

Ngô Hiến Văn
Trần Lệ Xuân (Biên dịch)

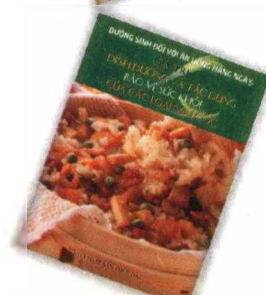
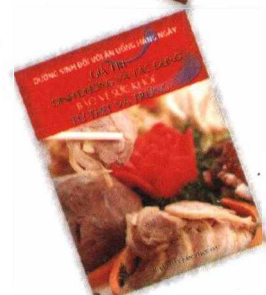
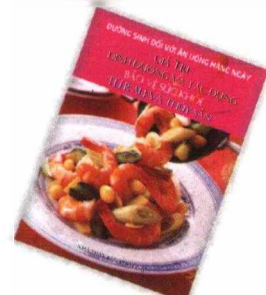
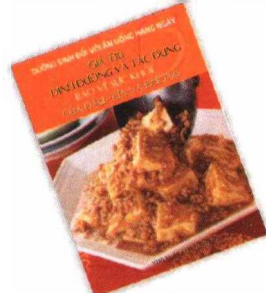
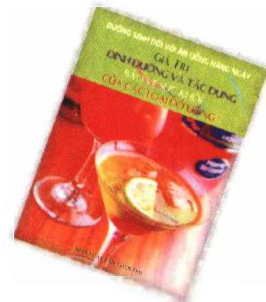
HƯỚNG DẪN CÁCH PHÁT HIỆN BỆNH QUA BIỂU HIỆN CỦA BÀN TAY



Cách phát hiện bệnh
CHO TRẺ EM



NHÀ XUẤT BẢN THỜI ĐẠI



HƯỚNG DẪN
CÁCH PHÁT HIỆN BỆNH
QUA BIỂU HIỆN
CỦA BÀN TAY

Cách phát hiện bệnh
CHO TRẺ EM

**Biên mục trên xuất bản phẩm của Thư viện
Quốc gia Việt Nam**

Hướng dẫn cách phát hiện bệnh qua biểu hiện
của bàn tay : Cách phát hiện bệnh cho trẻ em / Trần
Lệ Xuân biên dịch. - H. : Thời đại, 2011. - 236tr. :
ảnh ; 21cm

1. Bệnh 2. Chẩn đoán 3. Điều trị 4. Bàn
tay 5. Trẻ em
618.92 - dc14

TĐB0012p-CIP

Trần Lệ Xuân (Biên dịch)

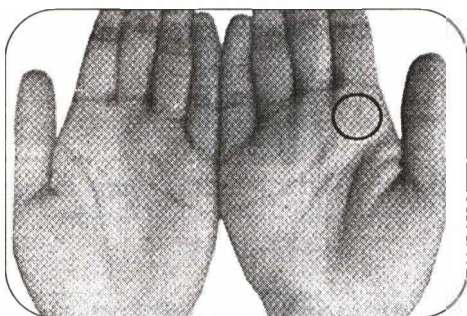
HƯỚNG DẪN CÁCH PHÁT HIỆN BỆNH QUA BIỂU HIỆN CỦA BÀN TAY



Cách phát hiện bệnh
CHO TRẺ EM

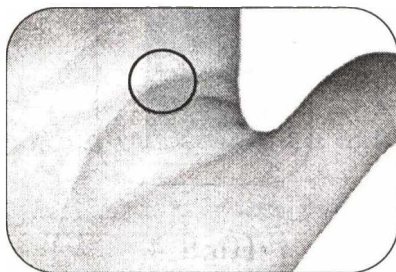
NHÀ XUẤT BẢN
THỜI ĐẠI

KHÁM CHỮA BỆNH CHO TRẺ QUA VÂN BÀN TAY



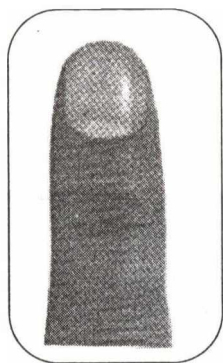
Hình 1

Dưới chân ngón trỏ bàn tay phải có vân hình chữ “Diễn” hoặc hình chữ “Thập”, là tín hiệu bệnh kết sỏi mật.



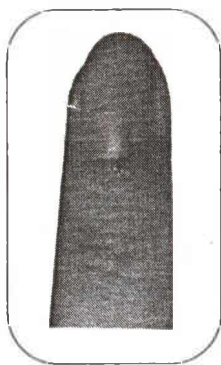
Hình 2

Vân vùng phổi bàn tay rối loạn, biểu hiện bệnh biến phần phổi.



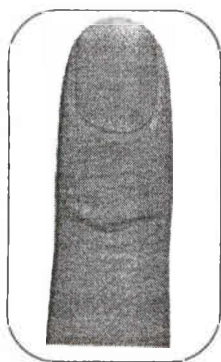
Hình 3

Màu sắc mặt móng ngón trắng, tín hiệu thiếu máu...



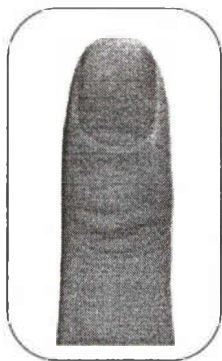
Hình 4

Móng ngón màu đỏ, tín hiệu chức năng đông cầm máu bị trở ngại.



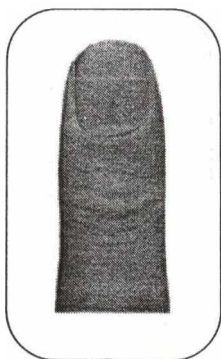
Hình 5

Móng ngón màu vàng, tín hiệu bệnh về mật, gan.



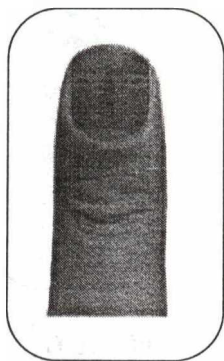
Hình 6

Màu mặt móng xanh, tín hiệu hàn lạnh ứ đọng.



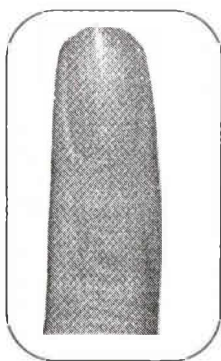
Hình 7

Móng ngón màu đen, tín hiệu bệnh tình nghiêm trọng.



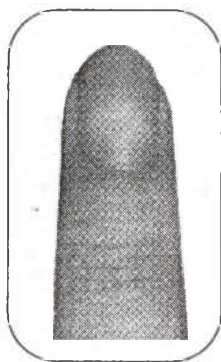
Hình 8

Móng ngón màu xanh da trời, tín hiệu ứ máu.



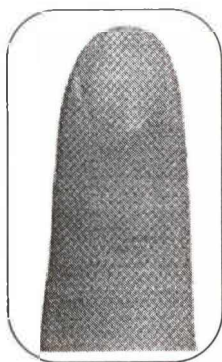
Hình 9

Màu mặt móng tro hạt dễ là tín hiệu do thuốc tiêm uống gây nên.



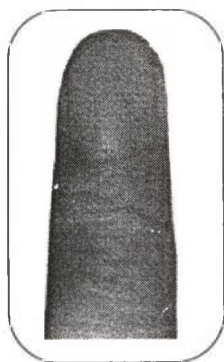
Hình 10

Móng ngón màu trắng đỏ đan xen, tín hiệu xơ vữa gan.



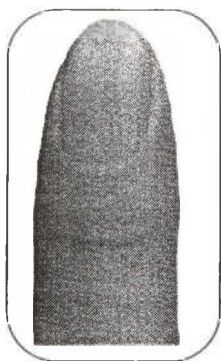
Hình 11

Móng ngón co teo, tín hiệu dinh dưỡng không đầy đủ.



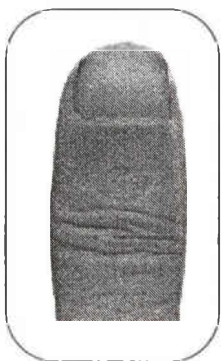
Hình 12

Móng ngón bè to, tín hiệu hông đùi bệnh đau mỗi.



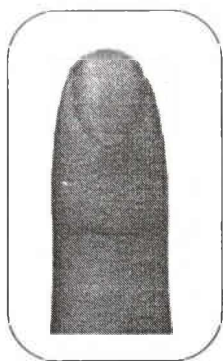
Hình 13

Móng ngón dài ra là tín hiệu cơ quan hô hấp dễ bị mắc bệnh.



Hình 14

Móng ngón ngắn lại, tín hiệu bệnh tim mạch vành, bệnh tiểu đường.



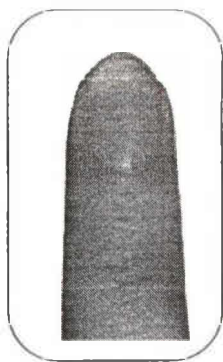
Hình 15

Móng ngón hình tam giác, tín hiệu đau đầu.



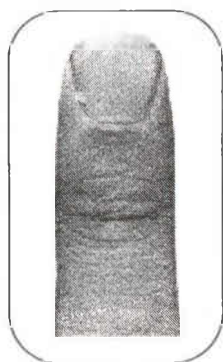
Hình 16

Móng ngón hẹp lại, tín hiệu thể chất kém.



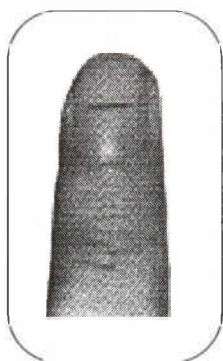
Hình 17

Móng ngón hình quả trám, tín hiệu bệnh tim, xơ vữa động mạch.



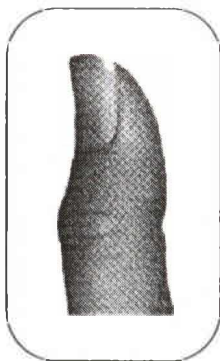
Hình 18

Móng ngón hình quạt, tín hiệu dễ mắc chứng trúng gió, viêm phổi.



Hình 19

Móng ngón lõm ngang, triệu chứng cơ thể bị giun sán.



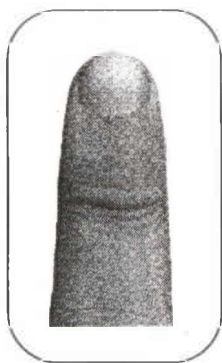
Hình 20

Móng ngón vênh lên tín hiệu cơ thể thiếu canxi, thiếu máu..



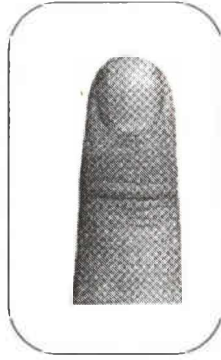
Hình 21

Móng ngón trở mà giữa gồ cao lên, tín hiệu phổi bị viêm.



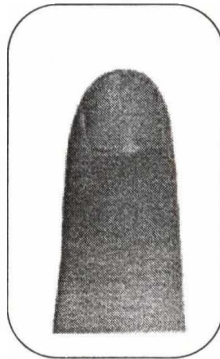
Hình 22

Móng ngón nửa tròn, tín hiệu dễ bị mắc bệnh thận.



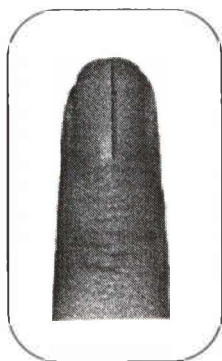
Hình 23

Móng ngón hình ống, tín hiệu dễ mắc bệnh hiểm nghèo.



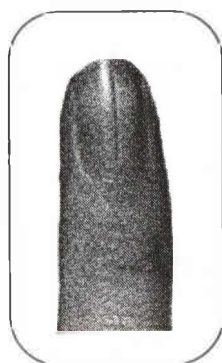
Hình 24

Móng ngón phẳng, triệu chứng dễ mắc bệnh viêm họng.



Hình 25

Móng ngón có sọc dọc, tín hiệu kén ăn.



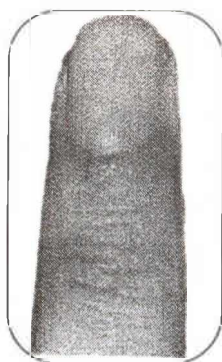
Hình 26

Móng ngón rãnh lõm dọc, căn cứ vị trí rãnh lõm là tín hiệu khác nhau về bệnh tật.



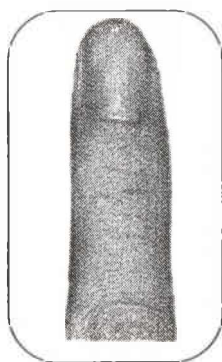
Hình 27

Mặt móng có đốm trắng, tín hiệu tổn thương mang tính tạm thời.



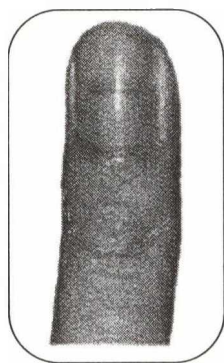
Hình 28

Móng ngón đổi sang màu vàng, tín hiệu lây nhiễm khuẩn.



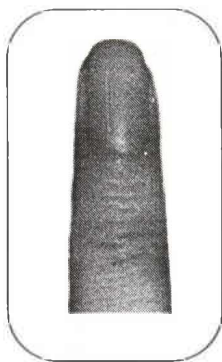
Hình 29

Vành trắng chân ngón màu đỏ, tín hiệu bệnh tim.



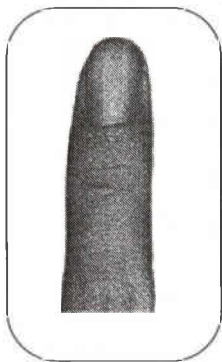
Hình 30

Mặt móng xuất hiện rãnh ngang, tín hiệu mắc bệnh trao đổi chất.



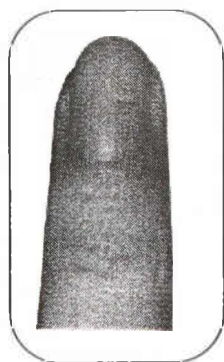
Hình 31

Mặt móng xuất hiện rãnh đứng dọc biểu hiện bệnh nấm ngoài da.



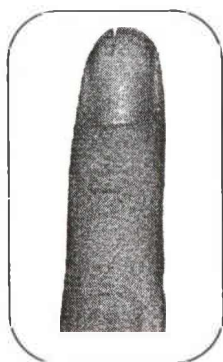
Hình 32

Mặt móng có cạnh lồi dọc, tín hiệu dinh dưỡng không tốt.



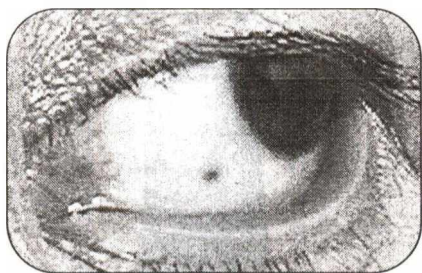
Hình 33

Mặt móng lõm hốc ổ, tín hiệu nổi mẩn.



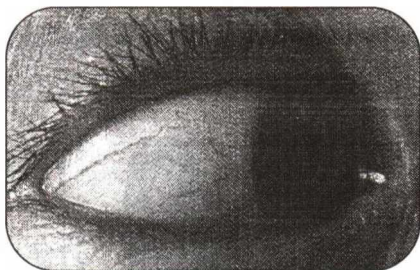
Hình 34

Mặt móng xuất hiện vết nứt, tín hiệu móng lớn bất thường.



Hình 35

Tròng trắng mắt có đốm đen, tín hiệu trong cơ thể có ký sinh trùng.



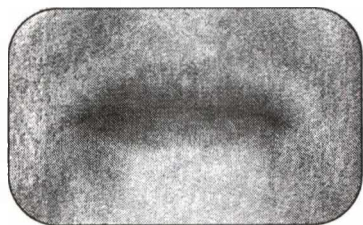
Hình 36

Hai tròng trắng mắt màu lam xanh, tín hiệu thiếu máu.



Hình 37

Cánh mũi con gái dậy thì đỏ, tín hiệu bắt đầu hành kinh.



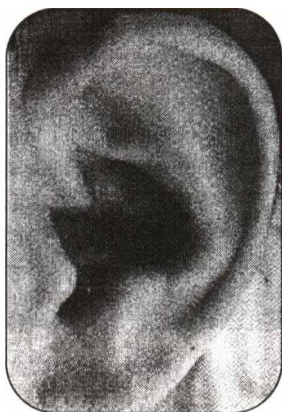
Hình 38

Môi trẻ màu tím, tín hiệu mắc bệnh tim.



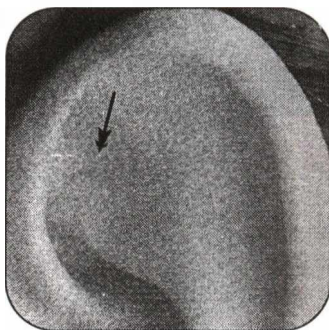
Hình 39

Dái tai trẻ màu đỏ, tín hiệu viêm amidan cấp tính đang phát tác.



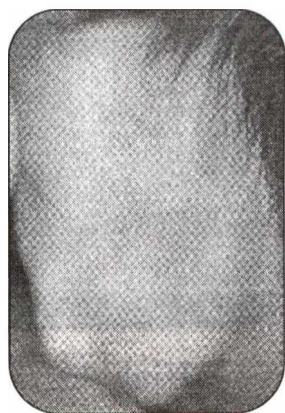
Hình 40

Dái tai có hố lõm nhỏ, biểu hiện huyết áp thấp, ra mồ hôi trộm.



Hình 41

Vùng tam giác tai có mạch máu nhỏ nổi lên, tín hiệu bệnh sa đì (thoát vị bụng, sa ruột).



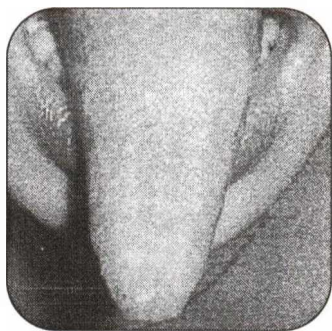
Hình 42

Các nhánh mạch máu nhỏ li ti sau vành tai ít biểu hiện sức khỏe tốt.



Hình 43

Tĩnh mạch sau tai lộ nổi rõ, biểu hiện thể chất kém sút.



Hình 44



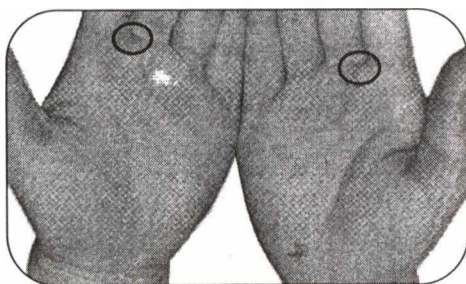
Hình 45

Lưỡi đỏ không có tưa, tín hiệu sốt cao.



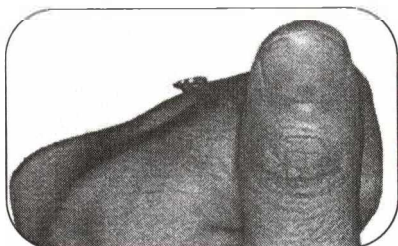
Hình 46

Trên đường tình cảm có vân hình vuông ôm lầy, tín hiệu mắc chứng bệnh phổi.



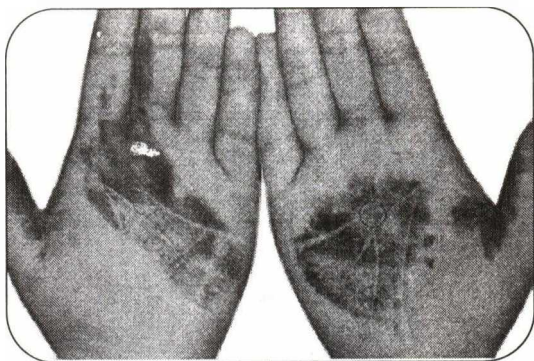
Hình 47

Phần chân ngón trỏ và ngón giữa hai bàn tay có ký hiệu khác thường, tín hiệu viêm họng.



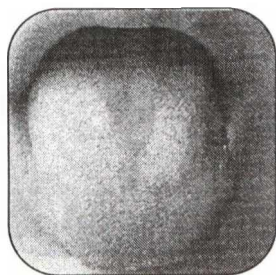
Hình 48

Mặt móng có đốm màu đỏ, tín hiệu viêm họng cấp tính phát tác.



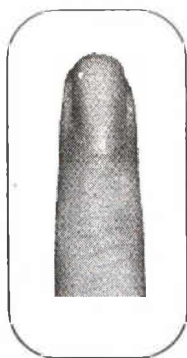
Hình 49

Huyết phương đình có vân hình chữ “Thập”, tín hiệu bệnh tim bẩm sinh.



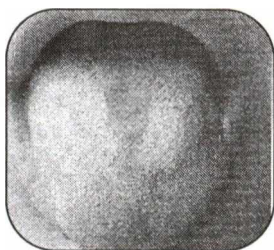
Hình 51

Lưới hình nhằng nhịt bản đồ.



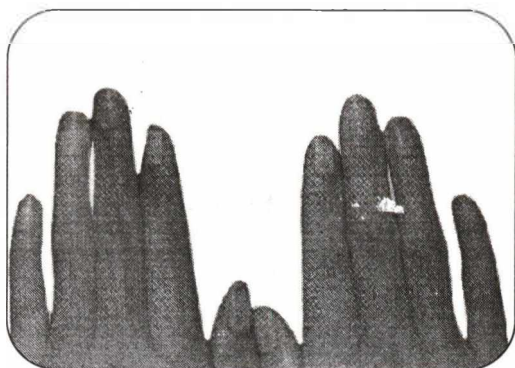
Hình 50

Móng ngón màu lam tím, tín hiệu bệnh tim.



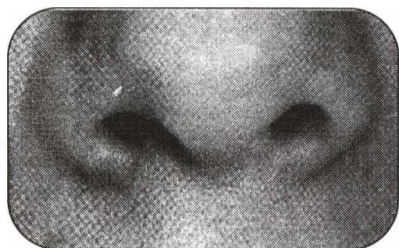
Hình 51

Lưỡi chi chít hình bản đồ



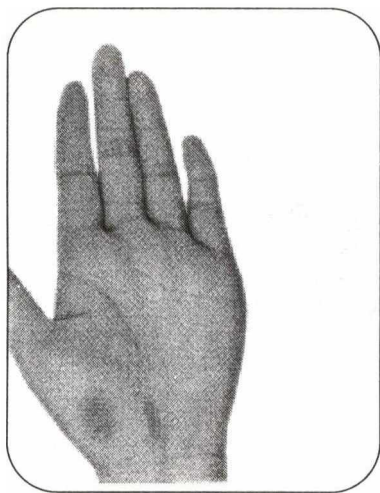
Hình 52

Đường tình cảm dưới ngón đeo nhẫn bị đứt đoạn, biểu hiện có lịch sử bệnh nặng khi nhỏ. Khoảng cách hai đường sinh mệnh và đường trí tuệ xa.



