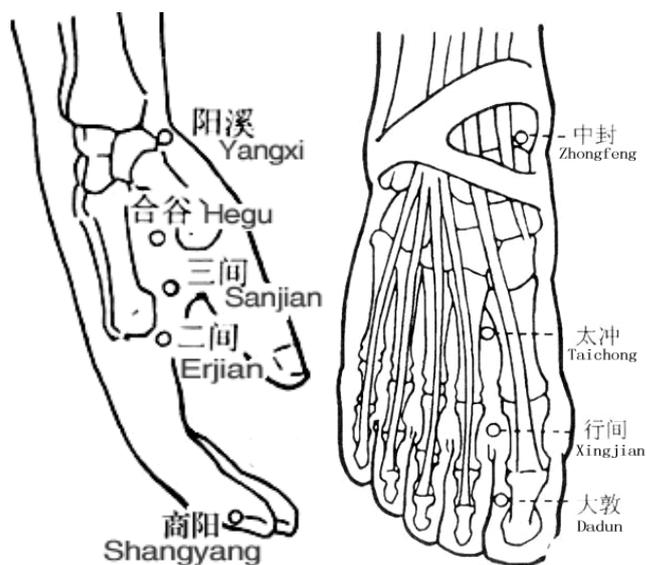
舌針：舌頭的穴位分布於舌背與舌下，從舌尖到舌根是一個倒置的人形，舌底的舌蒂部位與腦部穴位相對應，包括附蒂穴、腦源穴、腦樞穴、腦中穴等。

除了前述的基礎治療方案，就不同證型也有更針對性的針刺穴位：

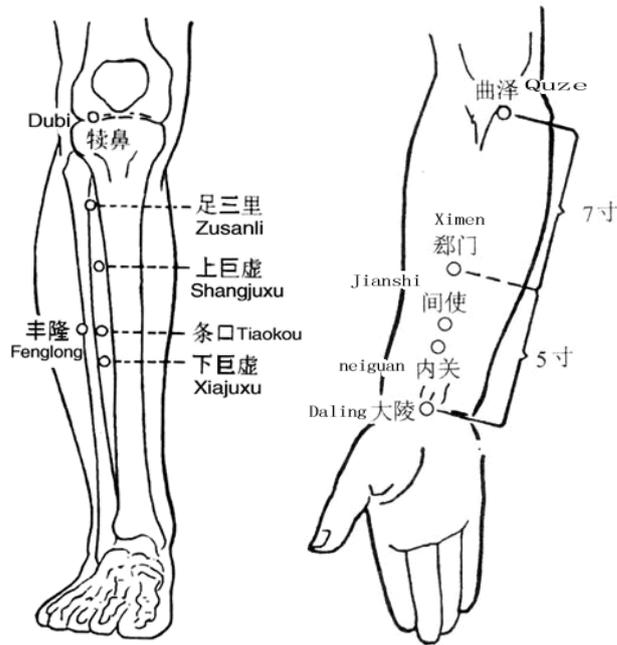
心肝火旺證：耳尖、神門、內關、少府、行間。



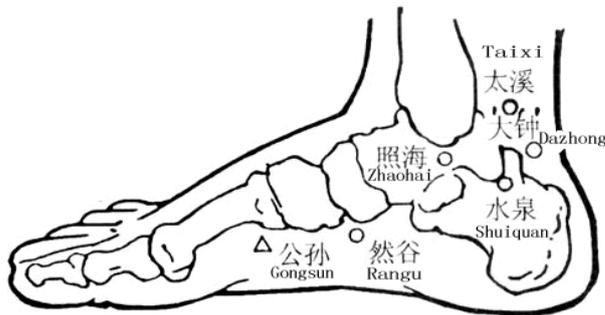
肝鬱氣滯加合谷、太冲



痰迷神竅證：啞門、十宣、豐隆、大陵。



腎髓不足證：復溜、三陰交、太溪。



心膽氣虛證：陽陵泉、膽俞。

陰虛陽亢證：太陽、湧泉。

### 重點改善症狀的穴位

改善腦功能受損區域：在相應的頭皮區域取穴，例如額、頂、枕、顳區。

提升語言和溝通能力：上廉泉，夾上廉泉，留針頭針語言區。

改善睡眠：神門。

平靜患者情緒及活動：大敦。

多動明顯者：可加申脈、照海穴。



## 針刺異常情況的處理

針刺治療，除了年紀較小的孩子心生畏懼會啼哭抗拒外，最忐忑的還是為人父母者。針刺患兒後較常見的異常狀況包括出血、血腫、針後疼痛、情緒不穩等，這些多能即時處理。

血腫是指針刺部位出現皮下出血而引起的腫痛，若微量的皮下出血而致局部小塊青紫時，通常不必處理會自行消退，若局部腫脹疼痛較強烈，皮膚青紫面積大且影響活動時，可於止血後局部輕輕揉按以促使瘀血消散吸收。針刺後的疼痛不適是令患兒情緒不穩的主因，對此可即時調整針的深度和角度來減輕疼痛，同時可以其他視覺、聽覺或觸覺刺激分散患兒注意力，像是放一點音樂或讓患兒觀看、把玩平日喜歡的玩具。患兒若較難配合、不斷抗拒時針刺一般不留針，而以點刺方式治療。有出血性疾病或常有自發性出血損傷後不易止血的患兒不宜針刺，皮膚有感染、潰瘍、癍痕問題的部位也不予針刺。