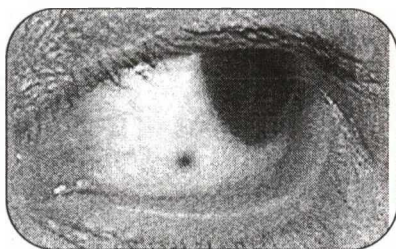
Hình 53

Mũi đỏ biểu hiện của bệnh viêm phế quản



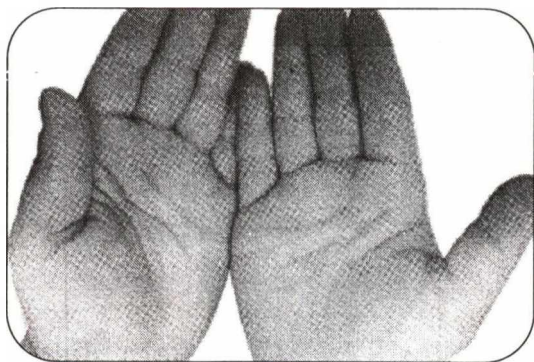
Hình 54

Vùng kim tinh ở bàn tay xuất hiện màu đen là biểu hiện của bệnh ỉa chảy



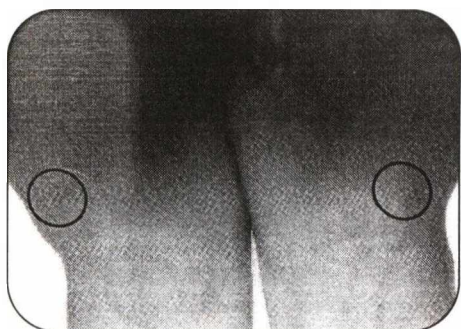
Hình 55

Tròng mắt trắng có màu xanh lam biểu hiện trong cơ thể có giun sán.



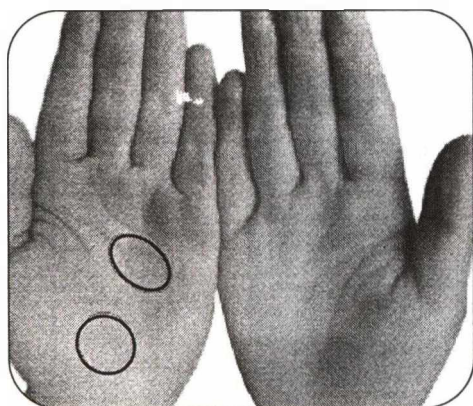
Hình 56

Đường tình cảm dưới ngón đeo nhẫn bị đứt đoạn, biểu hiện có lịch sử bệnh nặng khi nhỏ. Giám cách hai đường sinh mệnh và đường trí tuệ xa.



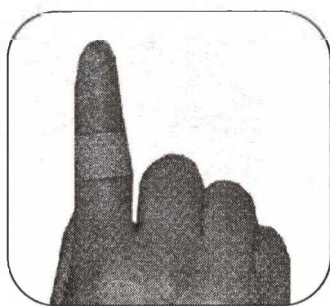
Hình 57

Vùng đại ngư tể hai bàn tay xuất hiện rõ tĩnh mạch, tín hiệu thời gian gần đây bị chứng táo bón.



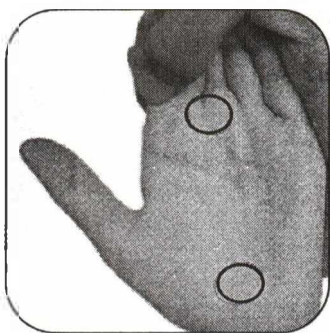
Hình 58

Đoạn cuối đường sinh mệnh bàn tay trái có đường mỹ thuật, tín hiệu trẻ này yêu thích nghệ thuật. Đoạn cuối đường trí tuệ bàn tay trái có hình vân đảo, nói rõ là đầu bị hói tóc, trẻ này bị chứng đốm trọc.



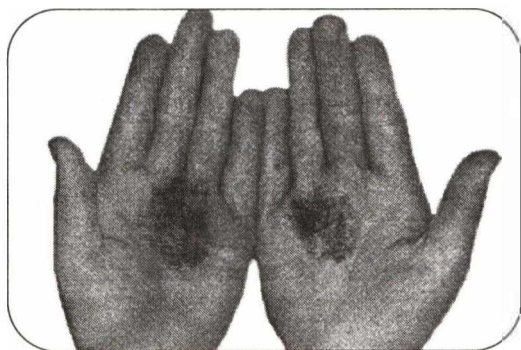
Hình 59

Móng ngón tay trở bàn tay phải nổi hình vỏ sò, mặt móng có một đường sọc dọc màu tro đen, chứng tỏ trẻ này ngày trước mắc chứng ho gà, chức năng đường hô hấp suy kém từ lâu.



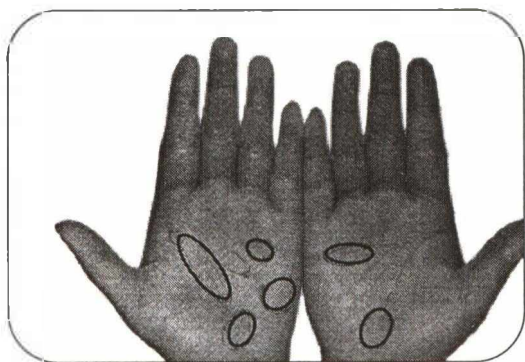
Hình 60

Mép ngoài đoạn dưới đường sinh mạng có ký hiệu vân tam giác, chứng tỏ trẻ mắc chứng thoát vị. Đường tình cảm rối rắm, chạy thẳng đến kẽ ngón trở và ngón giữa, chứng tỏ trẻ này có chức năng hô hấp kém sút, tiêu hóa không tốt.



Hình 61

Trên đường tình cảm hai bàn tay có vân hình vuông hiện rõ, biểu hiện khuynh hướng gia tộc mắc chứng đường thực quản.



Hình 62

Đường bản năng bàn tay trái nổi rõ hình sợi xích, biểu hiện thể chất kém, dễ cảm mạo. Đoạn

cuối đường bản năng hai bàn tay có đường vân tảo
bốn. Trên đường tình cảm dưới ngón tay đeo nhẫn
có vân đảo nhỏ, đoạn giữa đường trí tuệ bàn tay
trái có vân đảo nhỏ, tín hiệu bị bệnh cận thị. Bàn
tay trái có vân xi nê, biểu hiện lịch sử ngày nhỏ bị
sốt.

CHƯƠNG I

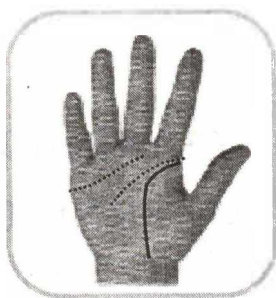
CƠ SỞ CHẨN BỆNH QUA VÂN TAY VÀ MÓNG TAY TRẺ EM

I. TÊN GỌI, VỊ TRÍ VÀ Ý NGHĨA CỦA ĐƯỜNG VÂN BÀN TAY TRẺ EM

1. Đường bản năng (Hình 1 – 1 – 1, hình vân
bàn tay 1 – 1 – 1



Hình vân bàn tay 1 – 1 – 1



Hình 1 – 1 – 1

Hay còn gọi là đường sinh mệnh, nó bắt đầu từ giữa huyết miệng hổ, chạy tự nhiên xuống cổ tay, tạo nên đường vân gấp tà bao lấy ngón tay cái. Nếu là đường bản năng tiêu chuẩn thì chứng tỏ người này thể chất mạnh khỏe, sức sống tốt, tuổi thọ cao. Nếu như đường bản năng có vân chạc, đường trở ngại là điềm báo bệnh tật nặng.

2. Đường não (Hình 1 – 1 – 2, hình vân bàn tay 1 – 1 – 1)

Còn gọi là đường trí tuệ, từ huyết miệng hổ chạy đến giữa lòng bàn tay, đến nơi đường chạy từ ngón tay đeo nhẫn thẳng xuống. Nếu ai có đường trí tuệ chuẩn thì thể hiện thông minh, tinh lực dồi dào, hoạt bát mạnh khỏe.

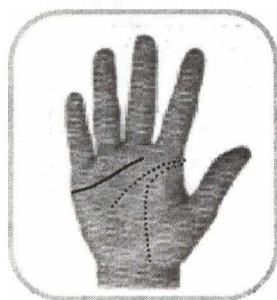
Nếu trên đường trí tuệ có vân hình đảo, hoặc đường quá dài hoặc quá ngắn là tín hiệu bệnh tật về mạch máu tim, trí lực, hệ thống thần kinh hoặc đầu có vấn đề.



Hình 1 – 1 – 2

3. Đường tà gấp 4 ngón tay (Hình 1 – 1 – 3, hình vân bàn tay 1 – 1 – 1)

Hay còn gọi là đường tình cảm, bắt đầu từ mép nắm đấm chạy tới chân ngón tay giữa. Nó đại biểu cho chức năng hệ thống các cơ quan tim, thần kinh thị giác, đường hô hấp, thực quản.



Hình 1 – 1 – 3

4. Đường ngọc trụ (Hình 1 – 1 – 4, hình vân bàn tay 1 – 1 – 2)



Hình 1 – 1 – 4



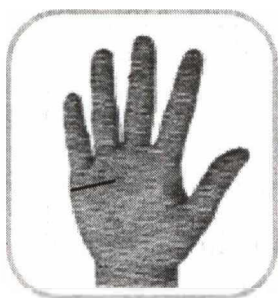
Vân tay hình 1 – 1 – 2

Hay còn gọi là đường vận mệnh, chạy từ giữa cổ tay lên đến vân tay dưới ngón tay giữa. Người có đường vân này không phải ai ai cũng có. Đường ngọc trụ biểu hiện rõ thể chất, hệ thống mạch máu và tình trạng mạnh yếu tinh lực của người.

5. Đường gan (Hình 1 – 1 – 5, hình vân bàn tay 1 – 1 – 3)



Vân tay hình 1 – 1 – 3



Hình 1 – 1 – 5

Là đường giao hợp kéo dài vượt quá đường chuỗi xuống giữa của ngón tay đeo nhẫn, hay còn gọi là đường rượu. Người nào có đường này thường

là nghiện rượu quá mức hoặc là trúng độc dẫn đến chức năng gan trở ngại. Trẻ em thường không có đường này, trừ khi gan bị tổn thương thì mới xuất hiện.

6. Đường mẩn cảm (Hình 1 – 1 – 6, hình vân bàn tay 1 – 1 – 3)

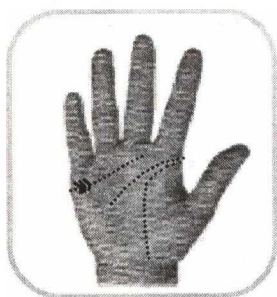


Hình 1 – 1 – 6

Còn gọi là đường khuyên Kim tinh, nó liên kết thành hình cung giữa khe ngón trỏ và ngón giữa cùng với khe ngón đeo nhẫn với ngón út. Người có đường vân này thể hiện thể chất mẫn nhạy, dễ dị ứng với thuốc, dị ứng da, khí quản. Trẻ em còm yếu, bị ảnh hưởng di truyền thường có đường vân này.

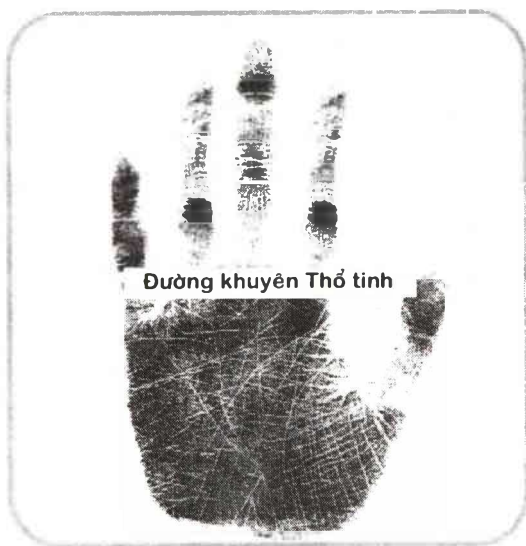
7. Đường sinh dục (Hình 1 – 1 – 7, hình vân bàn tay 1 – 1 – 3)

Là đường vân dạng hình râu khởi đầu đường tình cảm. Nó đại biểu cho sự mạnh yếu của chức năng sinh lý.



Hình 1 – 1 – 7

8. Đường vân hình khuyên Thổ tinh (Hình 1 – 1 – 8, hình vân bàn tay 1 – 1 – 4)



Vân tay hình 1 – 1 – 4



Hình 1 – 1 – 8

Là đường cánh cung ngay vị trí cung Ly bàn tay ôm lấy phần chân ngón tay giữa. Người có đường vân này chứng tỏ mắt bị tật, khí gan không mấy dễ chịu. Nếu như đường khuyên Thổ tinh này dịch chuyển đến ngón tay trở, là tín hiệu tim mạnh khỏe. Nếu trong vòng khuyên Thổ tinh lõm xuống, màu sắc xám xịt là tín hiệu của trở ngại chức năng tim.

9. Đường vân kỳ lạ (Hình 1 – 1 – 9, hình vân bàn tay 1 – 1 – 5)



Hình 1 – 1 – 9



Vân tay hình 1 – 1 – 5

Là đường men theo trên mặt tay nắm đấm có vân ngang hình chữ “Y”, gọi là đường vân kỳ lạ. Thanh niên nếu như cả hai bàn tay đều có đường vân “Y” ngược mang tính mê hoặc luyến ái, thể hiện chuyện tình dục quá mức độ, rất dễ bị lây nhiễm hệ thống tiết niệu.

10. Đường vân xi nê (Hình 1 – 1 – 10, hình vân bàn tay 1 – 1 – 6)

Là đường trí tuệ kéo dài đến mép nắm đấm. Trong lâm sàng, nó đại biểu cho mọi tín hiệu bệnh biến ác tính. Nếu như phát hiện thấy cả hai bàn tay đều có đường xi nê thế này thì cần hết sức chú ý bệnh biến nặng thêm. Trẻ em nếu có đường xi

nê này, thường là đã bị sốt cao ảnh hưởng đến mức độ phát dục của trí não hoặc là tín hiệu dị ứng da đốm tím.

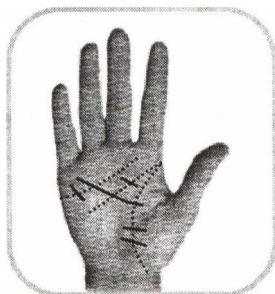


Hình 1 – 1 - 10



Vân tay hình 1 – 1 – 6

11. Đường vân nhiều (Hình 1 – 1 – 11, hình vân bàn tay 1 – 1 – 7)



Hình 1 – 1 - 11



Vân tay hình 1 – 1 – 7

Là đường dọc ngang chính nhiều loạn. Đường vân nhiều có thể tạo nên đủ loại kiểu thể hiện đủ thứ tật bệnh. Khi mà đường cơ bản nào đó bị đường nhiều thì cần xem xét lục phủ ngũ tạng, cơ quan nào đó mắc bệnh.

12. Đường vân không sức khỏe (Hình 1 – 1 – 12, hình vân bàn tay 1 – 1 – 7)

Là đường vân bắt đầu từ vị trí cung Khảm, chạy chéo xuống hướng vị trí cung Khôn. Người nào có đường vân này thể hiện rất khỏe mạnh.



Hình 1 – 1 - 12

13. Đường vân giao hợp (Hình 1 – 1 – 13, hình vân bàn tay 1 – 1 – 8)

Là đường vân chạy từ nắm đấm ngón út, được sinh ra hai ba đường rõ nét không bị đứt gãy chạy song song mép đường tình cảm.



Hình 1 – 1 - 13



Vân tay hình 1 – 1 – 8

14. Đường vân phóng túng (Hình 1 – 1 – 14, hình vân bàn tay 1 – 1 – 9)

Là đường vân ngang ở mép bờ tiểu ngư tế có một hoặc nhiều đường chạy thẳng vào đường bản năng nó biểu hiện tình trạng hoạt động tình dục

quá mức hoặc chứng tiểu đường. Nếu trẻ em có đường phóng túng này là dấu hiệu khóc đêm hoặc thói quen nằm sấp.

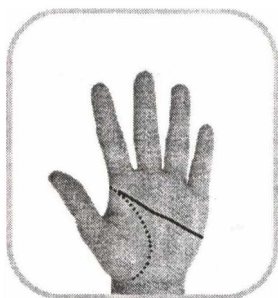


Hình 1 – 1 - 14



Vân tay hình 1 – 1 – 9

15. Bàn tay thông quán (Hình 1 – 1 – 15, hình vân bàn tay 1 – 1 – 10)



Hình 1 – 1 - 15



Vân tay hình 1 – 1 – 10

Là bàn tay có đường tình cảm lồng vào với đường trí tuệ; hay còn gọi vân bàn tay gãy, đường

vân chuyển đường, có liên quan đến di truyền. Đường vân này thể hiện rõ hướng phát triển của thể chất, trí tuệ, tuổi thọ và tật bệnh, người có đường vân này thường mắc chứng đau đầu.

16. Đường vân dọc bụng ngón (Hình 1 – 1 – 16)

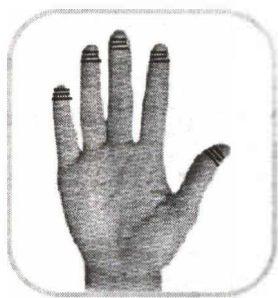


Hình 1 – 1 - 16

Là đường vân xuất hiện dọc trên bụng ngón tay. Nếu như đường vân dọc bụng ngón tay mà rối loạn lại nhiều, biểu hiện chức năng tiêu hóa khi đó kém, tiết dịch tuyến tiêu hóa không bình thường.

17. Vân ngang trên bụng ngón tay (Hình 1 – 1 – 17)

Vân ngang xuất hiện nhiều trên hầu hết bụng ngón tay biểu hiện áp lực tinh thần lớn mà dẫn đến thể chất cơ thể kém sút, hoặc trở ngại giấc ngủ.



Hình 1 – 1 - 17

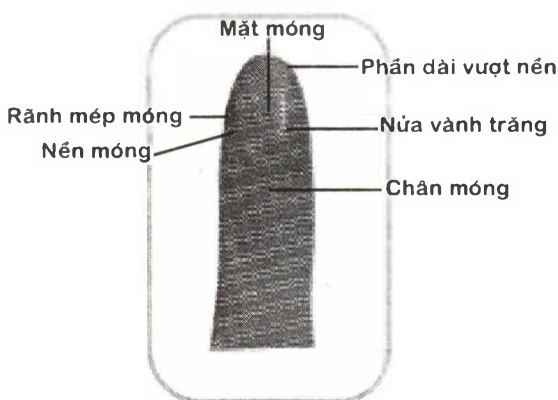
II. TÊN GỌI, VỊ TRÍ VÀ Ý NGHĨA CỦA MÓNG NGÓN BÀN TAY TRẺ EM

Móng ngón là phần sừng nằm trên đốt thứ nhất ngón, nó được gọi là “vật mọc thêm trên da” giống như lông tóc, răng, tuyến mồ hôi mà giải phẫu quan niệm.

Móng ngón được sinh ra nhờ tổ chức “Giáp mẫu” của phần chân móng, dinh dưỡng được cung cấp bởi mạch máu nền bên dưới mặt móng, mỗi tuần mọc dài chừng 0,5 ~ 1,2mm. Móng ngón lớn nhanh vào mùa hè, ban ngày nhanh hơn ban đêm; móng đàn ông dài nhanh hơn móng đàn bà.

Móng ngón tay chiếm khoảng $\frac{1}{2}$ độ dài đốt cuối ngón, cấu tạo của móng bao gồm (Hình 1 – 2 – 1):

- a. Thân móng, chất sừng có màu trong suốt.
- b. Nền móng, cấu tạo nền phía dưới toàn bộ móng.



Hình 1 - 2 - 1

c. Rãnh móng, là tiếp giáp móng với phần da liền kề.

d. Phần móng lồi khỏi nền.

đ. Chân móng.

e. Phần cung bán nguyệt (vòng sức khỏe).

Thường thì bề ngoài móng ngón xem hồng nhuận sáng sủa, chặt và vòm cung; ấn vào điểm cuối, móng có màu trắng, sau khi buông ra thì trả ngay màu hồng nhuận, chứng tỏ đủ máu, máu lưu thông tốt, sức khỏe mạnh mẽ.

Nguyên lý chẩn bệnh móng ngón: Đông y cho rằng, móng là phần dôi ra của gân, là phần ngoài của gan mật. Gan chứa máu, lọc chính. Bởi thế nhìn vào móng tay biết rõ cơ thể mạnh yếu, và từ đó rõ mọi tình hình.

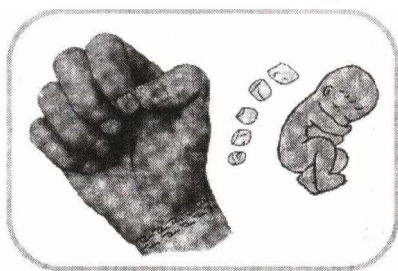


Hình 1 – 2 – 2

Trên bề mặt nền móng phía dưới móng ngón dày đặc mạch máu li ti cùng với đầu mút dây thần kinh. Sự tuần hoàn máu cơ thể có thể quan sát được tình hình thay đổi của mạch máu nhỏ cũng như thông tin lưu thông máu dưới lớp móng tay. Căn cứ lý thuyết về vi tuần hoàn hiện đại, có thể đọc được bệnh tim, bệnh mạch máu não thông qua sự thay đổi mạch máu li ti trên nền móng ngón.

Móng ngón của con người ta có thể phản ánh sức khỏe cũng như tín hiệu bệnh tật của họ. Tổ tiên chúng ta trong suốt chiều dài thời gian, qua nhiều lần làm đi làm lại quan sát kỹ lưỡng phát hiện, mười móng ngón hai bàn tay người ta có đặc điểm giống nhau phản ánh tình trạng tật bệnh, nhưng cũng có điểm không giống nhau, tồn tại một quy luật nhất định. Thông thường mà nói, móng ngón tay cái phản ánh sự thay đổi bệnh biến về đầu, cổ; móng ngón tay trỏ phản ánh bệnh biến từ

từ phần cổ xuống, từ phần cơ hoành trở lên (bao gồm thượng tiêu, ngực, tim, phổi...); móng ngón tay giữa phản ánh tình hình bệnh biến từ cơ hoành đến giữa rốn (bao gồm trung tiêu, gan, mật, tỳ, dạ dày...); móng ngón tay đeo nhẫn phản ánh tình hình tật bệnh từ dưới rốn đến giữa vùng nhị âm (bao gồm hạ tiêu, thận, bàng quang, đường ruột...); móng ngón tay út phản ánh tình hình bệnh tật từ nhị âm xuống tới chi dưới (Hình 1 – 2 – 2). Móng ngón bàn tay đại diện cho tình hình toàn bộ cơ thể, có người gọi đó là phôi thai (toàn bộ thông tin hình ảnh). Khi nắm tay, năm móng ngón tượng trưng cho tất cả bộ phận cơ thể gắn vào nhau, nom rất giống một bào thai trong bụng mẹ (Hình 1 – 2 – 3).



Hình 1 – 2 – 3

III. PHƯƠNG PHÁP PHÂN CHIA KHU VỰC BÀN TAY TƯƠNG ỨNG BỆNH LÝ TẠNG PHỤ

1. Vùng đầu (Hình 1 – 3 – 1)

Vùng đầu là nơi kể từ đốt thứ hai ngón tay cái

và chân ngón tay giữa. Nếu như vân nơi đây rối rắm, có thể phán đoán được người này thường hay đau đầu, hoa mắt chóng mặt.



Hình 1 - 3 - 1

2. Vùng gan mật (Hình 1 - 3 - 2)

Vùng gan mật nằm phía dưới ngón trỏ bàn tay phải. Nếu như ở vùng này có vân hình chữ “Điền” hoặc chữ “Thập” (Hình màu 1), có thể phán đoán người này có tín hiệu sỏi mật, viêm túi mật. Nếu vân hình khuyên không theo một trật tự nào, thì đó là tín hiệu gan bị nhiễm mỡ.



Hình 1 - 3 - 2

3. Vùng phổi (Hình 1 – 3 – 3)

Vùng phổi có nhiều nơi trên bàn tay như nơi khởi đầu của đường bản năng và đường trí tuệ, nơi xương bàn tay giữa ngón giữa với ngón đeo nhẫn, phía dưới vùng gan mật, phía dưới ngón tay giữa và ngón tay trỏ, nơi mép nắm đấm dưới ngón út, đều thuộc về vùng phổi. Nếu như vân vùng này xuất hiện hình đảo hoặc vân rối loạn (Hình màu 2), có thể phán đoán bệnh tật bộ phận phổi, hoặc chức năng hệ thống hô hấp bị trở ngại.



Hình 1 – 3 – 3

4. Vùng dạ dày (Hình 1 – 3 – 4)

Vùng dạ dày nằm phía dưới vùng đầu và vùng phổi, ứng với nơi đại ngư tể bàn tay. Nếu như ở nơi đây xuất hiện hố lõm, đường vân rối loạn, da thô, màu xám xịt thì phán đoán được là chức năng tỳ vị người này kém.

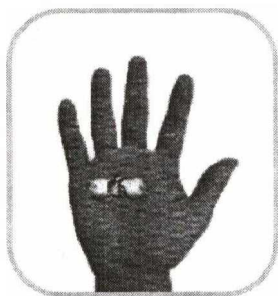
5. Vùng tim (Hình 1 – 3 – 5)

Vùng tim nằm trên tâm bàn tay, cạnh vùng dạ

dày. Nếu như vân nơi đây rối loạn, màu xám xịt, có vân hình chữ “Thập” hoặc vân đường bắc cầu có thể khẳng định chức năng tim suy yếu.



Hình 1 - 3 - 4



Hình 1 - 3 - 5

6. Vùng thận (Hình 1 - 3 - 6)

Vùng thận nằm ở nơi tiểu ngư tể. Nếu nơi đây có vân đứt đoạn thì phán đoán người này mắc chứng về thận.

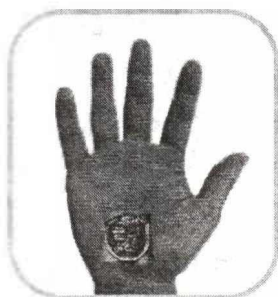
7. Vùng đại tràng, tiểu tràng (Hình 1 - 3 - 7)

Vùng đại tràng, tiểu tràng nằm phía dưới chính

giữa bàn tay. Nếu như nơi đây có vân hình đảo, vân đường nhánh thì có thể đoán biết chức năng tiêu hóa người này kém, cũng có thể là mắc chứng táo bón, hoặc nếu là nữ thì mắc triệu chứng bệnh phụ khoa.



Hình 1 - 3 - 6



Hình 1 - 3 - 7

IV. PHƯƠNG PHÁP PHÂN CHIA GỜ CỬU TINH, CỬU CUNG TRÊN BÀN TAY

1. Vị trí cung Tốn (cung Tốn, gờ Mộc tinh, hình 1 - 4 - 1)

Cung Tốn đại biểu cho chức năng gan mật. Nếu nơi đây cao lên, màu phấn hồng thì chứng tỏ chức năng gan mật tốt. Nếu vân nơi này rối loạn, da thô, chứng tỏ chức năng gan mật có bệnh biến. Nếu nơi đây có màu xám xịt thì bệnh nặng. Nếu nơi đây lại xuất hiện vân hình vuông thì chứng tỏ gan trúng độc, chức năng gan giảm sút, hoặc là nhiều lần tiêm bắp thuốc có độc. Vị trí cung Tốn có xuất hiện vân hình tròn không theo quy tắc trật tự, chứng tỏ gan nhiễm mỡ.



Hình 1 - 4 - 1

2. Vị trí cung Ly (cung Ly, gờ Thổ tinh, hình 1 - 4 - 2)

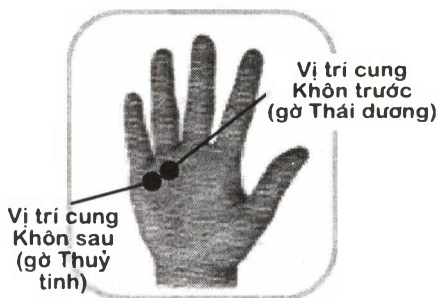
Là nơi thuộc tim. Nếu nơi đây đường vân rối loạn, màu xám xịt, chứng tỏ chức năng gan kém. Nếu nơi đây quá lõm, gân xanh nổi lên, chứng tỏ lực tim suy yếu, tâm hỏa mạnh.

3. Vị trí cung Khôn (Phía dưới ngón tay đeo nhẫn là cung Khôn, gờ Thái dương; phía dưới ngón tay út là cung Khôn sau, gờ Thủy tinh, hình 1 - 4 - 3)

Thuộc chính cơ quan bụng con. Nếu vùng này vân rối loạn, có ký hiệu khác thường, da thô, màu xám xịt là biểu hiện triệu chứng bệnh biến về tiết niệu, chức năng sinh dục. Nếu nơi đây lõm sâu, nổi gân, da màu trắng, chứng tỏ chức năng sinh lý kém.



Hình 1 – 4 – 2 *



Hình 1 – 4 – 3

4. Vị trí cung Đoài (Cung Đoài, gờ Thủy tinh thứ 2, Hình 1 – 4 – 4)

Chính của hệ thống cơ quan hô hấp. Nơi đây nổi cao đầy đặn lên, màu sắc tươi hồng thể hiện sức

khỏe tốt. Nếu nơi đây vân rối loạn, da thô, màu xám xịt, thể hiện chức năng hô hấp kém. Nếu nơi đây lõm trũng, nổi gân, màu da trắng nhợt lại không thể hiện cơ quan hô hấp bị viêm mạn tính, dễ bị sưng phổi.



Vị trí cung Đoài
(gờ Thủy tinh
thứ 2)

Hình 1 – 4 – 4

5. Vị trí cung Càn (cung Càn, gờ Nguyệt, hình 1 – 4 – 5)



Vị trí
cung
Càn
(gờ
Nguyệt)

Hình 1 – 4 – 5

Đại biểu cho tình trạng tâm lý và chức năng hệ thống hô hấp. Nếu nơi đây nổi cao đầy đặn, màu chuẩn thể hiện tâm lý mạnh khỏe. Nếu vân nơi

đây rối loạn, da thô, thể hiện ức chế, dễ mắc chứng suy nhược chức năng thần kinh.

6. Vị trí cung Khảm (cung Khảm, gờ địa, hình 1 – 4 – 6)

Đại biểu chức năng hệ thống sinh dục. Nếu nơi đây nổi cao đầy đặn, thịt mềm sáng nhuận thể hiện chức năng hệ thống sinh dục tiết niệu tốt. Nếu nơi đây lõm trũng, gân xanh nổi rõ, chứng tỏ hệ thống tiết niệu kém, dễ lây nhiễm. Nếu nơi đây có hình vân củ ấu, vân hình chữ “Thập”, chứng tỏ tiền liệt tuyến viêm, liệt dương tiết tinh sớm, viêm niệu đạo hoặc bệnh về lỗ đít. Nếu gờ Địa có vân rối loạn, thể hiện chức năng thận suy yếu.



Hình 1 – 4 – 6

7. Vị trí cung Cấn (cung Cấn, gờ Kim tinh, hình 1 – 4 – 7)

Cung Cấn đại biểu cho chức năng tỳ vị. Nếu nơi đây nổi cao đầy đặn, mềm sáng thì thể hiện chức năng hoạt động của tỳ vị tốt. Nếu nơi đây da thô

ráp, vân rối loạn, thể hiện chức năng hoạt động của tỳ vị kém yếu. Nếu nơi đây tĩnh mạch nổi rõ, chứng tỏ đi ngoài táo khó. Nếu nơi đây có màu xám xịt từng vạt, chứng tỏ tỳ vị không phối hợp ăn ý.



Vị trí cung
(gờ Kim tinh)

Hình 1 – 4 - 7

8. Vị trí cung Chấn (cung Chấn, gờ Hỏa tinh thứ 2, hình 1 – 4 – 8)



Vị trí cung
Chấn (gờ Hỏa
tinh thứ 2)

Hình 1 – 4 – 8

Cung Chấn đại biểu chức năng hệ thống thần kinh. Nơi đây nếu phát triển tươi hồng đầy đặn sáng sủa thể hiện thể trạng mạnh mẽ khỏe khoắn. Nếu nơi đây có vân hình lông, hoặc vân hình sao,

vân nhiều nhiều thể hiện tinh thần luôn căng thẳng, mắc chứng bệnh về cơ quan thần kinh. Nếu nơi đây vân dọc nhiều thì triệu chứng viêm khí quản, dễ dẫn đến ung thư vòm họng. Nếu nơi đây trắng nhợt, thịt mỏng, thể hiện chức năng tình dục kém. Nếu nơi đây có vân hình chữ “Điền”, chứng tỏ dễ có chứng viêm loét dạ dày.

9. Vị trí Minh đường (gờ Hỏa tinh bình nguyên – bằng phẳng, hình 1 – 4 – 9)



Hình 1 – 4 – 9

Gờ Hỏa tinh bình nguyên – giữa gần lòng bàn tay – thể hiện chức năng mạnh yếu của chức năng hệ thống huyết quản tim. Nếu Minh đường hơi bị lõm trũng, màu bình thường chuẩn thể hiện sức khỏe tốt, tinh thần tình cảm ổn định. Nếu vân nơi đây rối loạn, thể hiện tâm tình bị ức chế, mất ngủ, cơ thể suy nhược. Nếu nơi đây màu sắc xám xịt, thể hiện thời gian mới qua mắc bệnh. Nếu nơi đây nóng, thể hiện hư hỏa bốc dễ mắc bệnh mang tính

tổn hại mạn tính, hoặc đã mang bệnh trong người. Nếu nơi đây lạnh, màu khô ảm đạm, thể hiện chức năng nội tiết kém sút. Người khỏe mạnh thường là mình đường ấm về mùa đông mát về mùa hè.

V. BỆNH LÝ THỂ HIỆN TRÊN ĐƯỜNG VÂN BÀN TAY

Vân nét mảnh trên bàn tay còn được gọi là vân tản mạn thường bất gặp, thay đổi luôn luôn, tùy theo tình trạng sức khỏe mà thay đổi, vân mảnh lúc hiện rõ lúc không rõ. Vân mảnh tản vân bàn tay thường bất gặp là vân hình sao, vân hình chữ “Thập”, vân hình đảo, vân hình sợi xích, vân hình vuông, vân hình lưới, vân hình chạc, vân hình chiếc ô, vân hình lông...

1. Vân hình sao (Hình 1 – 5 – 1)



Hình 1 – 5 – 1

Là vân có từ 3 hoặc 4 đường vân ngắn giao nhau tại một điểm, tạo nên hình sao. Nếu vân hình sao xuất hiện trên đường chính (ba đường chính là

thiên văn, nhân văn và địa văn) là biểu hiện tình trạng sức khỏe không hẳn tốt.

2. Vân hình chữ “Thập” (Hình 1 – 5 – 2)

Là vân có 2 hoặc đường vân ngắn giao nhau tại một điểm, tạo nên hình chữ “Thập” mang ý nghĩa là đường vân cản trở. Tùy đường vân chữ “Thập” này xuất hiện nơi đâu mà biểu hiện bệnh biến xảy ra như thế nào, tại bộ phận nào.



Hình 1 – 5 – 2

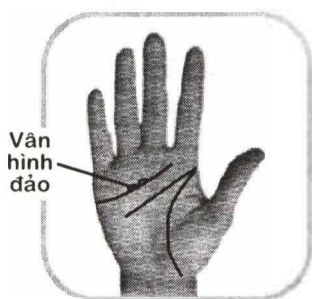
3. Vân hình đảo (Hình 1 – 5 – 3)

Là vân gồm hai đường cung ôm vào nhau hoặc hai cạnh liểu ôm vào nhau tạo nên rỗng trong. Căn cứ vào nơi vân hình đảo xuất hiện, có thể phán đoán được bộ phận nào lục phủ ngũ tạng xuất hiện bệnh và tình trạng bệnh tật thế nào.

4. Vân hình sợi xích (Hình 1 – 5 – 4)

Là vân giống từng mắt xích xuất hiện trên đường vân chính (ba đường chính là thiên văn,

nhân văn và địa văn) nối liền nhau tạo nên hình tròn nhỏ, hoặc tạo nên hình đoạn ngắn chuỗi kế tiếp nhau. Nếu ai có đường vân hình sợi xích thế này chứng tỏ sức khỏe chưa thật tốt, tín hiệu thần kinh suy nhược.



Hình 1 – 5 – 3



Hình 1 – 5 – 4

5. Vân hình vuông (Hình 1 – 5 – 5)

Là vân có bốn đường tạo nên một tứ giác, hình chữ “Tĩnh” (giống), vân ô phen, hoặc hơi giống hình củ ấu. Người có vân hình này thể hiện khả

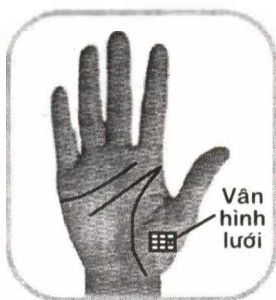
năng chống bệnh mạnh, dù sinh bệnh nhưng bệnh nhanh khỏi.



Hình 1 – 5 – 5

6. Vân hình lưới (Hình 1 – 5 – 6)

Là vân gồm nhiều đường ngắn đan xen dọc ngang với nhau tạo nên mắt lưới vuông. Người mà bàn tay có vân này thường biểu hiện thần kinh căng thẳng, rất dễ bị kích động.



Hình 1 – 5 – 6

7. Vân hình chạc (Hình 1 – 5 – 7)

Vân hình chạc hay còn gọi là vân chạc cây, vân

rẽ nhánh, nhìn thấy rõ đầu hoặc cuối có nhiều nhánh ghép vào hoặc chia tách. Nếu vân chạc hướng lên nét rõ đậm thì người đó mạnh khỏe, còn nếu chạc chuỗi xuống mà vân lại nhiều thì người đó yếu ớt.



Hình 1 – 5 – 7



Hình 1 – 5 – 8

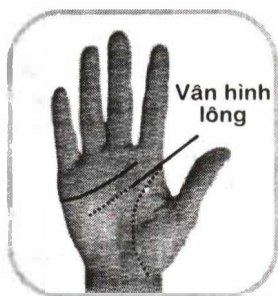
8. Vân hình chiếc ô (Hình 1 – 5 – 8)

Vân hình ô hay còn gọi là vân hình lưu tô, tức là đoạn cuối cùng của đường vân chia tách rất nhiều chạc ngắn, phá vỡ ưu điểm vốn có của đường

vân chính, hoặc làm yếu đi đường vân chính.

9. Vân hình lông (Hình 1 – 5 – 9)

Là vân mà nhìn vào thấy hai bên hoặc một bên đường vân chính có nhiều vân nhỏ gần xếp liền kề. Người có vân hình lông này thường thể hiện sức khỏe không mấy tốt, dễ mệt mỏi, suy nhược.



Hình 1 – 5 – 9

CHƯƠNG II

ĐẶC ĐIỂM SINH LÝ VÀ BỆNH LÝ TRẺ EM

I. THỜI KỲ PHÁT DỤC VÀ SỐ LIỆU THƯỜNG THẤY Ở TRẺ EM

A. Các thời kỳ phát dục của trẻ em

1. Thời kỳ bào thai (Thời kỳ từ khi hình thành bào thai cho đến khi được sinh ra)

Thời kỳ bào thai là thời kỳ hình thành nên các hệ thống, các cơ quan, là thời kỳ phân hóa và phát dục quan trọng nhất (Hình 2 - 1 - 1). Người mẹ khi mang thai biết giữ gìn sức khỏe có ý nghĩa vô cùng quan trọng đối với con sinh ra sau này. Kinh điển muôn đời nay đã bàn rất sâu về vấn đề người mẹ mang thai, gọi nào là “Dưỡng thai”, “Bảo vệ thai” hoặc “Giáo dục thai”. Nhiều luận điểm trước đây đều đã được y học ngày nay công nhận chứng minh. Tâm lý tình cảm của người mẹ mang thai có tác dụng hết sức quan trọng đối với sự phát dục của bào thai. Tâm lý tình cảm người mẹ mang thai không tốt sẽ làm thay đổi và ảnh hưởng lớn đến nội tiết, lưu thông máu, làm cho mạch máu teo co,

cung cấp không đầy đủ cho não bộ từ đó mà làm cho bào thai phát triển thiếu bình thường, thậm chí dẫn đến dị hình. Người mẹ mang thai phải chịu đựng lâu về tâm sinh lý ức chế, thành phần dinh dưỡng trong máu không đầy đủ thường sẽ đẻ non, sinh con bé nhỏ yếu ớt. Người mẹ mang thai luôn phải âu lo sợ hãi dễ bị chứng nôn ọe, đồng thời dễ sẽ đẻ non, lưu sản, quá trình đẻ kéo dài, thai không chỉ vận động trong bào thai nhiều, mà con sinh ra cũng sẽ động đậy lắm, dễ bị khóc thét vật vã, ảnh hưởng không tốt cho sự phát dục; khi lớn lên con trẻ sẽ có tình cảm thiếu ổn định. Ngược lại, người mẹ mang thai có tâm sinh lý phấn chấn vui vẻ, tích cực sẽ làm cho tuần hoàn máu tốt, dinh dưỡng cung cấp đầy đủ, nội tiết đều đặn, sức khỏe tốt nhờ đó mà thúc đẩy bào thai khỏe mạnh (Hình 2 - 1 - 2).

Ngoài ra, thời kỳ người mẹ mang thai còn cần hết sức chú ý ăn uống dưỡng thai. Người mẹ cần sống có nền nếp, làm việc nghỉ ngơi hợp lý, tránh nơi lây nhiễm, ngừa tiếng ồn, chớ có lạm dụng thuốc uống, không được uống rượu hút thuốc. Người mẹ cần chú ý tích cực giáo dục võ về thai trong bụng, nên vui vẻ ca hát, nghe nhạc, nói chuyện với bào thai. Người mẹ thực hiện được như thế sẽ làm cho bào thai phát dục tốt, con sinh ra sau này sẽ mạnh mẽ chóng lớn và tính cách lành mạnh.



Hình 2 - 2 - 1



Hình 2 - 2 - 1

2. Thời kỳ con trẻ bú (từ 0 ~3 tuổi)

Thời kỳ này có mấy đặc điểm như sau:

- a. Bộ não phát triển nhanh.
- b. Phản xạ có điều kiện được xây dựng.
- c. Phát triển ngôn ngữ học theo người lớn.

Qua nghiên cứu cho thấy, trẻ em thông qua cảm

quan để đưa vào đầu óc nhiều ít lượng thông tin đồng thời với sự phát triển bộ não, tiếp nhận chủng loại sự vật quan trọng hơn tiếp nhận số lần với một sự vật. Dựa trên đặc điểm đó mà dạy dỗ cho trẻ về cảm quan, động tác, ngôn ngữ, là ba loại hết sức quan trọng và cần thiết, rất có ích đối với sự thúc đẩy phát triển chức năng sinh lý. Ví dụ, trên chung quanh chiếc nôi, chiếc giường nhỏ của trẻ cố tạo ra một “Khách sạn nhỏ” có đồ chơi, vật dụng, âm nhạc du dương êm đềm để huấn luyện động tác, cảm thụ... có như thế mới kích thích được trẻ phát triển lành mạnh, khỏe khoắn tâm hồn. Sự vỗ về yêu thương của người mẹ lại càng hết sức quan trọng, đóng vai trò quyết định cho bé hoàn thiện nhân cách và phát triển sức khỏe tâm lý. Sự “đói no” của bầu vú người mẹ liên quan đến sự trưởng thành phát dục của con; đồng thời, sự quan tâm giáo dục của cha mẹ với con là vô cùng quan trọng, phân đầu đáp ứng được nhu cầu đòi hỏi phát triển của con. Ví dụ, con mới sinh đang trần truồng thì rất cần hơi ấm của người mẹ, cần bầu vú ấm áp của người mẹ. Con bú vào vú mẹ, nghe được nhịp đập con tim của mẹ. Cách cho bú và tình cảm sữa ảnh hưởng rất lớn đối với sự phát triển của con. Con trẻ ba bốn tháng tuổi bắt đầu có ý thức đối với người hoặc sự vật chung quanh. Con trẻ 6 tháng tuổi đã có thể phân biệt rõ người thân người lạ. Về mặt tình cảm, cơ bản có hai loại tình cảm: Vui

thích và không vui thích, đều liên quan đến quan hệ đầy đủ hay không đầy đủ về nhu cầu sinh lý. Từ 7 tháng tuổi, con trẻ có ý thức dựa vào người mẹ, ngại người xa lạ. Khi người thân rời đi thì trẻ sẽ rất sợ hãi. Từ 7 ~ 12 tháng tuổi, trẻ sợ nhất là sự cău bẳn của người xa lạ; từ 15 ~ 18 tháng tuổi là đạt đến đỉnh cao. Từ độ tuổi 12 tháng, trẻ đã biết sợ hãi, ghen ghét, giận dữ, vui thích, buồn bã và tỏ rõ phản ứng cụ thể. Từ tuổi thứ 2, trẻ đã có biểu hiện tình cảm biết kính trọng, đồng tình, hiếu kỳ, hâm mộ, thất vọng... đến hơn 20 thứ tình cảm. Người mẹ luôn là chỗ dựa tinh thần và tình cảm cho con trẻ, là nơi an toàn của con trẻ, là cơ sở quan trọng nhất được cha mẹ xây dựng cho trẻ, nó có hiệu quả vững bền về sau. Hành vi của người cha người mẹ ảnh hưởng sâu sắc tới con trẻ, là bài học đầu tiên trong cuộc đời của trẻ. Trong hoàn cảnh nào đó, người cha người mẹ cũng cần giữ sao cho ngôi nhà hạnh phúc vui tươi, để dần theo thời gian trẻ lớn lên tiếp xúc với xã hội là một thành viên thánh thiện, có nhân cách tốt, sức khỏe tốt. Nếu trong thời gian non nớt, bị ai đó tước mất đi người mẹ thì trẻ sẽ phải chịu đựng nỗi mất mát lớn, nỗi đau đớn lớn, ảnh hưởng rất tai hại đến việc hình thành nhân cách và phát triển của bé, thậm chí còn dễ làm cho trẻ mắc những bệnh lý tâm lý và bệnh lý sức khỏe. Ví dụ như ngán ăn, tiêu hóa rối loạn, sợ đêm tối, chậm lớn, tính cách ức chế, có cảm giác cô đơn,

thậm chí hay cãi, bướng bỉnh, chống đối, không gần gũi người, năng lực thích ứng kém... Những vấn đề đó ảnh hưởng cực xấu đến việc hoàn thiện nhân cách một con người sau này.