## 自行推拿前必須先辨證

使用推拿手法也可幫助兒童發展障礙，可以促進小孩的神經系統發育，亦可改善消化和吸收，改善睡眠質素。推拿是指醫者通過手法作用於人體體表的特定部位，以調節人體的生理、病理狀況來達到治療效果。推拿手法能透過局部通經絡、行氣血、濡養筋骨來影響內臟及其他部位。臨床上醫者以四診為依據，觀察疾病的病因病機、分析疾病的性質、確定病變的經脈和臟腑，再運用各種手法技巧調整人體內在的失衡狀態，糾正解剖位置的異常達到治療目的。

推拿是中醫富有特色的治療手法，操作簡便患者較易接受，加上副作用極少所以容易推廣。臨床上推拿治療以嬰兒潤膚油或橄欖油作為治療介質，每次治療約 20 至 30 分鐘，除了複式手法較為複雜需要醫師執行以外，一般的手法都適合在患兒熟悉的地方進行，比如父母在家中進行，由於家裏讓孩子感覺熟悉安全，只要操作正確，效果往往更加理想。唯一要注意的是推拿和針藥一樣需先辨證選擇患兒適合的手法，並且隨證型、症狀調整推拿方式，否則可能弄巧反拙。

基本手法：推坎宮、開天門、按揉百會、補脾經、揉內關、揉神門、摩腹、揉心俞、揉腎俞、揉命門、捏脊、擦督脈、按揉足三里。

**在前述的基本手法之外，不同證型也有更針對性的推拿穴位：**

心肝火旺：推拿手法有清肝經、清心經、便秘加推下七節骨。

痰迷神竅：推拿手法有推三關、揉板門、分推腹陰陽。

腎髓不足：推拿手法有補腎經、按揉三陰交、推擦湧泉、擦八膠。

心膽氣虛：推拿手法有補心經、按揉三陰交，推擦湧泉。

陰虛陽亢：推拿手法有清天河水、揉小天心、推六腑。

兒童發展障礙的康復之路漫漫，每個小孩子都存在個體差異，表現也呈現多樣性，每位患兒需要的治療強度、密度和時間各異，加上過程會隨患兒症狀變化而隨證調整治療方式，因此沒有一個既定的完整療程。

在接受治療後，有沒有甚麼具體方法可判定為產生療效？目前，客觀的方法主要是通過問卷，由第三方透過了解小孩子的日常行為、社交生活、言語能力等範疇，評估及觀察嚴重或改善程度。治療後在患兒身上出現的轉變包括情緒較為穩定、精神較為集中、目光較為專注、腸胃功能改善、學習能力提高，社交、語言、行為障礙等問題隨治療的介入也有不同程度的進步，這些都是透過孩子的家長、老

師所告知。

臨床觀察尋求中醫治療的以六歲以下患兒居多，患兒受成長發育期間體內的自然變化及環境、生活習慣等外在因素影響，證型和症狀較為複雜多變，因此建議家長愈早讓孩子接受中醫治療效果愈佳。嬰幼兒期的大腦處於生長發育的重要階段，這時無論運用哪種手法從外界施以刺激性治療和功能訓練，可使患兒在康復治療的過程中不斷調整異常的部分，學習並建立正常的行為模式和能力，讓他們在成長路上走得更穩健快樂。

平日照顧上要避免患兒受到強烈精神刺激，中醫認為驚恐傷腎，小兒發育未全、神氣未充而精神怯弱易受驚嚇，若遇刺激容易神志失常。患兒對外間變化反應較大，遇上自己預期之外的人或事，常因未能及時適應、欠缺安全感而哭鬧不休，加上患兒多為先天秉賦不足所致，腎氣不足讓他們更易受驚。因此在日常生活中多了解觀察患兒的喜好及生活習慣，用心體會孩子的需要及生活模式，就能減少患兒未能適應外間環境變化而鬧情緒的機會。

家長可引領患兒走向戶外，曬曬太陽、呼吸新鮮空氣。所謂動則生陽，到戶外活動可舒暢身心，並順肝氣之條達升發陽氣，以補肝氣之不足，疏泄氣機，使氣機通暢，有助小兒生長發育。藉着戶外活動還可增加孩子與外間交流的機會，改善人際互動能力、建立自己的生活圈。飲食方面，肝氣條達能避免脾胃功能失調，肝氣不暢能克脾胃使脾胃消化失常，因此若進行飲食調養前，先調其肝氣可收事半功倍之效。

作為兒童發展障礙小孩子的家長肩頭擔子不輕，在治療路上絕對需要耐心及智慧，在一路給孩子愛與依靠的同時，也要適時尋求途徑釋放壓力比如向家人、朋友、治療師、社工傾訴感受，或是參加支援團體舉辦的活動，透過分享照顧患兒

的苦與樂彼此支持鼓勵。

小孩子在每一段生長和發展階段會表現一些共同特點。當家人或老師可以在兒童時期發現小孩出現行為/發展障礙的徵狀，儘早尋求協助和接受合適的教育、訓練和治療。中醫的治療目標是幫助患兒改善症狀，並使他們可以處於較平穩的狀態，有條件學習知識、培養技能，發掘專長，為日後自立、不需太過倚賴父母家人做準備。

以上資料只供參考，如有疑問，請諮詢註冊中醫師為宜。若有關於仁濟醫院中醫服務查詢，請致電 2370 2216 查詢或瀏覽仁濟醫院網頁：[www.yanchai.org.hk](http://www.yanchai.org.hk) 內中醫服務內容。