3. Thời kỳ ấu thơ (từ 3 ~ 7 tuổi)

Trong quá trình phát triển ngôn ngữ đời người, thời kỳ ấu thơ là thời kỳ đón nhận lượng từ vựng nhiều nhất, có thể nắm bắt được kết cấu ngữ pháp, phát triển nhanh cả về tư duy, tưởng tượng, ghi nhớ và sức chú ý. Sự thể nghiệm của con trẻ thời gian này cũng hết sức phong phú, biểu hiện của nó hoàn toàn là ngoại cảm, thể hiện ra ngoài, thiếu tính khống chế, có khi lại còn nổi giận chẳng rõ lý do, hoặc xuất hiện sự sợ hãi hết mức, mà sự sợ hãi thường từ những sự vật sự việc do tưởng ra mà thôi. Ví dụ như bóng tối, quỷ quái, động vật... Đồng thời thời gian này, trẻ cũng đã có biểu hiện lo lắng thông qua thái độ thương hại, trách móc, mỉa mai... và cả những cảm nhận về đạo đức, cảm nhận về lý trí là những biểu hiện của tình cảm cao cấp được bộc lộ. Với những trẻ mà người lớn thường tỏ vẻ khen cũng bắt đầu xuất hiện ở trẻ biểu hiện mãn nguyện, tự tin; còn nếu bị phủ định thì dễ xảy ra thái độ tiêu cực, tự ti, cô độc, tự kỷ, không vừa ý. Chung quy lại, đặc trưng tâm lý cá tính và khuynh hướng cá tính ở thời kỳ ấu thơ thường là một phần trọng tâm cá tính một con người, ảnh hưởng rất lớn

đến tính cách thời kỳ trưởng thành, khó mà thay đổi. Bởi thế, cần hết sức chú ý tới việc giáo dục con trẻ trong thời kỳ này. Giáo dục con trẻ thời kỳ này cần chú ý mấy điểm sau đây:

a. Hãy để cho con trẻ được sống trong hoàn cảnh gia đình yên vui đầm ấm. Sự đầm ấm hạnh phúc của một gia đình tạo cho trẻ lợi thế hình thành nhân cách tốt, trở thành khuôn mẫu phẩm hạnh theo suốt cuộc đời. Còn nếu trẻ sống trong hoàn cảnh mà gia đình là “phường chèo kẻ chợ”, mạnh ai nấy chửi, tục tằn thô lỗ, bạo hành, bỏ bịch lăng nhăng... nhất định tác động xấu đến việc hình thành nhân cách và đạo đức của trẻ sau này; trẻ sợ hoặc hư hỏng, sợ hãi, bệnh hoạn mọi mặt.

b. Cần biết đối xử đúng mực với ưu và khuyết điểm của trẻ, nên giảng giải về đạo lý, không nên đánh đập, rửa nguyên, ức nén; biết vỗ về chỉ vẽ phân tích cả những gì trẻ làm chưa trọn vẹn để giúp trẻ sửa chữa lỗi lầm một cách tự giác và tự nguyện. Trẻ chưa đúng, lỗi lầm không nên mĩa mai, châm chọc dễ gây tổn thương lòng tự trọng, dẫn đến việc hình thành nhân cách xấu cho trẻ sau này. Cha và mẹ cần biết kết hợp để giáo dục con trẻ, lời nói hai người phải thống nhất; cấm được người này ra lệnh này, kẻ nọ ra lệnh kia trái chiều, làm cho con trẻ bối ngỡ, khó xử, không theo và thậm chí chống đối.

c. Xử lý đúng những tật của trẻ như thói quen về ăn uống, ỉa đái, không được mĩa mai chằm chọc, không đánh đập la ó khi vô tình trẻ dây bẩn. Cha mẹ không được quá thể hiện sự lo lắng, chú ý quá mức mà cần hướng cho trẻ biết đỡ căng thẳng với những tình huống không muốn xảy ra, xây dựng cho trẻ lòng tin, dần khắc phục những khuyết điểm.

d. Cần biết tôn trọng sự xây dựng cá tính của con trẻ, bồi dưỡng tính độc lập. Trong việc phát triển tâm lý của trẻ, đây là giai đoạn quan trọng nhất, việc gì trẻ cũng muốn tự làm lấy, có người gọi giai đoạn này là “Thời kỳ phản kháng thứ nhất”, vì thế cha mẹ cần biết nhân đà mà xây dựng giáo dục, hướng dẫn, không nên ngăn cấm, hoặc dắt mũi buộc trẻ phục tùng một cách miễn cưỡng. Cần biết nhấn nài bồi dưỡng cho trẻ hình thành nhân cách tốt đẹp.

e. Cần để cho trẻ biết rõ địa vị của mình trong gia đình, “không nâng bậc lên và cũng không hạ thấp xuống”, không buộc phục tùng mà cũng không tâng bốc trẻ lên cao, nếu không sau này trẻ sẽ thụ động hoặc quá mức bướng bỉnh. Trẻ sinh tính bướng bỉnh thì dễ dẫn tới ngang ngược, tự coi mình là “trung tâm vũ trụ”, ích kỷ, tùy tiện. Còn nếu buộc trẻ chỉ biết phục tùng thì trẻ sẽ hình thành nhân cách ỷ lại, thụ động, tự ti, lo sợ, rụt rè,

tạo nên thói xấu khó gần gũi người khác, xa lánh người khác; khi lớn lên dễ mất đi sự quan tâm bảo vệ của gia đình, đối mặt với xã hội sẽ cảm thấy bị tổn thương về tâm lý, khó phát triển tính cách độc lập, năng lực độc lập, và như thế thì càng dẫn đến tình trạng khuyết điểm lớn trên hành vi phẩm chất. Bậc cha mẹ nào chỉ sinh một con thì càng cần hết sức chú ý mặt này.

4. Thời kỳ nhi đồng (từ 6 ~11 tuổi)

Đây là thời kỳ tuổi tiểu học, mọi vấn đề ngôn ngữ, nhận biết, cá tính của con trẻ đang phát triển thêm một bước, từ chỗ vui chơi đùa nghịch là chính chuyển hướng sang hoạt động học tập. Theo đà giao tiếp rộng thêm, chỗ đứng trong con người trẻ từ lý trí, danh dự, tình bạn bè, trách nhiệm, thẩm mỹ, đạo đức... cũng không ngừng tiến thêm, chiếm vị trí quan trọng trong tư duy nhận thức của trẻ. Nhưng đây cũng là thời kỳ quá độ về nhận thức tình cảm. Nhìn từ ngoài thì giai đoạn này là sự phát triển được biểu hiện rõ nét bên ngoài, biểu hiện kích động dần dần hướng nội, phát triển ổn định. Giai đoạn này của trẻ cần chú ý mấy điểm sau:

a. Bồi dưỡng tính thích ứng. Dạy cho trẻ nhận biết và xử lý đúng ba mối quan hệ, là bạn học, thầy giáo và tập thể. Nếu xử lý không thỏa đáng, đúng chừng mực thì dễ làm cho trẻ rơi vào tâm lý chịu áp lực, bị dày vò, sinh ra âu lo, sợ sệt, do dự, ức chế

thậm chí là sợ hãi.

b. Thầy giáo và bậc cha mẹ cần hết sức coi trọng những mặt khác nhau để sử dụng các phương cách khích lệ trẻ, tạo cho trẻ có hứng thú học tập.

c. Ngăn chặn các hành vi không lành mạnh. Thời kỳ này trẻ có thể mạnh là học theo nhưng lại thiếu đi năng lực phân biệt, dễ bị sự việc mới cuốn hút mà lây nhiễm thói hư tật xấu, dẫn đến hành vi kém, thiếu lành mạnh, ví dụ như nói dối, trộm vặt, trốn học, thích lêu lổng chơi bời... Bậc cha mẹ cũng như thầy cô giáo cần sớm phát hiện để dạy dỗ, can ngăn.

d. Không nên dạy dỗ theo kiểu “Trẻ tiêu chuẩn khuôn mẫu”, tránh làm cho trẻ cứ cái gì cũng phải rằm rắp, thụ động theo ý đồ người lớn, vì như thế thì xét trên mặt tâm sinh lý sẽ thiếu mạnh mẽ, sáng tạo, chủ động, nhân cách dễ bề khiếm khuyết hạn chế, trí lực phát triển không tốt, dễ bị trói buộc. Cần biết cổ vũ động viên khích lệ trẻ xây dựng tính độc lập, sáng tạo. Ngoài ra, cần chú ý không được “Bơm” cho trẻ, gây nên tình trạng quá sức, thổi phồng, tranh giành; thường xuyên khích lệ trẻ học tập. Phải học người Israel, khi thấy con đi học về thì hỏi là ở lớp có hỏi được gì thầy cô giáo không, chứ không phải là hỏi hôm nay được mấy điểm. Điểm thầy cô đánh giá không bao giờ tuyệt chuẩn, nhưng nếu trẻ hỏi vấn đề gì mới mẻ mới

cần nên khuyến khích. Một điều quan trọng nữa là, động viên cổ vũ khích lệ trẻ học tập tiến bộ, bậc cha mẹ không được thưởng tiền, hứa mua cho cái này mua cho cái nọ, vì như thế sẽ làm cho trẻ bị cám dỗ bởi vật chất mà sinh hư, được đằng chân lân đằng đầu, vùi vĩnh; khi không thỏa mãn tính ích kỷ thì chán ngán, hụt hẫng, nhuệ khí.

5. Thời kỳ tuổi thiếu niên chuẩn bị bước vào giai đoạn tuổi thanh xuân (từ 11 ~ 16 tuổi)

Đây là thời kỳ trẻ trong giai đoạn chưa thành thực chuyển sang giai đoạn thành thực, giai đoạn thứ hai tăng tốc về sinh lý phát dục. Giai đoạn này trẻ phát triển chiều cao, thể trọng, đồng thời xuất hiện tính đặc trưng giai đoạn hai, hệ thống sinh dục phát triển đến độ chín. Sự lớn lên về mặt sinh dục thì tâm lý cũng rất dễ cảm nhận phiền toái. Nếu giai đoạn này, tâm lý trẻ không thỏa đáng thì hay phiền muộn, ảnh hưởng phát triển thể lực, học tập, công việc và hành vi, làm ảnh hưởng nghiêm trọng tới gia đình và xã hội. Những điều cần chú ý về đặc trưng tâm lý trẻ giai đoạn này bao gồm:

a. Khí thế mạnh mẽ, sức sống dồi dào nên trẻ có tính tích cực, chủ động sáng tạo, giàu suy nghĩ và mong ước tương lai, tình cảm mãnh liệt, phong phú, dễ vì một hoàn cảnh khách quan xấu tác động mà suy nghĩ thiếu thấu đáo dẫn đến dằn vò, thích đâm đá, hoặc là tiêu cực, thiếu phấn chấn, quá tự

tôn mà có hành vi ngỗ ngược, hoặc bị động sinh ra tự ty, tự kỷ, chán chường.

b. Mâu thuẫn thế giới nội tâm chống chất, ví dụ như mâu thuẫn giữa tính độc lập với nhu cầu giao tiếp rộng mở, mâu thuẫn giữa tính sáng tạo với tính ỷ lại, mâu thuẫn giữa khát vọng làm nên gì đó với năng lực phân biệt ít ỏi, mâu thuẫn giữa tình cảm với lý trí, mâu thuẫn giữa ảo tưởng với hiện thực, mâu thuẫn giữa tính ý thức mãnh liệt với trói buộc xã hội...

Tóm lại, giai đoạn tuổi thiếu niên chuẩn bị bước sang tuổi thanh xuân này hết sức phức tạp, lắm vấn đề, là thời kỳ thiếu ổn định, đồng thời lại là thời kỳ đặt nền móng cho sự trưởng thành nhanh chóng. Chính vì thế mà bậc cha mẹ cần nhìn thẳng vào thực tế mà ghi nhận sự lớn lên của con mình, chọn đúng phương pháp giáo dục dạy dỗ, động viên khích lệ, giúp cho con trẻ xây dựng được nhân sinh quan đúng đắn, trên cơ sở đó mà động viên khuyến khích học tập, học tốt chuyên ngành, phát triển tính cách tự lực tự cường, tự chủ sáng tạo trở thành một nhân tài tương lai cho xã hội.

B. Những số liệu sinh lý thường thấy ở các độ tuổi của con trẻ

Những số liệu sinh lý thường thấy là tiêu chuẩn căn cứ vào sự phát dục sức khỏe của con trẻ được đúc kết lại theo quy luật. Nếu như phù hợp với tiêu

chuẩn thì đó là đứa trẻ mạnh khỏe; ngược lại thì đó là đứa trẻ phát dục có vấn đề, không bình thường nữa, có thể mắc một triệu chứng tật bệnh nào đó.

1. Trọng lượng cơ thể

Dựa vào thể trọng mà có thể đoán biết được tình hình dinh dưỡng của trẻ. Thể trọng con trẻ lớn nhanh ở thời kỳ ấu thơ, trong điều kiện bình thường, thể trọng con trẻ cùng tuổi cho phép dao động sai lệch trong thang $\frac{238}{93}10\%$. Thời gian xác định thể trọng tốt nhất là buổi sáng sớm sau khi đại tiểu tiện.

Thể trọng trẻ mới sinh bình quân là 3kg, sau 3 tháng lớn nhanh, từ đó thì tăng chậm dần. Thể trọng trẻ từ khi sinh ra đến 10 tuổi có thể theo dõi dựa vào biểu dưới đây để tính. Sau 12 tuổi là thời kỳ phát dục thanh xuân thể trọng lại lớn nhanh, không thể căn cứ theo bảng theo dõi này nữa. Em gái tuổi 12 ~ 14, trai tuổi 14 ~ 16, thể trọng tiếp cận người lớn.

BẢNG THEO DÕI CÁC GIAI ĐOẠN CÂN NẶNG CỦA TRẺ

Tháng tuổi, tuổi	Cân nặng (kg)
1 ~ 3 tháng	Tháng x 0,7
4 ~ 6 tháng	3 + (Tháng x 0,6)
7 ~ 12 tháng	3 + (Tháng x 0,5)
2 ~ 10 tuổi	8 + (Năm x 0,2)

2. Chiều cao

Trẻ mới sinh có chiều cao chừng 50cm, sau một năm tăng thêm 25cm, lớn đến 2 tuổi tính theo công thức sau:

$$\text{Chiều cao cơ thể (cm)} = \text{Số tuần tuổi} \times 5 + 75$$

3. Hộp sọ

Chu vi hộp sọ trẻ mới sinh 34cm, theo thời gian hộp sọ lớn dần lên, sau nửa năm hộp sọ lớn lên chừng 8cm nữa, nửa năm tiếp lớn thêm 4cm. Sang năm thứ 2 hộp sọ lớn thêm 2cm, sau 5 tuổi thì hộp sọ gần như người lớn. Nếu hộp sọ của trẻ quá bé thì chứng tỏ não phát triển thiếu bình thường, còn nếu hộp sọ quá lớn thì có khi thóp hở mà dẫn đến.

Thời gian thóp đóng kín là khoảng thời gian 2 ~ 4 tháng sau khi sinh ra (một số trẻ sau sinh thóp đã kín). Ban đầu thì thóp có hình củ ấu, thời gian

thóp kín là 12 ~ 18 tháng. Thóp đóng sớm thì đầu sẽ bé hơn bình thường. Thóp đóng muộn thì sẽ lớn hơn bình thường, nguyên do là thiếu can xi.

4. Vòng ngực

Mới sinh, vòng ngực trẻ thường là 32cm; một năm tuổi lớn thêm 12cm, sang năm thứ hai thì lớn thêm 3cm. Thời gian một năm tuổi, vòng ngực nhỏ hơn đầu, lớn đúng 1 tuổi vòng đầu và ngực tương đương, lớn lên tuổi thứ hai thì vòng ngực lớn hơn vòng đầu. Trẻ thiếu canxi và dinh dưỡng thì vòng ngực nhỏ.

5. Mọc răng

Trẻ sinh ra đến 5 ~ 10 tháng tuổi bắt đầu có răng sữa, gọi là bình thường. Nếu răng mọc muộn thì thường là trẻ suy dinh dưỡng, thiếu can xi. Tuổi 20 ~ 30 tháng thì đủ 20 răng sữa, lên 6 tuổi thì thay răng. Trẻ bình thường từ 6 ~ 24 tháng tuổi, răng mọc tính theo công thức sau:

$$\text{Số răng} = \text{tháng tuổi} - 4 \text{ (hoặc 6)}$$

6. Hô hấp

Tuổi càng nhỏ thì hô hấp càng gấp, đến 1 ~ 3 tháng tuổi, mỗi phút thở 60 ~ 45 lần; 4 ~ 6 tháng tuổi mỗi phút thở 40 ~ 35 lần; 6 ~ 12 tháng tuổi mỗi phút thở 35 ~ 30 lần; 1 ~ 3 năm tuổi mỗi phút thở 30 ~ 25 lần.

7. Mạch đập

Trẻ nhỏ tháng tuổi mạch đập gấp. Trong vòng 1 tuổi thì mạch đập thường là 160 ~ 120 lần phút; 1 ~ 3 tuổi mạch đập 120 ~ 100 lần phút; 3 ~ 5 tuổi mạch đập 100 ~ 90 lần phút; 5 ~ 7 tuổi mạch đập 100 ~ 80 lần phút; 7 ~ 12 tuổi mạch đập 90 ~ 70 lần phút.

8. Huyết áp

Huyết áp rất thấp khi tuổi ít. Trên một tuổi, huyết áp thu là tuổi x 2 + 80mm cột thủy ngân, trương là $\frac{1}{2}$ ~ $\frac{2}{3}$ thu.

9. Phát dục vận động

Sự phát dục vận động trực tiếp với phát dục của cơ bắp, có quan hệ mật thiết với phát dục của hệ trung khu thần kinh, ngược lại thì sẽ ảnh hưởng đến quá trình phát dục của đại não. Tuần tự phát dục từ trên xuống dưới, từ không điều độ đến điều độ, từ thô đến tinh. Trẻ mới sinh chỉ hoạt động mang tính phản xạ (mút nuốt) không tự chủ. Từ 1 tháng tuổi, trẻ sau khi thức dậy thì có động tác dướn lẩy; 2 tháng tuổi thì khi nằm úp có thể ngóc đầu; từ 3 ~ 4 tháng tuổi thì nằm úp nâng nửa người; từ 6 tháng tuổi thì lật; từ 7 tháng tuổi có thể ngồi; từ 10 tháng tuổi thì bò và tập đứng lan can; từ 1 năm tuổi thì đi theo tay người lớn dắt; từ 1 tuổi rưỡi là đi được một mình. Tiếp theo đó thì theo tuổi lớn thêm mà leo thang, nhảy, động tác có sức, chuẩn xác.

10. Học nói

Tiếng nói – ngôn ngữ là hình thức hoạt động tinh thần bậc cao, có liên quan đến sự phát triển của cơ quan thính giác và cơ quan phát âm. Tuần tự phát triển của tiếng nói là: Giai đoạn học nói, giai đoạn nói từ đơn âm và câu ngắn rồi là đoạn câu. Trẻ mới sinh thì chỉ khóc oa oa thôi; 2 ~ 3 tháng tuổi thì cười, 4 tháng tuổi biết cười thành tiếng; 5 ~ 6 tháng tuổi thì phát ra âm thanh vô ý thức; 7 ~ 8 tháng tuổi thì nói rõ, như là “pa”, “ma”, “bà”... Từ 10 tháng tuổi trở lên là có thể hiểu một vài từ tương đối phức tạp; từ 2 tuổi là có thể nghe chuyện và nói; từ 4 ~ 5 tuổi thì có thể bộc lộ ý nghĩ của mình; từ 7 tuổi có thể nắm chắc ngữ âm đồng thời có thể đủ năng lực phân tích bước đầu những sự việc phức tạp chung quanh.

II. TÍN HIỆU BỆNH TẬT CỦA TRẺ

1. Loét miệng ngỗng ở trẻ mới sinh

Trên niêm mạc ở miệng của trẻ xuất hiện đốm hoặc chất mụn màu sữa đông kết thành vạt, nghiêm trọng hơn gây nôn oẹ, khó nuốt, giọng khàn nghẹt, khó thở... Chữa trị chứng này dùng phèn chua khô 25 gam hòa với nước sôi nguội 100 gam thành dung dịch phèn chua 25%. Sau khi trẻ ăn xong 2 ~ 3 giờ đồng hồ, dùng bông sạch chấm nước phèn chua đó xát lên chỗ loét đau, mỗi ngày làm 3 lần.

2. Trẻ viêm rốn

Chăm sóc trẻ mới sinh không tốt khiến rốn sưng đỏ, viêm đau hoặc xuất hiện dịch đặc chảy ra. Khi chữa trị triệu chứng viêm loét rốn cho trẻ, trước tiên dùng nước muối sinh lý rửa sạch rồi mới dùng 1 gam bạch dược Vân Nam rắc lên chỗ đau, sau đó đắp gạc y tế lên là được.

3. Trẻ bị sốt

Sốt nóng là triệu chứng thường thấy ở trẻ, lâm sàng gọi là sốt, nhiệt độ cơ thể lên $37^{\circ}\text{C} \sim 38^{\circ}\text{C}$ có khi lên cao đến 39°C hoặc cao hơn khiến cho mặt đỏ tía tai, miệng khô, táo bón, nước tiểu màu vàng; thường vì trúng gió độc mà gây nên. Tình trạng này nên dùng cách giảm nhiệt, dùng bông cotton lau vào gan bàn tay và gan bàn chân.

4. Trẻ lăm mồ hôi

Lăm mồ hôi là triệu chứng thường bắt gặp ở trẻ, có khi ở toàn thân có khi chỉ một bộ phận nào đó trên cơ thể; phần đông là trẻ 2 ~ 6 tuổi mà thể chất hư nhược. Chữa trị chứng lăm mồ hôi cho trẻ chọn ngũ long tán (đoạn long cốt, ngũ bội tử lượng như nhau) 10 gam hòa với nước sôi hoặc dấm chua sau đó đắp lên rốn rồi cố định bằng băng dính; đắp khi ngủ ngày hôm sau thì gỡ bỏ, làm liên tục 2 ~ 3 ngày.

5. Viêm tuyến mang tai mang tính thường xuyên

Là một chứng truyền nhiễm bệnh độc gây sốt

nóng, đau sưng phần dưới mang tai. Cách chữa trị có thể dùng đủ lượng bàn tay tiên, rửa sạch cắt bỏ gai, già nhuyễn, trộn lòng trắng trứng vịt thành cao sền sệt, cho vào vải tiêu độc đắp lên nơi đau sưng, mỗi ngày một lần cho đến khi khỏi.

6. Thủy đậu

Là do độc tố gây nên mụn, một triệu chứng nhiễm độc cấp tính. Chứng bệnh này thường có ở lứa tuổi 1 ~ 4 tuổi, niêm mạc da xuất hiện mụn, mụn nước, kết vảy gây sốt. Chữa trị bệnh này dùng rễ bân lam rửa độc, nên làm theo chỉ dẫn của thầy thuốc.

7. Đau bụng

Đau bụng là triệu chứng thường bắt gặp ở trẻ, tỉ lệ rất cao, cơn đau nằm chung quanh phần rốn.

8. Mụn nhọt

Là triệu chứng bệnh về da biến chứng mà thành, gây ngứa ngáy. Cách chữa trị dùng hoàng liên, hoàng bá mỗi thứ 30g, đun sôi 40 phút, lọc bỏ bã rồi trộn với lưu huỳnh, khuấy đều sau đó đổ thêm 100 gam sương lạnh làm thành hồ sệt xát lên bên ngoài mụn, mỗi ngày 2 ~ 3 lần.

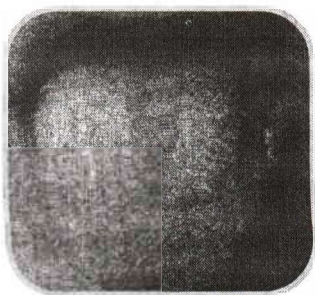
9. Rôm

Bởi mồ hôi ra quá nhiều khiến tế bào da rộp lên làm tắc mồ hôi, tuyến mồ hôi làm sưng tuyến ống mồ hôi, vỡ tuyến ống mồ hôi, mồ hôi lan sang

lân cận tụ lại. Đặc điểm chứng rôm là dộp mụn gây ngứa, phần nhiều có ở mặt, cổ, ngực hoặc nơi bề mặt nếp gấp của da, màu đỏ. Cách chữa dùng phèn chua 4 phần, bột hoạt thạch 100 phần trộn đều xát lên ngoài, mỗi ngày 2 lần.

10. Lưỡi dộp

(Hình 2 - 2 - 1), là triệu chứng mặt lưỡi xuất hiện hình đầu vú như sợi tơ bong dộp; khi bề mặt rộng ra nom cứ như hình bản đồ. Chứng bệnh này thường bắt gặp ở trẻ mới sinh, dùng thuốc bắc chữa trị mới tốt. Cách chữa là, dùng quế chi 3 gam, thược dược trắng 5 gam, cam thảo 3 gam, gừng tươi 3 nhát, táo ta 7 quả đun sôi, mỗi ngày một thang chia cho uống sớm tối.



Hình 2 - 2 - 1

III. GIỮ GÌN SỨC KHỎE THƯỜNG NGÀY CHO TRẺ

A. Thường xuyên tập luyện

Đông y cho rằng “Chính khí tồn nội, tà bất khả can”, nghĩa là, cơ thể khí chất mạnh mẽ thì tà khí

không thể nào thâm nhập. Người nào có cơ thể khỏe khoắn thì đủ khả năng chống lại tật bệnh, mà nếu có mắc bệnh thì chóng khỏi. Sức khỏe là điều kiện tiên quyết cực kỳ quan trọng chống lại tật bệnh nhanh chóng hồi phục nếu vì một lý do nào đó mà tổn thương cơ thể. Bởi lẽ đó, bậc làm cha mẹ cần quan tâm tập luyện cho trẻ mạnh khỏe. Thông thường cần chú ý mấy điều sau đây:

* Tập luyện nên bắt đầu từ khi còn bé, không được gián đoạn.

* Tập luyện cần thực hiện tuần tự từng bước, không được nôn nóng, đốt cháy giai đoạn.

* Cần căn cứ vào đặc điểm sức khỏe của trẻ mà chọn phương pháp sao cho thích hợp.

* Tập luyện cần dựa vào nếp sinh hoạt. Thường thì từ 2 ~ 3 tháng tuổi là có thể tập luyện được.

1. Tắm không khí

Chủ yếu là lợi dụng độ chênh lệch thân nhiệt với không khí bên ngoài mà rèn luyện khiến cho cơ thể nâng cao khả năng thích nghi với hoàn cảnh khí trời thay đổi. Tiếp xúc với khí trời mới mẻ là bước khởi đầu rèn luyện. Mùa hè nên cho trẻ 3 ~ 4 tuần tuổi ngủ bên ngoài phòng ngủ hoặc vận động một lúc; mùa đông thì mở toang cửa sổ cho khí trời lùa vào, khi đã quen dần thì cho trẻ ra ngoài. Thường thì trẻ 2 ~ 3 tháng tuổi có thể cho

không khí trời lùa vào, đảm bảo nhiệt độ trong phòng không thấp dưới 20°C. Dần tập cho trẻ mặc ít áo quần, đến khi chỉ mặc đồ ngắn. Khi đã thích nghi thì cho trẻ ra ngoài phòng ở. Thời gian tắm không khí trời tùy thuộc vào vùng miền, mùa thời tiết, độ tuổi, thể chất của trẻ; thường cứ sau khi ăn thực hiện 1 đến 1 giờ rưỡi đồng hồ là đủ. Chú ý trẻ có biểu hiện lạnh hay không mà thời gian thực hiện lâu mau cho phù hợp.

2. Tắm nắng

Ánh nắng có tia cực tím, được chiếu lên da thì cho vitamin D₃, có tác dụng ngăn ngừa chứng còi xương. Dưới nắng chiếu, mạch máu giãn nở, máu tuần hoàn tốt, thúc đẩy khả năng hoạt động của phổi, nên thực hiện khi nhiệt độ ngoài trời 22°C không có gió lớn, mùa hè ở miền Nam thời gian thực hiện tốt nhất từ 8 đến 10 giờ, miền Bắc thực hiện từ 9 đến 11 giờ; mùa xuân thời gian thực hiện nên từ 10 đến 12 giờ. Khi tắm nắng nên cho trẻ đội mũ màu trắng, chú ý bảo vệ tốt mắt, tốt hơn hết là để trẻ tắm nắng dưới bóng cây xanh, nơi không khí lưu thông, thời gian kéo dài chỉ 20 ~ 30 phút là đủ.

3. Tắm nước

Tắm cho trẻ nên thực hiện nhiều cách, lau, tưới, ngâm, bơi... Nên cho trẻ tắm nước ấm, nhiệt độ ngang nhiệt độ cơ thể, dần tập tắm nước lạnh. Từ 2 tuổi trở lên thì tập rửa mặt, rửa tay bằng nước lạnh cho trẻ.

4. Tập thể dục

Từ hai tháng tuổi đã có thể tập thể dục cho trẻ, từ tập bị động để rồi tập chủ động bằng cách để trẻ vận động. Tùy độ tuổi mà chọn cách tập luyện cho trẻ sao cho phù hợp.

B. Dinh dưỡng hợp lý và thói quen ăn uống

Trẻ trong giai đoạn lớn, việc cung cấp dinh dưỡng và cho trẻ ăn uống đúng khoa học là điều hết sức quan trọng để đảm bảo thể chất sức khỏe cho trẻ.

Trẻ trước 6 tháng tuổi nên vỗ về, cho trẻ bú vú mẹ, từ sau khi sinh 30 phút đã cho bú, không hạn chế thời gian, lượng ăn sữa. Sữa mẹ là thức ăn tự nhiên, giàu dinh dưỡng thích hợp cho trẻ mạnh khỏe, chóng lớn, theo thời gian mà cho trẻ ăn dặm dần. Cần tập cho trẻ có thói quen ăn uống, ăn uống vệ sinh, đúng giờ, rửa tay trước khi ăn, khi ăn không nô đùa, chuyên tâm vào việc ăn, duy trì cho trẻ có tinh thần thoải mái, háu ăn, tập cho trẻ biết dùng dụng cụ đồ ăn. Ngay từ khi trẻ còn nhỏ, tập sao cho trẻ không kiêng khem, ăn lệch món, không kén ăn mà cũng không được ăn vồ vập. Khi trẻ không muốn ăn thì cần tìm hiểu rõ nguyên nhân, không được ép trẻ ăn. Bậc cha mẹ cần biết điều chế món ăn hợp lý, đảm bảo đủ dinh dưỡng cung cấp cho cơ thể trẻ.

C. Phòng ngừa bệnh lây nhiễm

Trẻ rất dễ lây nhiễm bệnh, cần tiêm chủng phòng bệnh định kỳ. Hiện nay ở bất cứ nơi nào đều có tiêm phòng các bệnh lây nhiễm cho trẻ, hơn thế nữa, đó còn là pháp lệnh bảo vệ trẻ, bậc cha mẹ cần chú ý tiêm phòng cho trẻ khi có chủ trương. Điều kiện sống, môi trường sống càng phát triển thì dịch bệnh cũng càng nhiều thêm, vì thế cần quan tâm tiêm chủng phòng dịch, đặc biệt là tiêm chủng những bệnh lây nhiễm di truyền. Nếu trẻ đã mắc bệnh thì nên chú ý cách ly, quản lý tốt nguồn lây nhiễm, tránh lây nhiễm sang cho người khác. Phải hết sức chú ý tới mùa dịch bệnh lây nhiễm, đề cao cảnh giác, cố tránh để trẻ đến những nơi công cộng, đặc biệt là vùng dịch, tiếp xúc với người mắc bệnh. Trong nhà cửa cần hết sức chú ý giữ cho thông gió, vệ sinh. Người lớn yêu trẻ là chuyện thường thấy, nhưng cần chú ý bệnh từ người lớn lây nhiễm sang, ví dụ như lao phổi, siêu vi trùng gan; tay chân mồm miệng bắn tiếp xúc, sờ nắn, hôn hít trẻ cũng là nguyên nhân lây nhiễm bệnh tật sang cho trẻ.

D. Xây dựng thói quen giữ vệ sinh thật tốt

Cần coi trọng việc tắm rửa lau người cho trẻ, giữ sạch quần áo, đồ dùng, chăn màn, chiếu, ga gối. Khi tắm cho trẻ cần thực hiện từ đầu trước sau đó mới tắm cho cổ và toàn thân mình. Bộ phận sinh dục

và nơi lăm nếp nhăn dễ bị tổn thương, khi tắm xong thì xoa phấn rôm làm mát mẻ. Khi trẻ chưa mọc răng không nên cọ xát khoang miệng tránh làm tổn thương niêm mạc khoang miệng của trẻ, dây bản dây nhiễm. Trẻ còn chưa rụng rốn không nên cho tắm chậu. Trẻ độ tuổi thơ ấu cần tập cho thói quen súc miệng sáng tối và súc miệng sau bữa ăn, trước khi ăn và sau khi đi ngoài rửa tay, trước khi ngủ rửa mặt, không uống nước lã, rửa trái cây xong mới được ăn, tập thói quen cắt móng tay chân, cố không để trẻ mặc quần hở đũng. Trẻ khi đã đi học cần tạo cho được nếp sinh hoạt, ngủ đúng giờ. Khi trẻ viết, đọc sách cần chú ý tới khoảng cách mắt, động tác ngồi, không để trẻ tỳ ngực uôm lên bàn viết, vẹo lưng khi viết, khoảng cách mắt tới sách vở tốt nhất là 33cm; chữ viết không quá nhỏ và không quá to, quá nghiêng, quá dày kịt nhằm tránh bệnh cận thị, luyện tập sao cho tinh mắt, không dị tật.

E. Rèn luyện tâm lý tốt đẹp

Tâm lý trẻ tốt hay xấu ảnh hưởng nhiều đến sự lớn lên của sức khỏe thể chất và sức khỏe tinh thần. Tất bệnh cũng có ảnh hưởng xấu đến phát triển mọi mặt, bậc làm cha mẹ cần coi trọng sự phát triển của trẻ ở mọi độ tuổi, tìm phương pháp dạy dỗ sao cho khoa học, làm cho trẻ phát triển toàn diện. Biết dạy dỗ trẻ hình thành nhân cách,

khả năng thích nghi với xã hội, tránh làm tổn thương về mặt tâm linh của trẻ; với những khuyết tật ở trẻ cần biết cách vỗ về, không xỏ xiên chê bai mà nên an ủi, tránh không làm tổn thương đến tâm lý, làm bệnh tình tăng nặng. Bạc cha mẹ cần cùng nhau xây dựng tổ ấm thật sự ấm êm, có như thế mới đảm bảo cho trẻ phát triển mạnh khỏe cả về thể chất và tâm sinh lý, trí tuệ.

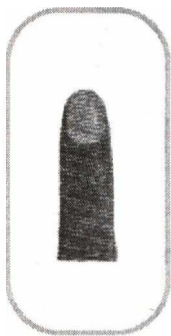
CHƯƠNG III

DỰ ĐOÁN SỨC KHỎE CỦA TRẺ

I. TÍN HIỆU BỆNH TẬT ĐƯỢC PHẢN ÁNH TRÊN MÀU SẮC MÓNG TAY

1. Màu trắng (Hình 3 - 1 - 1, ảnh 3 trang 6)

Nền móng tay màu trắng xanh là tín hiệu khí huyết hư suy; nếu màu trắng mà nhuận thì bệnh nhẹ, màu trắng mà biểu hiện khô, thiếu độ bóng chứng tỏ bệnh nặng.



Hình 3 - 1 - 1

Toàn bộ móng màu trắng xanh là do thiếu máu, thiếu dinh dưỡng, dinh dưỡng không tốt, xơ gan,

viêm mạn tính kết tràng, chứng căn móng, chứng chìm mạch... Nếu một phần móng trắng (trên mặt móng có đốm hoặc vạt đốm trắng hoặc hình bạch vân) có thể là bệnh về hệ thống tiêu hóa, dinh dưỡng kém, thiếu kẽm, bệnh giang mai...

2. Màu đỏ (Hình 3 - 1 - 2, ảnh 4 trang 6)

Nền móng tay màu đỏ là triệu chứng khí huyết nhiệt; màu đỏ mà nhuận bóng chứng tỏ bệnh nhẹ, còn màu đỏ mà khô thô chứng tỏ bệnh đã nặng. Nền móng mà xuất huyết cũng là chứng đỏ móng; nếu móng ngón bong mép nổi hình củ ấu đường vạch dọc xuất huyết là triệu chứng máu khó cầm, dị ứng thuốc, viêm cấp tính màng trong tim...



Hình 3 - 1 - 2

3. Màu vàng (Hình 3 - 1 - 3, ảnh 5 trang 7)

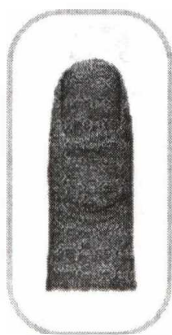
Nền móng tay màu vàng là triệu chứng thấp nhiệt. Nếu màu vàng tươi thì bệnh nhẹ, bệnh nhanh khỏi. Nếu màu vàng xám đậm là triệu chứng bệnh nặng, kéo dài. Móng ngón màu vàng là biểu

hiện bệnh về gan, chức năng tuyến giáp trạng kém, chức năng tuyến thận trên không tốt, chứng đau thận tổng hợp, chứng máu lắng chất cà rốt...



Hình 3 - 1 - 3

4. Màu xanh (Hình 3 - 1 - 4, ảnh 6 trang 7)



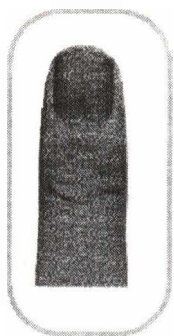
Hình 3 - 1 - 4

Nền móng tay màu xanh là biểu hiện triệu chứng hàn, máu tụ, chứng đau, kinh giật bí khí; thường gặp thiếu dưỡng khí hoặc sử dụng

Phenolftalein, Atebrin. Bệnh diễn biến lâu ngày thì móng màu xanh khô thô, biểu hiện khí gan hết, cần chú ý về sau.

5. Màu đen (Hình 3 - 1 - 5, ảnh 7 trang 8)

Nền móng tay màu đen chủ yếu là bởi chứng hàn, tụ ứ máu, chứng đau. Bệnh ủ lâu ngày thì nền móng tay cho màu đen xám xịt không bóng, biểu hiện khí thận cạn kiệt, bệnh hiểm nghèo. Trên bề mặt móng ngón xuất hiện một hoặc nhiều đường sọc dọc mảnh mà lại cho màu đen là biểu hiện nội tiết rối loạn, u bướu ác tính. Bệnh nhân ung thư sau khi trị liệu bằng phương pháp chiếu xạ, chạy hóa chất đều cho màu đen ở móng ngón, mỗi vòng là mỗi lần trị liệu hoá chất.



Hình 3 - 1 - 5

6. Màu đen (Hình 3 - 1 - 6, ảnh 8 trang 8)

Nền móng tay màu xanh lam là triệu chứng gan đã bị tà khí, máu tụ ứ đọng. Khoa học hiện đại

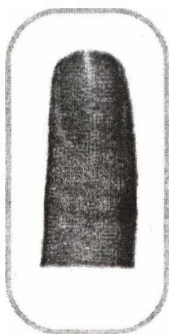
phát hiện triệu chứng này xuất hiện bởi các nguyên nhân bệnh nhân uống lăm độc tố Clo, Atebrin, sắc tố huyết chìm, xơ gan, ngộ độc axit nitric, thiếu dưỡng khí.



Hình 3 - 1 - 6

7. Màu nâu hạt dẻ (Hình 3 – 1 – 7, ảnh 9 trang 9)

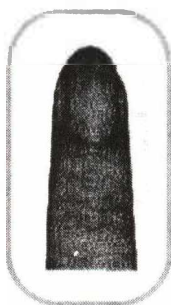
Nền móng tay màu nâu hạt dẻ thường là bệnh về da nổi gai đen, chức năng gan giảm sút hoặc do uống phải Phenolftalein, thuốc chống sốt rét...



Hình 3 - 1 - 7

8. Màu nửa đỏ nửa trắng (Hình 3 - 1 - 8, ảnh 10 trang 9)

Nền móng tay màu nửa đỏ nửa trắng, đầu mút ngón màu đỏ hạt dẻ, đoạn gần chân móng thì đốm trắng, ranh giới rõ ràng là tín hiệu gan đã bị xơ vữa cứng đi.



Hình 3 - 1 - 8

II. TÍN HIỆU BỆNH TẬT ĐƯỢC PHẢN ÁNH LÊN TRÊN HÌNH DÁNG MÓNG TAY

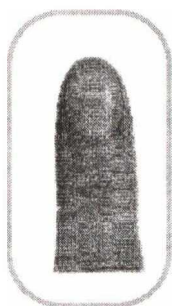
Móng ngón tiêu chuẩn (Hình 3 - 2 - 1), móng ngón tiêu chuẩn thường chiếm tới $\frac{1}{2}$ đốt ngón tay đó; nếu lớn hơn thì gọi là móng lớn, nhỏ hơn thì gọi là móng bé; vành trắng cuối chân móng thường chiếm $\frac{1}{5}$ toàn bộ móng; quá lớn hoặc quá bé là không bình thường.

1. Móng co teo (Hình 3 - 2 - 2, ảnh 11 trang 10)

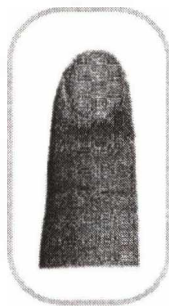
Người nào có móng hình như thế này là biểu hiện thần kinh hết sức nhạy cảm, phản ứng mạnh mẽ đối với mọi kích thích kích động, thường có biểu hiện lâm sàng không tốt về dinh dưỡng.

2. Móng ngón to bè (Hình 3 - 2 - 3, ảnh 12 trang 10)

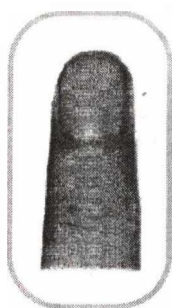
Người nào có móng ngón hình như thế này thường biểu hiện trì trệ, dễ mắc chứng tê liệt chân tay, dễ trúng phong hàn, hầu hết mắc chứng bệnh đau mỗi hông đùi.



Hình 3 - 2 - 1



Hình 3 - 2 - 2



Hình 3 - 2 - 3

3. Móng ngón dài (Hình 3 - 2 - 4, ảnh 13 trang 11)

Người nào có móng ngón hình dài như thế này thường mắc chứng bệnh về hệ thống hô hấp và hệ thống huyết quản, ví dụ như viêm khí quản, viêm

phổi, lao phổi, viêm cơ tim.

4. Móng ngón ngắn tũn (Hình 3 - 2 - 5, ảnh 14 trang 11)

Người nào có móng ngón hình ngắn tũn như thế này thường dễ mắc bệnh tim mạch vành, bệnh tiểu đường, thần kinh suy nhược...



Hình 3 - 2 - 4

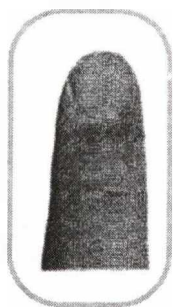


Hình 3 - 2 - 5

5. Móng ngón hình tam giác (Hình 3 - 2 - 6, ảnh 15 trang 12)

Người nào có móng ngón hình tam giác mà lại

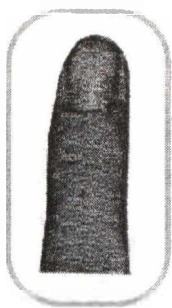
hẹp phần chân rộng phần đầu móng phần nhiều dễ mắc chứng bệnh đau đầu.



Hình 3 - 2 - 6

6. Móng ngón hẹp (Hình 3 - 2 - 7, ảnh 16 trang 12)

Người nào có móng ngón hẹp thể hiện thể chất sút kém nhưng sức đề kháng lại mạnh mẽ, sức chịu đựng dẻo dai.



Hình 3 - 2 - 7

7. Móng ngón quả trám (Hình 3 - 2 - 8, ảnh 17 trang 13)

Người nào có móng ngón hình quả trám thường

mắc các chứng bệnh tim mang tính xơ vữa động mạch, cao huyết áp, tụ máu não.



Hình 3 - 2 - 8

8. Móng ngón hình rẽ quạt (Hình 3 - 2 - 9, ảnh 18 trang 13)

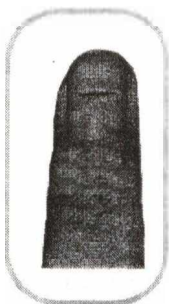
Người nào có móng ngón hình rẽ quạt thì dễ trúng gió, trên lâm sàng khẳng định dễ mắc chứng viêm gan, sỏi mật.



Hình 3 - 2 - 9

9. Móng ngón có đường ngang lõm giữa (Hình 3 - 2 - 10, ảnh 19 trang 14)

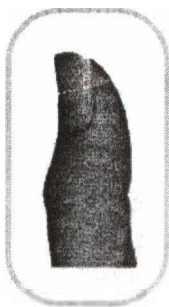
Người nào có móng ngón hình rãnh ngang lõm
trũng giữa thường là có ký sinh trùng trong cơ thể.



Hình 3 - 2 - 10

10. Móng ngón cong vểnh lên (Hình 3 - 2 -
11, ảnh 20 trang 14)

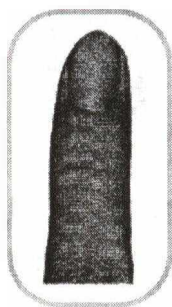
Người nào có móng ngón cong vểnh lên, phần
giữa móng mỏng yếu, mặt móng có vân ngang
thường là bị giun móc, biểu hiện cơ thể thiếu can
xi, thiếu máu, thiếu dinh dưỡng.



Hình 3 - 2 - 11

11. Móng ngón trở giữa cao gồ lên (Hình 3 - 2 - 12, ảnh 21 trang 15)

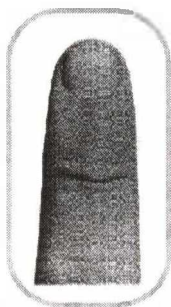
Người nào có móng ngón trở cao gồ lên hình thù như móng ngón chân thú dữ là triệu chứng bệnh lao phổi.



Hình 3 - 2 - 12

12. Móng ngón hình tròn nửa (Hình 3 - 2 - 13, ảnh 22 trang 15)

Người nào có móng ngón hình nửa tròn thường là triệu chứng chức năng thận không hoàn tất.



Hình 3 - 2 - 13

13. Móng ngón hình ống (Hình 3 - 2 - 14, ảnh 23 trang 16)

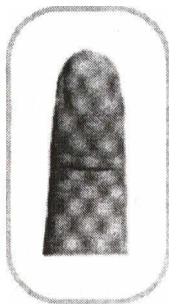
Người nào có móng ngón hình ống thường đã bị ung thư giai đoạn cuối.



Hình 3 - 2 - 14

14. Móng ngón hình bẹt phẳng (Hình 3 - 2 - 15, ảnh 24 trang 16)

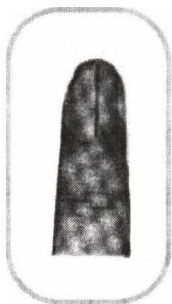
Người nào có móng ngón phẳng dẹt dễ mắc lao hạch, viêm họng, như là viêm hầu, viêm họng, viêm amidan cấp tính.



Hình 3 - 2 - 15

15. Móng ngón có sọc dọc (Hình 3 – 2 – 16, ảnh 25 trang 27)

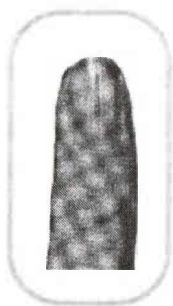
Người nào có móng ngón sọc dọc mà lại dễ đứt gãy là triệu chứng chức năng tim không tốt, hoặc ruột co bóp kém. Trên móng ngón cái có nhiều vân dọc như thế, thường bắt gặp con trẻ, nguyên do là kén ăn mà nên.



Hình 3 - 2 - 16

16. Móng ngón rãnh lõm (Hình 3 – 2 – 17, ảnh 26 trang 17)

Người nào móng ngón có rãnh lõm dọc chứng tỏ trong cơ thể có nhiều ký sinh trùng, hoặc đường ruột tê liệt. Nếu mặt móng ngón tay cái có rãnh lõm thì thường là tinh thần thiếu phấn chấn; móng ngón trở rãnh lõm là triệu chứng da bị mụn; móng ngón giữa có rãnh lõm thường là chứng cơ thiếu lực; móng ngón đeo nhẫn có rãnh lõm thường là bị tật về mắt; móng ngón út có rãnh lõm là triệu chứng bệnh về hệ thống gan mật, viêm họng, đau thần kinh...

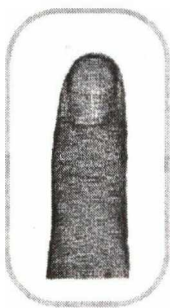


Hình 3 - 2 - 17

III. TÍN HIỆU BỆNH TẬT ĐƯỢC PHẢN ÁNH NHỮNG DỊ THƯỜNG Ở MÓNG TAY

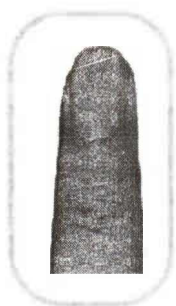
Tín hiệu bệnh tật có thể phán đoán được ở màu sắc khác lạ ở móng ngón tay.

1. Móng ngón xuất hiện đốm màu trắng (Hình 3 - 2 - 18, ảnh 27 trang 18): Có thể là đã bị tổn thương mang tính nhất thời nào đó.



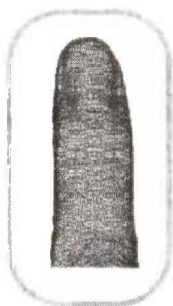
Hình 3 - 2 - 18

2. Toàn bộ móng ngón biến thành màu vàng (Hình 3 - 2 - 19, ảnh 28 trang 18), có thể bị bệnh nhiễm khuẩn.



Hình 3 - 2 - 19

3. Vành trắng chân móng nổi màu đỏ (Hình 3 - 2 - 20, ảnh 29 trang 29), có thể bị bệnh tim, nếu màu nhạt đi thì triệu chứng thiếu máu.



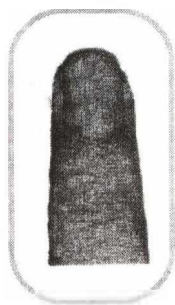
Hình 3 - 2 - 20

4. Móng ngón xuất hiện rãnh ngang (Hình 3 - 2 - 21, ảnh 30 trang 19), có thể bị bệnh sỏi, bệnh phát ban... sốt cấp tính, hoặc bệnh về trao đổi chất, bệnh về da.



Hình 3 - 2 - 21

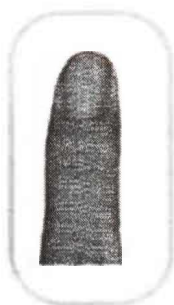
5. Móng ngón xuất hiện rãnh dọc (Hình 3 - 2 - 22, ảnh 31 trang 20), có thể ngoài chuyện chất móng bị tổn thương thì rất có thể là bệnh nấm da.



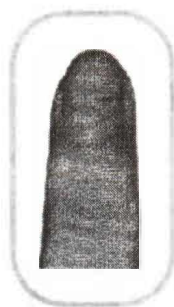
Hình 3 - 2 - 22

6. Móng ngón trở nên mỏng giòn, hình lăng nổi dọc (Hình 3 - 2 - 23, ảnh 32 trang 20) móng dễ bị gãy nứt, chia lớp thể hiện dinh dưỡng không tốt, rất có thể da dễ bị nấm khuẩn.

7. Móng ngón xuất hiện hốc lõm (Hình 3 - 2 - 24, ảnh 33 trang 21) biểu hiện người này mắc bệnh vẩy nến, eczema, nấm chàm.



Hình 3 - 2 - 23

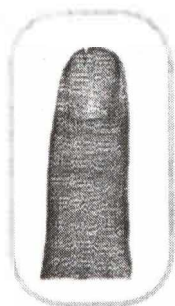


Hình 3 - 2 - 24

8. Móng ngón rách dọc (Hình 3 - 2 - 25, ảnh 34 trang 21) rất có thể chức năng tuyến giáp trạng giảm sút, chức năng là trước tuyến yên khác thường.

9. Móng ngón dày lên, đầu ngón càng dày (Hình 3 - 2 - 26), rất có thể do bẩm sinh mà cũng có thể sự kích thích về sau gây nên.

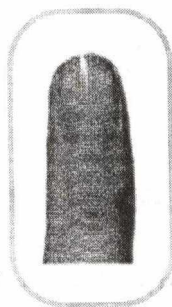
10. Móng ngón mỏng yếu, đầu móng nứt (Hình 3 - 2 - 27), rất có thể do bẩm sinh khác thường hoặc thiếu vitamin.



Hình 3 - 2 - 25



Hình 3 - 2 - 26



Hình 3 - 2 - 27

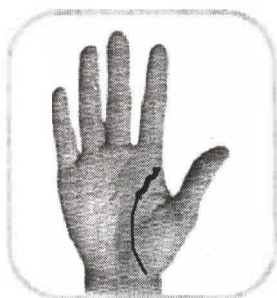
IV. TÍN HIỆU BỆNH TẬT ĐƯỢC PHẢN ÁNH QUA VÂN BÀN TAY

1. Tín hiệu bệnh tật có thể phán đoán được ở trên đường sinh mệnh

1. Đoạn trên của đường tình cảm có ký hiệu vân hình đảo nhỏ (Hình 3 - 3 - 1, hình vân bàn tay 3 - 3 - 1):

Là biểu hiện chứng tỏ con người này ngay từ nhỏ đã bị bệnh tật về đường hô hấp, viêm khí quản mạn tính.

Những biểu hiện khác của vân bàn tay: Có hai đường vân mấn cảm, thể hiện thể chất nhạy cảm; trên đường tình cảm bên dưới ngón đeo nhẫn có vân hình đảo là tín hiệu chứng cận thị; có nhiều đường phóng túng là tín hiệu chứng tỏ lảm mộng mị.

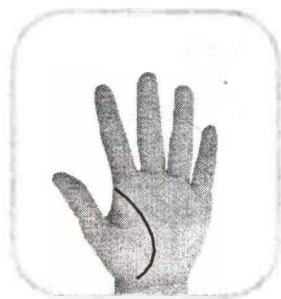


Hình 3 - 3 - 1



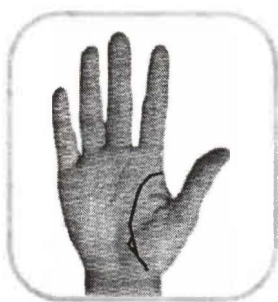
Vân tay hình 3 - 3 - 1

2. Gờ Kim tinh hoặc trên đường phía trong đoạn cuối đường sinh mệnh có hình hốc lõm nhỏ, nói rõ người này bị gai đôi cột sống lưng hông. Nếu trẻ nhỏ có biểu hiện này (Hình 3 - 3 - 2) thì chứng tỏ chiều cao cơ thể lớn quá nhanh.



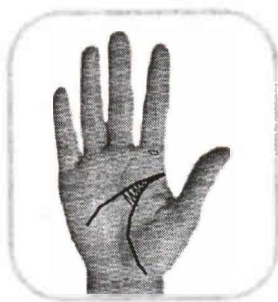
Hình 3 - 3 - 2

3. Nơi cung Khảm gần đoạn cuối đường sinh mệnh có ký hiệu vân tam giác nổi rõ (Hình 3 - 3 - 3) thì chứng tỏ người này từng mắc chứng sa đì hoặc sa ruột.



Hình 3 - 3 - 3

4. Nơi giao nhau đoạn khởi đầu đường sinh mệnh và đường trí tuệ có vân hình củ ấu (Hình 3 - 3 - 4, hình vân bàn tay 3 - 3 - 2) chứng tỏ người này từng mắc chứng đái dầm.



Hình 3 - 3 - 4

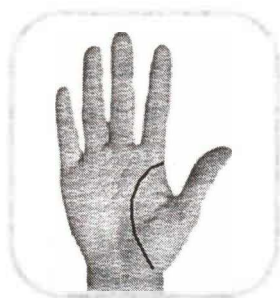
Những biểu hiện khác của vân bàn tay: Giữa đường trí tuệ có vân hình đảo là tín hiệu chứng cận thị; vị trí cung Chấn có vân chữ “Điền” chứng tỏ hệ thống tiêu hóa không tốt.



Vân tay hình 3 - 3 - 2

5. Điểm khởi đầu đường sinh mệnh hai bàn tay cao (Hình 3 - 3 - 5, hình vân bàn tay 3 - 3 - 3) chứng tỏ người này gan hỏa mạnh, dễ mắc các chứng bệnh về gan mật.

Những biểu hiện khác của vân bàn tay: Đoạn cuối đường bản năng chia chạc, tín hiệu viêm khớp; huyết phương đình có vân hình chữ “Thập” nên cần lưu ý ngừa bệnh tim.



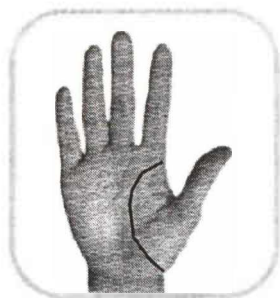
Hình 3 - 3 - 5



Vân tay hình 3 - 3 - 3

6. Khởi điểm đường sinh mệnh hai bàn tay thấp gần với ngón cái làm cho vùng axit (đại ngũ tể) nhỏ (Hình 3 - 3 - 6, hình vân bàn tay 3 - 3 - 4) chứng tỏ bẩm sinh người này có huyết áp thấp, tín hiệu dễ mắc chứng không phát dục.

Những biểu hiện khác của vân bàn tay: Gián cách của đường sinh mệnh với đường trí tuệ xa thể hiện tính cách vội vã âu lo; đường bản năng ngắn, mà cuối đoạn lại chia chạc, lưu ý cần ngừa chứng xuất huyết não về sau.



Hình 3 - 3 - 6

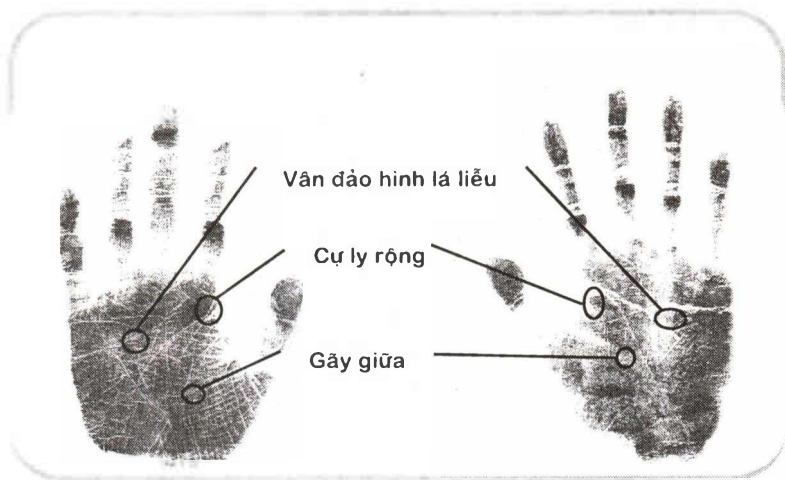


Vân tay hình 3 - 3 - 4

7. Đường sinh mệnh chỉ chạy đến giữa chùng thì đột ngột đứt gãy, biến mất, mà cuối đoạn đó thì chia chạc (Hình 3 - 3 - 7, hình vân bàn tay 3 - 3 - 5) biểu hiện người này có lịch sử gia tộc xuất huyết não. Nếu như hai bàn tay đều có vân như thế này thì càng chứng tỏ biểu hiện lâm sàng đó chuẩn xác.



Hình 3 - 3 - 7



Vân tay hình 3 - 3 - 5

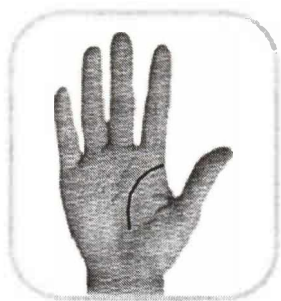
Những biểu hiện khác của vân bàn tay: Ở huyết phương đình của ngón tay đeo nhẫn thẳng xuống có vân hình lá liễu cần chú ý tuyến vú lớn thêm; gián cách đường sinh mệnh với đường trí tuệ lớn thể hiện tính cách vội vã âu lo, cần chú ý tới bệnh viêm phụ khoa.

8. Đường sinh mệnh ngắn, đoạn cuối bằng đầu (Hình 3 - 3 - 8, hình vân bàn tay 3 - 3 - 6) biểu hiện người này có lịch sử gia tộc bị bệnh xơ cứng gan; nếu cả hai bàn tay đều có như thế thì càng thêm khẳng định.



Vân tay hình 3 - 3 - 6

Những biểu hiện khác của vân bàn tay: Có đường phân gan rõ nét lưu ý cần đề phòng bệnh viêm gan; chỗ gờ Nguyệt có vân hình chữ “Điền”, lưu ý tới bệnh đau bụng kinh.



Hình 3 - 3 - 8

9. Đoạn trên đường sinh mệnh có mấy đường vân nhiều, hoặc giữa đường sinh mệnh có vân hình đảo rất lớn (Hình 3 - 3 - 9, hình vân bàn tay 3 - 3 - 7) biểu hiện người này có lịch sử gia tộc bị bệnh lao phổi.



Hình 3 - 3 - 9

Những biểu hiện khác của vân bàn tay: Đường trí tuệ xuất hiện từ dưới ngón tay giữa, tín hiệu bệnh ung thư não; bụng ngón có vân hình mở miệng mà hướng sang phía ngón tay út biểu hiện thể chất yếu ớt dễ mắc lăm bệnh tật.

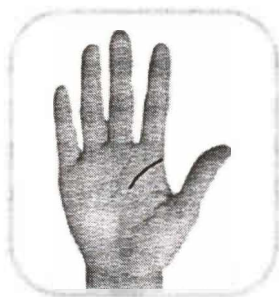


Vân tay hình 3 - 3 - 7

2. Tín hiệu bệnh tật có thể phán đoán được ở trên đường trí tuệ

1. Đường trí tuệ của trẻ rất ngắn (Hình 3 - 3 - 10, hình vân bàn tay 3 - 3 - 8) khả năng lớn lên dễ mắc chứng đau đầu, hoa mắt chóng mặt.

Những biểu hiện khác của vân bàn tay: Ngón tay đeo nhẫn cong chứng tỏ lịch sử có bệnh viêm khớp

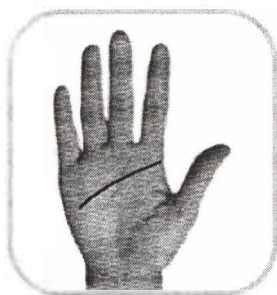


Hình 3 - 3 - 10



Vân tay hình 3 - 3 - 8

2. Đường trí tuệ của trẻ bằng phẳng mà dài (Hình 3 - 3 - 11) thể hiện tính khí nóng.



Hình 3 - 3 - 11

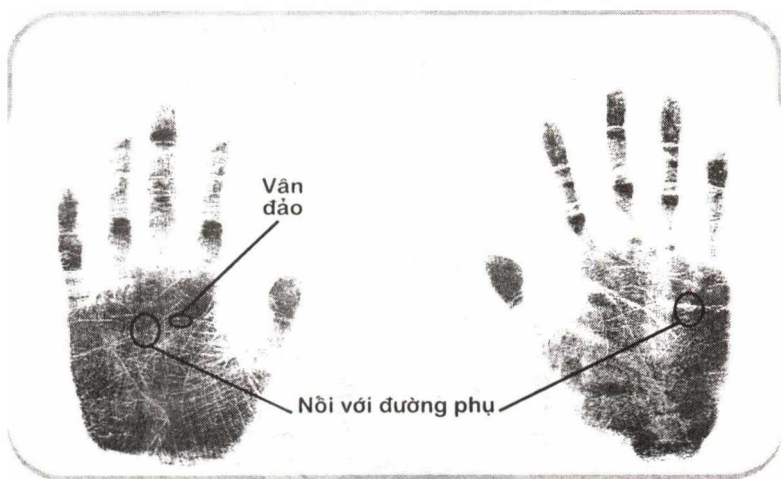
3. Giữa đường trí tuệ của bàn tay trẻ có vân đảo nhỏ (Hình 3 - 3 - 12, hình vân bàn tay 3 - 3 - 9, hình vân bàn tay 3 - 3 - 10) biểu hiện chứng cận thị.



Vân tay hình 3 - 3 - 9

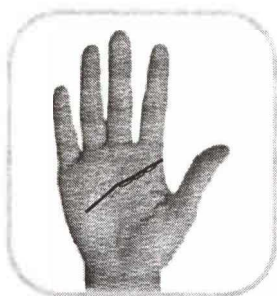


Hình 3 - 3 - 12



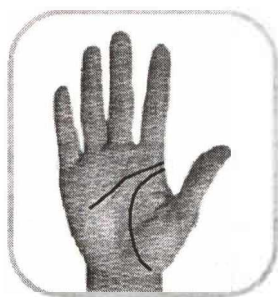
Vân tay hình 3 - 3 - 10

Những biểu hiện khác của vân bàn tay: Giữa đường trí tuệ có vân hình chữ “Thập”, tín hiệu chứng đau đầu; vân hình củ ấu ở đường bản năng và đường trí tuệ biểu hiện chứng đái dầm.



Hình 3 - 3 - 13

4. Giữa của đường trí tuệ trẻ có 3 ~ 4 ký hiệu vân hình đảo nhỏ nối liền (Hình 3 - 3 - 13) nhắc nhở cần phải dự phòng chứng bệnh tim.

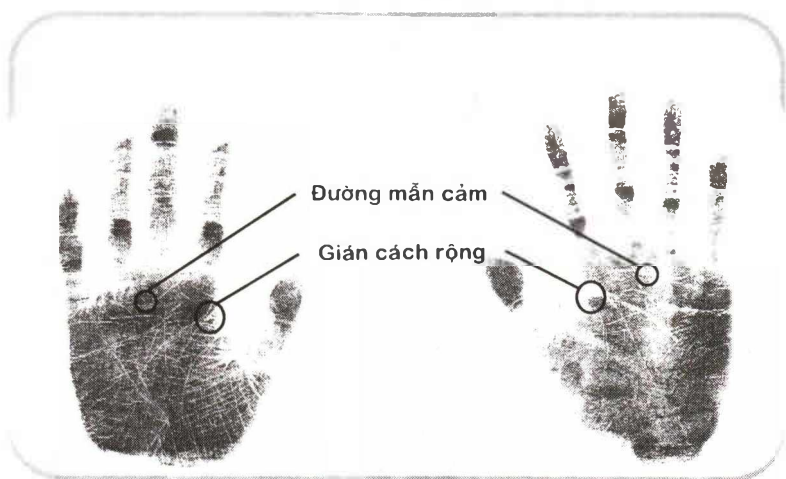


Hình 3 - 3 - 14

Những biểu hiện khác của vân bàn tay: Ở đường tình cảm bên dưới ngón tay đeo nhẫn có đường vân phụ nối tiếp, nói rõ trẻ này đã từng bị bệnh nặng thương hàn, viêm phổi...

5. Góc cách điểm khởi đầu của đường trí tuệ với đường bản năng rộng (Hình 3 - 3 - 14, ảnh 3 - 3 - 11) biểu hiện cảm xúc bồn chồn.

Những biểu hiện khác của vân bàn tay: Hai bàn tay đều có đường mấn cảm thể hiện thể chất rất nhạy.



Vân tay hình 3 - 3 - 11

3. Tín hiệu bệnh tật có thể phán đoán được ở trên đường tình cảm

1. Đường tình cảm của trẻ rối rắm (Hình 3 - 3 - 15, ảnh màu 3 - 3 - 12) biểu hiện chức năng đường hô hấp kém, dễ bị ho, viêm phổi.

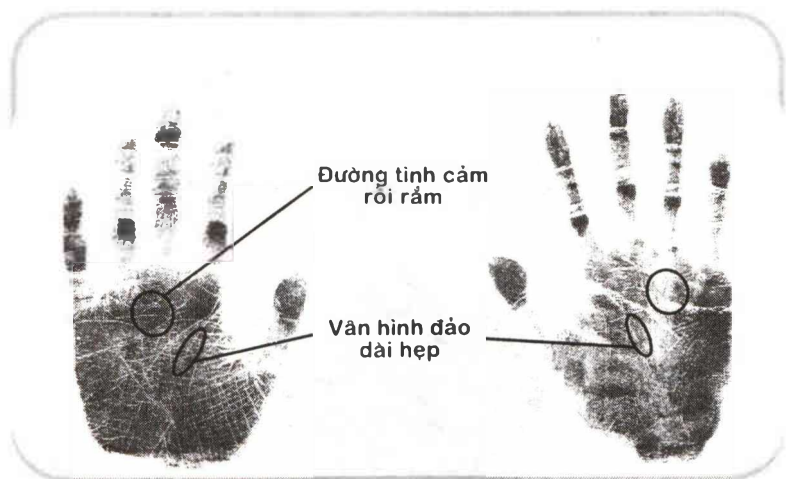
Những biểu hiện khác của vân bàn tay: Đoạn trên của đường bản năng có vân hình đảo hẹp, chứng tỏ từng bị bệnh về phổi.

2. Khởi điểm đường tình cảm của trẻ chia chạc lớn hoặc có dấu bị đứt gãy (Hình 3 - 3 - 16, ảnh

màu 3 - 3 - 13) biểu hiện thể chất kém sút, cần tập luyện nhiều, tăng cường thể chất.



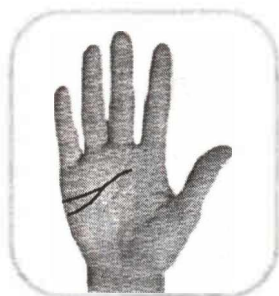
Hình 3 - 3 - 15



Vân tay hình 3 - 3 - 12

Những biểu hiện khác của vân bàn tay: Trên đường trí tuệ có vân hình đảo và đường vân nhiều, chứng tỏ chứng hoa mắt chóng mặt, đau đầu.

Đường tình cảm có vân hình đảo và đường vân nhiều.



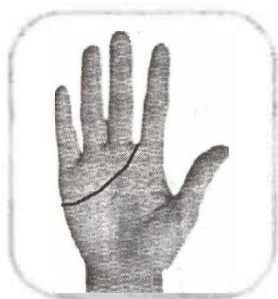
Hình 3 - 3 - 16



Vân tay hình 3 - 3 - 13

3.. Đường tình cảm bàn tay của trẻ chạy thẳng tới giữa khe ngón trỏ và ngón giữa (Hình 3 – 3 – 17,

ảnh màu 3 - 3 - 14) biểu hiện chức năng tiêu hóa kém sút.



Hình 3 - 3 - 17

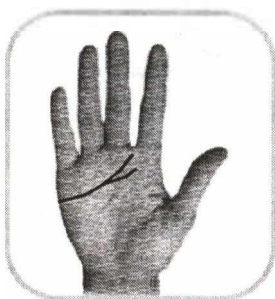


Vân tay hình 3 - 3 - 14

Những biểu hiện khác của vân bàn tay: Cuối đường bản năng trở nên mảnh, cần ngừa chứng gan

xơ cứng; đường trí tuệ thẳng phẳng là tín hiệu chứng đau đầu.

4. Đoạn cuối đường tình cảm bàn tay của trẻ chia chạc hoặc vân phân nhánh (Hình 3 - 3 - 18, ảnh màu 3 - 3 - 15) biểu hiện chứng viêm họng.

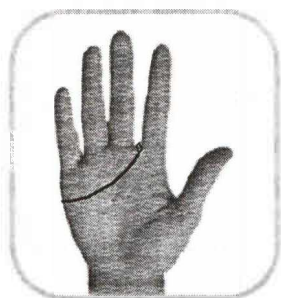


Hình 3 - 3 - 18

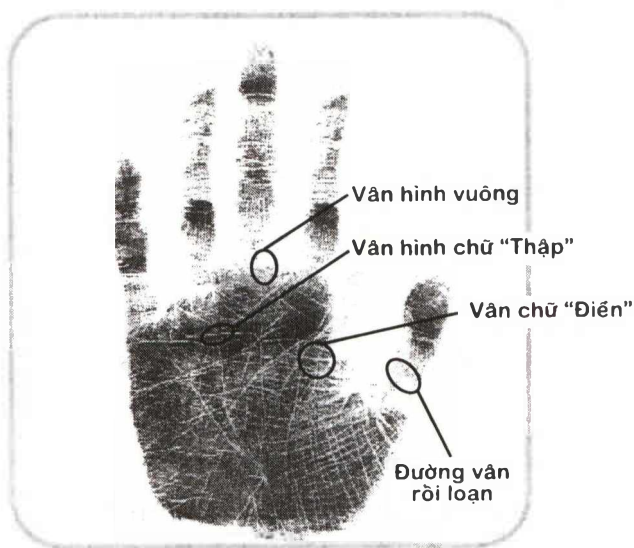


Vân tay hình 3 - 3 - 15

Những biểu hiện khác của vân bàn tay: Đường bản năng và đường trí tuệ có vân hình củ ấu, tín hiệu thời ấu thơ mắc chứng đái dầm; có đường vân xi nê cần chú ý mắc bệnh nặng; có đường vân táo bón là tín hiệu cần chú ý ngừa chứng táo bón.



Hình 3 - 3 - 19



Vân tay hình 3 - 3 - 16

5. Bề mặt nơi khe ngón trỏ và ngón giữa đoạn cuối đường tình cảm bàn tay của trẻ có ký hiệu vân hình vuông (Hình 3 - 3 - 19, ảnh 3 - 3 - 16) tín hiệu đã mắc chứng viêm mũi mạn tính.

Những biểu hiện khác của vân bàn tay: Đường vân ở bề mặt đốt thứ hai ngón tay cái rối rắm, tín hiệu đau đầu, vầng đầu; huyết phương đình có vân hình chữ “Thập” nhắc nhở cần chú ý ngừa bệnh tim; vị trí cung Chấn có vân hình chữ “Điền”, nhắc nhở cần chú ý tới chức năng tiêu hóa kém sút.

6. Đường tình cảm phía dưới ngón tay đeo nhẫn của trẻ có ký hiệu đường vân hình đảo nhỏ (Hình 3 - 3 - 20, ảnh 3 - 3 - 17) tín hiệu trở ngại về thần kinh thị giác, người cận thị thường nhìn thấy những ký hiệu này.



Hình 3 - 3 - 20

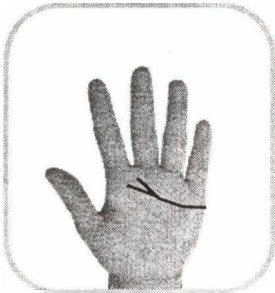
Những biểu hiện khác của vân bàn tay: Trên đường trí tuệ có vân đảo nhỏ là tín hiệu cận thị; đường bản năng có đường vân nhiều chéo chéo

tín hiệu đau lưng hông; có đường vân xi nê là tín hiệu thời nhỏ đã mắc bệnh sốt cao.



Vân tay hình 3 - 3 - 17

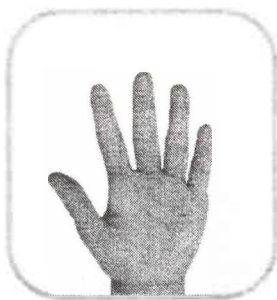
7. Đường tình cảm phía dưới ngón tay đeo nhẫn của trẻ chia chạc (Hình 3 – 3 – 21) tín hiệu chứng bệnh tim bẩm sinh.



Hình 3 - 3 - 21

4. Tín hiệu bệnh tật có thể phán đoán được ở trên đường vân ngón tay

1. Mười đầu ngón tay đều có vân xoáy (Hình 3 - 3 - 22) tín hiệu người này dễ mắc chứng bệnh đau tê vị.



Hình 3 - 3 - 22

2. Vân ngón ngón tay giữa của trẻ là vân hình cung lớn tín hiệu dễ mắc chứng động kinh.



Hình 3 - 3 - 23

3. Vân mười ngón tay của trẻ đều có hình hạt gạo (vết vó ngựa) nhưng miệng mở hướng sang phía ngón tay út (Hình 3 - 3 - 24) tín hiệu dễ mắc bệnh

nặng, khả năng kháng bệnh kém, khó thuyên giảm phục hồi.



Hình 3 - 3 - 24

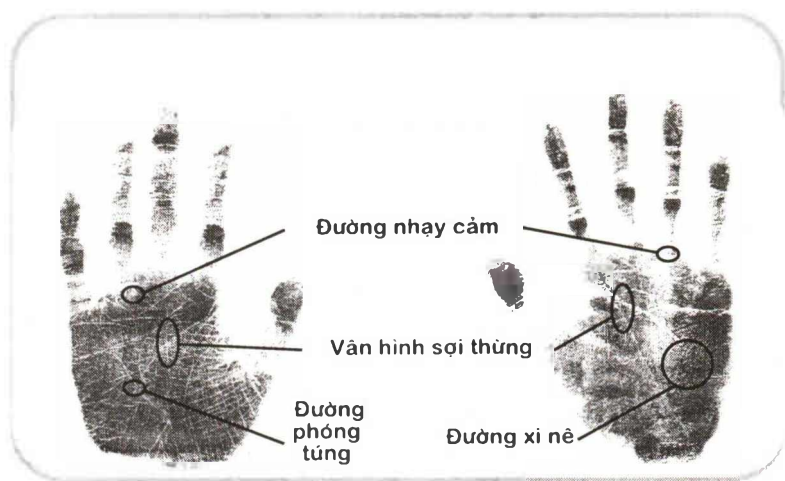
5. Tín hiệu bệnh tật có thể phán đoán được ở trên đường vân nhạ cảm

1. Đường nhạ cảm có hai đường hoặc chỉ mỗi đường tiêu chuẩn (Hình 3 - 3 - 25, ảnh 3 - 3 - 18) biểu hiện người này có thể chất rất nhạ cảm. Thường bắt gặp viêm khí quản, viêm da trời nắng. Nghiên cứu lâm sàng cho thấy, người có đường nhạ cảm, theo tuổi tác cao lên thì chức năng tiêu hoá giảm mạnh.



Hình 3 - 3 - 25

Những biểu hiện khác của vân bàn tay: Đoạn trên của đường bản năng có vân hình sợi thừng bện là tín hiệu thể chất kém; gờ Nguyệt của bàn tay trái có vân phóng túng, gờ Nguyệt bàn tay phải có vân xi nê, thể hiện triệu chứng dễ nhạy cảm mắc các bệnh về da.

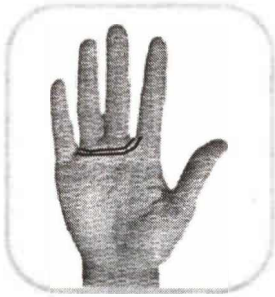


Vân tay hình 3 - 3 - 18

2. Bàn tay trẻ có hai đường nhạy cảm (Hình 3 - 3 - 26, ảnh màu 3 - 3 - 19) tín hiệu dễ mắc các chứng bệnh dị ứng nhạy cảm nghiêm trọng.

Những biểu hiện khác của vân bàn tay: Đường trí tuệ bị các đường vân nhiễu gây nhiễu, bề mặt đốt ngón tay thứ hai ngón tay cái rối rắm là tín hiệu thông báo chứng đau đầu; huyết phương đình có vân hình chữ “phong” (ba gạch ngang song song

có gạch sổ dọc xuống là chữ “Phong” trong chữ “Phong phú”) lưu ý cần đề phòng bệnh tật về tim.



Hình 3 - 3 - 26



Vân tay hình 3 - 3 - 19

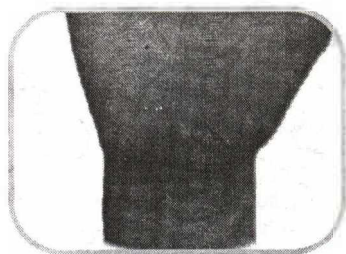
6. Tín hiệu bệnh tật có thể phán đoán được ở sự khác thường các bộ phận trên đường vân khác của bàn tay trẻ

1. Đốt thứ hai ngón tay đeo nhẫn của trẻ có vân hình ngang nhưng mảnh (Hình 3 - 3 - 27) tín hiệu thể chất kém dễ mắc lăm bệnh tật.



Hình 3 - 3 - 27

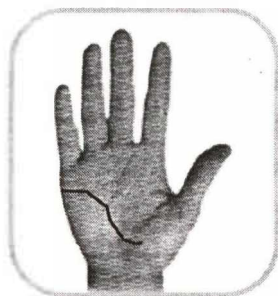
2. Tĩnh mạch nổi rõ ở cổ tay trẻ (Hình 3 - 3 - 28) tín hiệu thể hiện chức năng tiêu hóa kém, thiếu dinh dưỡng.



Hình 3 - 3 - 28

3. Nếu bàn tay trẻ có đường vân gan (Hình 3 - 3 - 29, ảnh 3 - 3 - 20) tín hiệu thể hiện bởi di truyền, cần chú ý giữ gìn gan cho trẻ, lớn lên không nên uống rượu.

Những biểu hiện khác của vân bàn tay: Đường trí tuệ có vân vuông, hình tròn tín hiệu lịch sử bị chấn thương vùng đầu; giữa đường không sức khỏe có vân hình đảo là tín hiệu buồn gan sưng; cuối đường bản năng bị chia chạc nhắc nhở cần lưu ý giữ gìn gan.



Hình 3 - 3 - 29



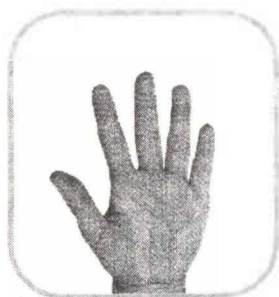
Vân tay hình 3 - 3 - 20

4. Nếu bàn tay trẻ có đường vân xi nê (Hình 3 - 3 - 30, ảnh 3 - 3 - 21) tín hiệu từng bị lên cơn sốt, dễ ra mồ hôi trộm. Nếu như đường vân xi nê chia chạc tín hiệu huyết tương giảm; nếu bé trai có đường vân này thì rất dễ mắc chứng xuất huyết dưới da.

Những biểu hiện khác của vân bàn tay: Nếu có đường vân nhảy cảm là biểu hiện thể chất quá nhạy cảm, dị ứng; đường bản năng nổi hình sợi thừng là tín hiệu dễ mắc chứng bệnh về đường hô hấp.

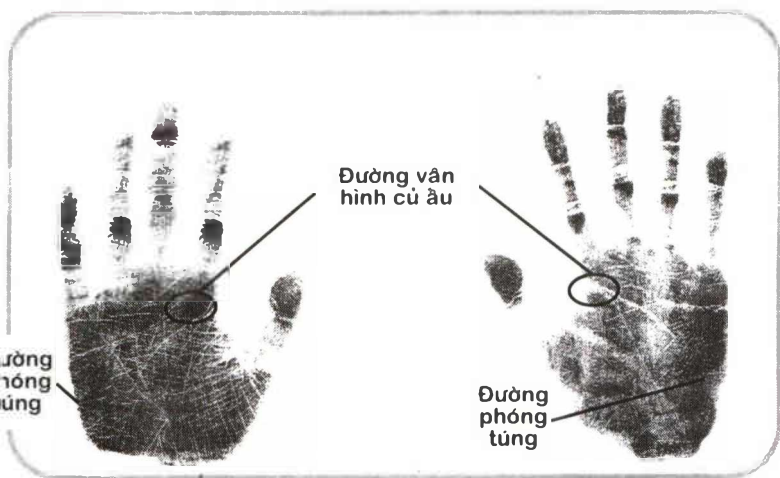


Vân tay hình 3 - 3 - 21



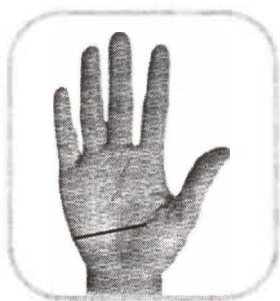
Hình 3 - 3 - 30

5. Bàn tay trẻ có đường vân phóng túng (Hình 3 - 3 - 31, ảnh 3 - 3 - 22) biểu hiện trẻ thiếu ngủ hoặc khi ngủ hay nằm sấp.



Vân tay hình 3 - 3 - 22

Những biểu hiện khác của vân bàn tay: Nơi giao nhau của đường bản năng và đường trí tuệ có vân hình củ ấu là tín hiệu từng mắc chứng đái dầm.



Hình 3 - 3 - 31

6. Nơi gờ Nguyệt hai bàn tay trẻ có vân dạng bụng ngón tay (Hình 3 - 3 - 23) tín hiệu thiếu sinh lực.



Vân tay hình 3 - 3 - 23

Những biểu hiện khác của vân bàn tay: Trên đường trí tuệ có vân nhiều hoặc vân hình chữ “Mế” là tín hiệu từng bị tổn thương đầu.

7. Giữa đường trí tuệ bàn tay trẻ có vân hình đảo nhưng lớn (Hình 3 - 3 - 24) tín hiệu chứng chống mặt.

Những biểu hiện khác của vân bàn tay: Điểm khởi đầu của đường trí tuệ có vân hình đảo dài mà lại hẹp là tín hiệu nói rõ trẻ từng mắc chứng viêm tai giữa.



Vân tay hình 3 - 3 - 24

8. Giữa đường trí tuệ có vân hình chữ “Điền” (Hình 3 - 3 - 25) tín hiệu nói rõ não bộ từng bị tổn thương.

Những biểu hiện khác của vân bàn tay: Vị trí cung Tốn dưới ngón tay trở có vân hình chữ “Thập”, tín hiệu mặt bị kết sỏi; đoạn cuối đường bản năng có vân hình đảo lớn tín hiệu đau hông lưng; nơi gờ Nguyệt có vân hình bụng ngón tay là tín hiệu kém về sức chịu đựng vận động, khả năng kháng bệnh kém.



Vân tay hình 3 - 3 - 25

V. TÍN HIỆU BỆNH TẬT PHẢN ÁNH LÊN CÁC BỘ PHẬN KHÁC

1. Trán có màu xanh, chứng tỏ tâm kinh hỏa.
2. Mặt đỏ chứng tỏ máu hư, cần kiểm tra xem có bị thiếu máu.

3. Mặt tái xanh là triệu chứng tạng phủ không tốt.
4. Trẻ khi nằm ngủ mắt nhắm không kín là biểu hiện tỳ vị suy nhược.
5. Hai mắt trẻ chớp không tự chủ triệu chứng tỳ hư, mắt khô.
6. Tròng trắng mắt trẻ nổi màu lam, có đốm tro hoặc đen (ảnh 35 trang 22), là triệu chứng giun sán.
7. Hai mắt trẻ nổi màu xanh lam (ảnh 36 trang 22) là chứng thiếu máu thiếu sắt.
8. Lông mi trẻ quá dài là biểu hiện thể chất trẻ kém cần coi chừng chứng lao phổi.
9. Mắt trẻ có biểu hiện sưng phù là tín hiệu ký sinh trùng trong cơ thể.
10. Mũi khô màu vàng là biểu hiện trong người nóng hoặc mũi thường chảy máu cam.
11. Ngứa mũi, chứng tỏ khí phổi quá mạnh dẫn đến sợ gió.
12. Trong mũi đỏ là biểu hiện khí gan mạnh.
13. Khi trẻ bị ngoại cảm, cánh mũi phập phồng là tín hiệu viêm phổi.
14. Lỗ mũi đỏ sưng, ấn đau là tín hiệu bụng có ký sinh trùng.
15. Đầu mũi xuất hiện mụn đỏ nhỏ là tín hiệu lên sởi.

16. Hai cánh mũi con gái tuổi dậy thì đỏ lên (ảnh 37 trang 22), tín hiệu có kinh nguyệt.

17. Mũi trẻ tái nhợt là tín hiệu tỳ hư, tiêu hóa kém.

18. Trong môi trẻ nhợt nhạt, tín hiệu sôi bụng buồn nôn.

19. Trong môi trẻ màu vàng là tín hiệu tổn thương dạ dày, tỳ nhiệt, kết lỵ.

20. Trong môi trẻ màu đỏ là tín hiệu mụn nhọt hoặc nhiệt trong.

21. Trong môi trẻ màu xanh là biểu hiện phong hàn ngoại cảm, tổn thương tỳ.

22. Môi trẻ khô đỏ là biểu hiện chứng khí nhiệt táo bón.

23. Màu môi trẻ nhợt nhạt trắng là chứng đầy hơi sôi bụng.

24. Giữa môi trẻ màu tím (ảnh 38 trang 23) là triệu chứng bệnh tim.

25. Dái tai trẻ đột ngột đỏ lên (ảnh 39 trang 23) tín hiệu viêm amidan cấp tính.

26. Dái tai trẻ có hố lõm (ảnh 40 trang 24) biểu hiện huyết áp xuống thấp, mồ hôi trộm.

27. Mạch máu nhỏ ở vùng tam giác tai trẻ trương lên (ảnh 41 trang 24) tín hiệu trẻ bị sa đì thoái vị.

28. Nhánh huyết quản nhỏ ở mu tai trẻ càng bé (ảnh 42 trang 25) chứng tỏ trẻ mạnh khỏe.

29. Mạch máu lưng tai trẻ màu xanh là triệu chứng tụ máu.

30. Mạch máu li ti mu tai trẻ màu đen là triệu chứng tà khí nhập, bệnh nặng.

31. Mạch máu mu tai trẻ nổi rõ (ảnh 43 trang 25), biểu hiện thiếu lực, tín hiệu thể chất kém.

32. Hai mép lưỡi trẻ có đốm đỏ là tín hiệu trong bụng có giun sán.

33. Trẻ có lưỡi dài nhọn (ảnh 44 trang 25), lâm sàng khẳng định trẻ lười ăn nhưng tính cách nôn nóng.

34. Trẻ lưỡi ngắn lại tròn, tín hiệu lâm sàng khẳng định tính cách hướng nội.

35. Khi trẻ bị sốt thường lưỡi đỏ không tưa (ảnh 45 trang 26).

36. Tóc trẻ không bóng, lại chẻ ngọn tín hiệu tiêu hóa kém, trong dạ dày tích thực.

CHƯƠNG IV

ĐOÁN BỆNH TẬT CHO TRẺ

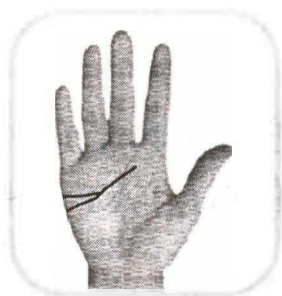
I. TRẺ TỪNG MẮC SỐT CAO

Sốt cao là triệu chứng thường gặp ở trẻ, dễ xảy ra trong suốt bốn mùa của năm, độ tuổi nào đều có thể bị, tuổi càng ít thì dễ lên cơn sốt hơn. Lâm sàng kết luận, sốt cao trên 39°C , kèm theo tai đỏ, miệng khô, táo bón, nước tiểu màu vàng. Nguyên nhân làm cho trẻ bị sốt cao có nhiều, ví dụ ngộ độc, nhiễm khuẩn, ăn không tiêu, ngoại cảm gió. Người nào mà thời con trẻ từng bị sốt cao thì trên bàn tay có vân rất đặc biệt lưu giữ.

Biểu hiện vân bàn tay người có lịch sử mắc chứng sốt cao như sau:

1. Điểm đầu của đường tình cảm chia chạc lớn (Hình 4 - 1 - 1, hình vân bàn tay 4 - 1 - 1): Tín hiệu thông báo thời nhỏ từng bị sốt cao, có thể bị chứng viêm phổi.

Biểu hiện khác trên vân bàn tay: Đường trí tuệ có vân hình đảo lớn, tín hiệu chứng tỏ người này mắc chứng chóng mặt; đường tình cảm chạy tới khe ngón tay trỏ và ngón tay giữa nổi hình lông là tín hiệu viêm họng.



Hình 4 - 1 - 1



Vân tay hình 4 - 1 - 1

2. Đường tình cảm đứt gãy (Hình 4 – 1 – 2, hình vân bàn tay 4 – 1 – 2): Tín hiệu báo thể chất kém, bị sốt, viêm phổi...

Biểu hiện khác trên vân bàn tay: Có hai đường mẫn cảm thể hiện thể chất nhạy cảm; phía trong

đường bản năng có vân hình đảo tín hiệu dễ có
chứng bệnh về phổi.



Hình 4 - 1 - 2



Vân tay hình 4 - 1 - 2

Phương pháp phòng trị bệnh:

1. Ăn uống chữa sốt cao

a. *Cháo thạch cao*: Thạch cao sống 150 gam cho nước đun sôi 30 phút, lấy nước trong nấu cháo gạo, tra vào ít muối, ăn ngày 2 lần. Cháo thạch cao có tác dụng thanh nhiệt trừ hỏa dùng thích hợp cho người mắc sốt cao.

b. *Cháo sinh địa*: Sinh địa tươi 150 gam, cho nước lã đun sôi 30 phút, lấy nước nấu cháo gạo, tra vào ít đường kính, chia ăn 2 lần trong ngày. Cháo sinh địa có tác dụng thanh nhiệt, khử đờm, mát huyết, thích hợp với người sốt cao viêm phổi.

2. Thử nghiệm phương thuốc chữa sốt cao

a. *Thạch cao sống đắp vào rốn*: Thạch cao sống 3 gam, lấy lượng máy gà trống vừa đủ khuấy trộn với thạch cao thành dạng hồ đặc đắp nhiều lần lên rốn, dán băng dính lên cố định, chừng một giờ đồng hồ thì gỡ ra. Thạch cao sống có tác dụng làm ra mồ hôi, thư giãn cơ bắp, máu gà trống có tác dụng khử gió trừ hàn, chủ yếu trị chứng sốt cao ngoại cảm của trẻ. b. *Cháo quế chi*: Quế chi, thược dược 6 gam, cam thảo 4 gam, gừng tươi 3 nhát, táo tàu 4 quả, chung lên uống mỗi ngày một thang. Một lúc sau khi uống ăn cháo loãng hoặc uống nước sôi đắp chăn cho ra mồ hôi. Phương thuốc này có tác dụng giãn cơ, điều hoà thân nhiệt, bảo vệ dinh

dưỡng. Cháo quế cho có tác dụng giải nhiệt hạ thấp nhiệt độ cơ thể rất rõ.

c. *Canh thanh nhiệt giải độc*: Hoa kim ngân 9 gam, liên kiều 9 gam, xạ can 9 gam, cộng quýt 6 gam, sắc uống mỗi ngày một thang, chia làm 3 lần uống. Liệu trình 3 ngày liền. Bài thuốc này có tác dụng thanh nhiệt tiêu độc, thông họng, làm hơi thở thông thoáng, có lợi với đường hô hấp, chống viêm đường hô hấp.

II. TRẺ HEN PHẾ QUẢN

Hen phế quản là chứng bệnh mang tính chất biến chứng bệnh đường hô hấp lặp đi lặp lại ở đường khí quản của trẻ. Lâm sàng cho rằng, biểu hiện của chứng hen phế quản là kho thở, khi thở khí quản phát rõ âm thanh khò khè thở gấp. Bệnh này xảy ra quanh năm nhưng mùa đông là thường mắc. Bệnh xảy ra bởi nhiều nguyên nhân, thường thấy ở trẻ từ 4 tuổi trở lên, tuy nhiên trẻ ấu thơ cũng đã có thể mắc chứng hen.

Biểu hiện chứng hen phế quản được biểu hiện ở vân bàn tay trẻ như sau:

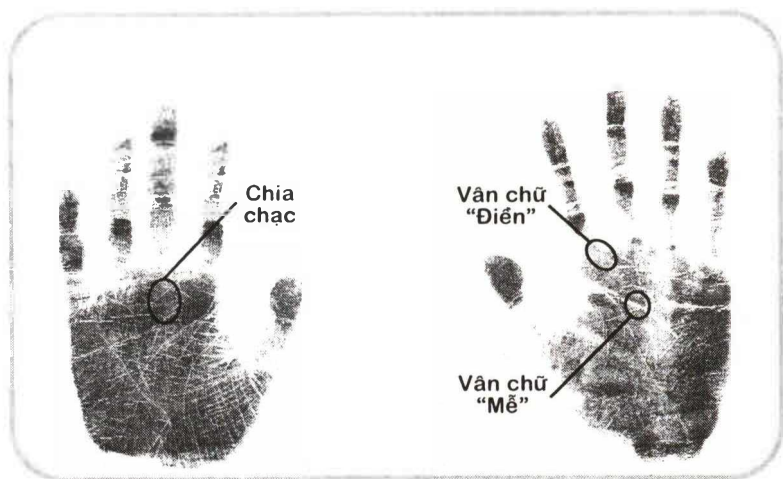
1. Đoạn cuối đường tình cảm chia chạc, vân chạc bị đường nhiễu gây nhiễu (Hình 4 - 2 - 1, hình vân bàn tay 4 - 2 - 1) biểu hiện tín hiệu viêm phế quản, hen phế quản.

Những biểu hiện khác của vân bàn tay: Vị trí cung Tốn có vân hình chữ “Điền”, tín hiệu mật kết

sỏi; đoạn trên đường bản năng bàn tay phải có vân hình chữ “Mế”, chứng tỏ tín hiệu viêm cơ tim, đau thắt tim.



Hình 4 - 2 - 1



Vân tay hình 4 - 2 - 1

2. Đoạn cuối đường tình cảm có vân hình vuông ôm chặt (Hình 4 - 2 - 2, Hình vân bàn tay 4 - 2 - 2, ảnh màu 46).



Hình 4 - 2 - 2



Vân tay hình 4 - 2 - 2

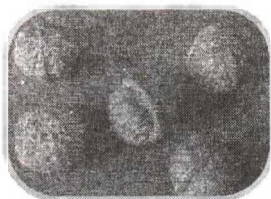
3. Mép trong đường vân bản năng hai bàn tay có vân hình đảo (Hình 4 - 2 - 3), gợi lên rõ tín hiệu chứng bệnh phần phổi.



Hình 4 - 2 - 3

A. Ăn uống chữa chứng hen khí quản

1. Cháo hồ đào: Thịt quả hồ đào 15 gam, gạo tẻ 100 gam nấu thành cháo, khi gạo chín nhuyễn là ăn được. Cháo hồ đào có tác dụng bổ phổi, ôn thận.

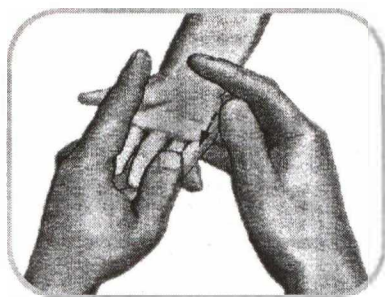


2. Uống nước đường phèn bí đỏ: Bí đỏ một quả, đường phèn 30 gam. Khoét lỗ trên phần cuống quả bí, cho đường phèn vào, chưng cách thủy, sáng tối uống một lần, mỗi lần uống nửa bát, có tác dụng bổ khí ngăn hen.

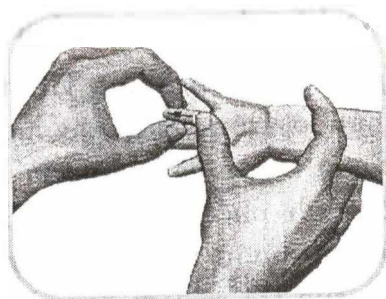
3. Cao quả lê tự làm: Lê tươi 300 gam, đun như vớt bỏ bã cho đường phèn vào làm cao, mỗi lần một thìa, cho nước sôi hòa uống, ngày uống hai ba lần, có tác dụng chữa hen.

B. Mát xa bấm huyết chữa hen

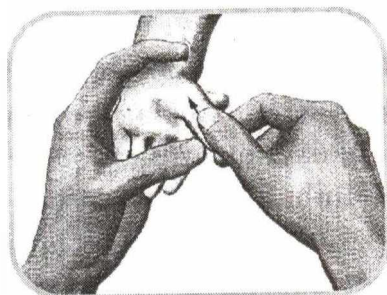
Phương pháp: Bỏ kinh thân (Hình 4 - 2 - 4) 100 lần, kinh thân ở trên ngón tay út, xáy day mép ngón tay út của trẻ sẽ có tác dụng làm khỏe thận, giảm ho; bỏ kinh phổi (Hình 4 - 2 - 5) 100 lần, kinh phổi ở trên ngón tay đeo nhẫn, xát day ngón tay đeo nhẫn của trẻ sẽ làm ấm phổi khử đờm; bỏ kinh tỳ (Hình 4 - 2 - 6) 100 lần, kinh tỳ ở trên ngón tay cái, day đùn ngón tay cái trẻ sẽ làm khỏe tỳ ích khí; day huyết thiện trung (Hình 4 - 27) 50 ~ 100 lần, có thể làm thoáng lồng ngực, làm khỏe tim ngăn hen; day huyết thiên đột (Hình 4 - 2 - 8) 100 lần; day huyết phổi 50 ~ 100 lần; mát xa mạng sườn (Hình 4 - 2 - 9) 50 lần; miết cột sống lưng (Hình 4 - 2 - 10) 5 lần, hàng năm thực hiện đều các huyết đầu phục, nhị phục, tam phục, mỗi ngày một lần, cứ 10 ngày là một liệu trình.



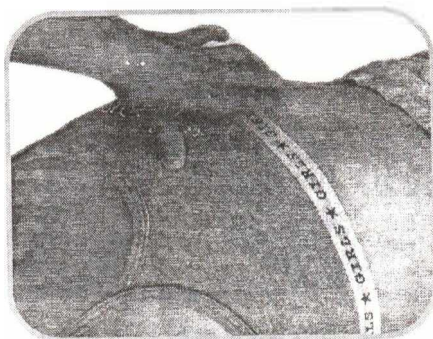
Hình 4 - 2 - 4



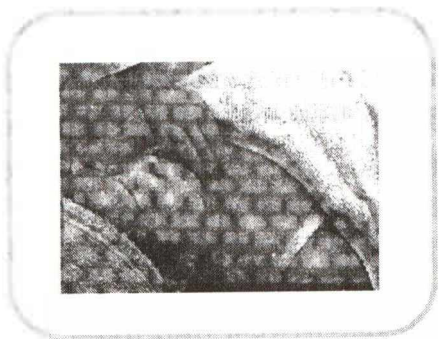
Hình 4 - 2 - 5



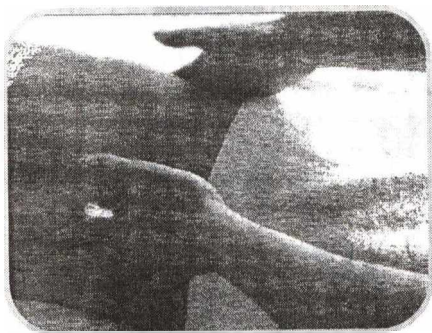
Hình 4 - 2 - 6



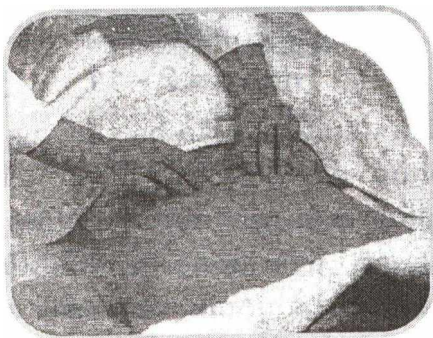
Hình 4 - 2 - 7



Hình 4 - 2 - 8



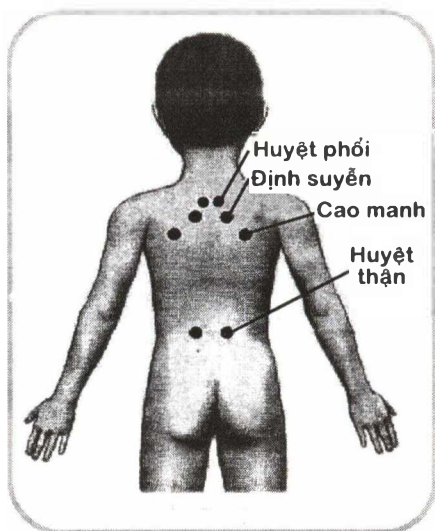
Hình 4 - 2 - 9



Hình 4 - 2 - 10

C. Phương thuốc hiệu nghiệm chữa hen

1. Hạt cải trắng rang 30 gam, can túi 15 gam, diên hồ tố 15 gam, nước đá viên 1 gam, nghiền trộn đều cùng với nước gừng tươi thành cao dạng hồ cho lên vải đắp lên các huyệt phổi, định sườn, cao manh, thận (Hình 4 - 2 - 11) rồi dùng băng dính cố định lại.

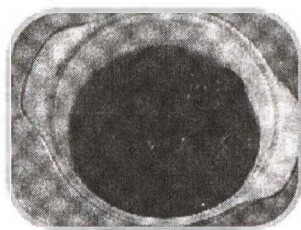


Hình 4 - 2 - 11

Thời gian đắp dán: Vào hạ thường năm bắt đầu từ nhập phục, đắp lên các huyệt đầu phục, nhị phục, tam phục mỗi ngày một lần, liệu trình 3 ngày một phương; vào mùa đông bắt đầu từ số cửu, đắp dán vào đầu cửu, nhị cửu, tam cửu ngày một lần liên trong ba ngày là một liệu trình. Người mắc bệnh nặng cần dán liên tục 3 liệu trình.

Thường thì ngày dán 2 ~ 4 giờ, nếu sau khi dán đắp mà cảm nhận nóng đau thì gỡ bỏ. Nếu đắp lên mà cảm nhận ngứa cục bộ hoặc cảm giác dễ chịu thì đắp dán lâu hơn, nhưng không nên lâu hơn 6 giờ đồng hồ. Trong quá trình dán đắp thuốc nên ít vận động để thuốc không bị rơi mất. Nếu nơi nào đó nổi dộp thì càng tốt, dùng thuốc tím 20% bôi lên cho đến khi phần dộp mất thì lại đắp.

2. Uống hoàng thị: Hoàng thị 5 gam, ô mai 3 gam, ngũ vị tử, cam thảo mỗi thứ 2 gam, đại táo 3 ~ 5 quả (Hình 4 - 2 - 12), đem sắc đặc còn chừng 15 ml, uống 5 ml mỗi lần mỗi ngày ba lần với trẻ 1 ~ 3 tuổi, liệu trình một tháng. Thang thuốc này có tác dụng ích khí làm mất dị ứng, ngừa trẻ bị hen.



Hình 4 - 2 - 12

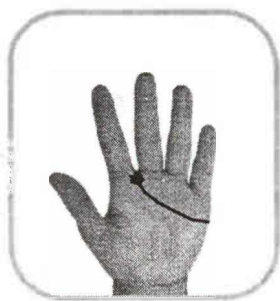
III. TRẺ VIÊM HỌNG

Viêm họng tức chỉ chứng viêm niêm mạc họng hoặc tổ chức dưới niêm mạc. Đặc điểm chứng viêm họng là đau sưng, khó nuốt, họng khô khó chịu, cảm giác có vật gì bám dính cản ngăn... Đông y gọi tất cả các triệu chứng đó là viêm họng, “ngứa

họng". Nguyên nhân là bị tà độc ngoài vào, phổi, dạ dày ủ nhiệt, đờm kết tụ ở họng làm cho phong nhiệt ngứa họng (viêm cấp tính), nguyên tắc chữa trị là giảm phong thanh nhiệt, giải độc lợi họng làm chính. Nếu bệnh lâu khó khỏi làm tổn thương âm, hư hỏa bốc viêm, là hư hỏa tê hầu (viêm họng mạn tính), dễ tích tụ âm giáng hỏa, thanh nhiệt lợi họng.

Biểu hiện chứng viêm họng được biểu hiện ở vân bàn tay trẻ như sau:

1. Đoạn cuối đường tình cảm chạy thẳng tới khe ngón trỏ và ngón giữa, đoạn cuối lại còn xuất hiện vân hình lông hoặc vẩy cá (Hình 4 - 3 - 1, hình vân bàn tay 4 - 3 - 1): Tín hiệu báo chứng viêm họng.



Hình 4 - 3 - 1

2. Bề mặt phần chân ngón trỏ và ngón giữa xuất hiện vân hình vuông hoặc ký hiệu khác thường (Hình 4 - 3 - 2, hình vân bàn tay 4 - 3 - 2, ảnh 47 trang 27): Tín hiệu báo chứng viêm họng.



Vân tay hình 4 - 3 - 1

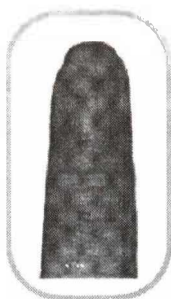


Hình 4 - 3 - 2

3. Mặt móng 10 ngón tay khô trong lại có những đốm đen (Hình 4 - 3 - 3), mặt chân móng ngón cái có vệt chấm đỏ (ảnh 48 trang 28) đều là tín hiệu thông báo chứng viêm họng.



Vân tay hình 4 - 3 - 2



Hình 4 - 3 - 3

4. Phần chân ngón giữa nổi màu tím (Hình 4 - 3 - 4), mà khi ấn vào đau tín hiệu chứng viêm họng cấp tính.



Hình 4 - 3 - 4

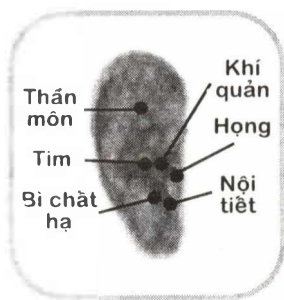
Phương pháp phòng chữa trị bệnh:

1. Uống nước sắc ngân hoàng. Hoa kim ngân, hoàng cầm. Sắc cả hai thứ với nhau dùng uống, uống 3 lần trong ngày, mỗi lần 5ml. Phương thuốc này có tác dụng thanh nhiệt giải độc chữa viêm họng. Nghiên cứu khoa học hiện đại kết luận, hoa kim ngân, hoàng cầm có tố chất kháng bệnh rất tốt, nên liệu trình thuốc này chữa chứng viêm họng rất hiệu quả.

2. Hoàng bá 20 gam sắc lên cho đậm đặc còn chừng 50%, dùng ống tiêm hút khoảng 2ml nước trong thuốc sắc, nhiệt độ còn chừng $28^{\circ}\text{C} \sim 32^{\circ}\text{C}$, phun mạnh vào chỗ họng đau, ngày làm 1 ~ 2 lần, cứ 5 ~ 6 ngày là một liệu trình. Hoàng bá có tác dụng thanh nhiệt làm mát máu, giải độc, khỏe tỳ vị, khử viêm hỏa. Nhằm giúp nước cơ thể vận hành đều thì dùng giẻ thấm nước sắc hoàng bá xát đều lên người. Khoa học hiện đại nhìn nhận, hoàng bá có tác dụng rộng rãi, tiết trùng, chữa trị viêm họng rất công hiệu.

3. Phương pháp áp tai

Chọn ấn các huyết huyệt ở tai, huyết nội tiết, huyết thần môn, huyết tim, huyết bì chất hạ, huyết khí quản (Hình 4 - 3 - 5). Thường sau khi đã tiêu độc, dùng băng dính y tế rắc thuốc dán vào các huyết rồi ấn huyết, tai trái phải đều làm chừng 1 phút, dán ấn trước khi ăn, cách ngày làm một lần. Bài thuốc này có tác dụng thanh nhiệt, chữa viêm huyệt.



Hình 4 - 3 - 5

IV. BỆNH TIM BẨM SINH Ở TRẺ

Bệnh tim bẩm sinh ở trẻ là nguyên nhân bởi người mẹ bị nhiễm độc, ảnh hưởng của thuốc, phóng xạ X - quang, thiếu dinh dưỡng và còn là nguyên nhân di truyền thời kỳ mang thai ba tháng đầu, vì lẽ đó làm cho thai nhi khác thường. Biểu hiện chứng bệnh tim bẩm sinh thể hiện ở môi miệng, nền móng ngón tay, đầu mũi... đều tím xanh, tiếng tim tạp âm, thể lực kém, dễ mắc chứng bệnh đường hô hấp, chậm lớn. Phương

pháp kiểm tra chứng bệnh tim bẩm sinh bằng cách chiếu X - quang, điện tâm đồ, siêu âm, khi cần thiết còn kiểm tra hình ảnh ống dẫn tim, huyết quản tim.

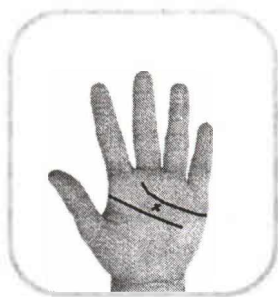
Biểu hiện chứng bệnh tim bẩm sinh được biểu hiện ở vân bàn tay trẻ như sau:

1. Huyết phương đình hai bàn tay chật hẹp, đã vậy còn có vân hình chữ “Thập” (Hình 4 - 4 - 1, vân bàn tay 4 - 4 - 1, vân bàn tay 4 - 4 - 2, ảnh 49 trang 29) tín hiệu lưu ý bệnh tim bẩm sinh.



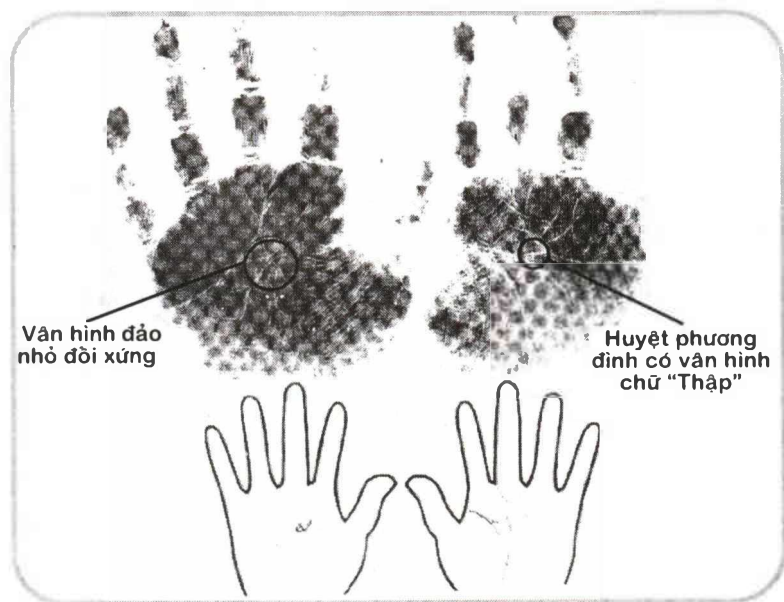
Vân tay hình 4 - 4 - 1

Những biểu hiện khác của vân bàn tay: Hai phía giữa đường trí tuệ bàn tay có vân nhỏ hình đảo đối xứng tín hiệu bệnh tim bẩm sinh; huyết phương đình có vân hình chữ “Thập” cần đề phòng mắc bệnh tim.



Hình 4 - 4 - 1

2. Giữa đường trí tuệ có vân hình đảo nhỏ, trên vân đảo có thêm đường nhiều (Hình 4 - 4 - 2, vân bàn tay 4 - 4 - 3) tín hiệu bệnh tim bẩm sinh.



Vân tay hình 4 - 4 - 2

3. Móng mười ngón tay nổi màu tím (Hình 4 - 4 - 3, ảnh 50 trang 29) môi màu lam tím tín hiệu bệnh tim bẩm sinh.



Hình 4 - 4 -2



Vân tay hình 4 - 4 - 3



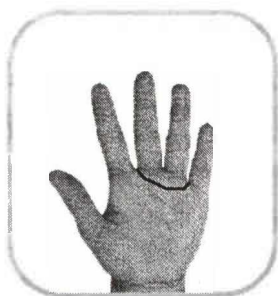
Hình 4 - 4 -3

V. THỂ CHẤT QUÁ NHẠY CẢM CỦA TRẺ

Người có thể chất nhạy cảm rất nhiều, đặc biệt là trẻ em, sức đề kháng của cơ thể kém, chức năng các cơ quan còn đang ở giai đoạn hoàn thiện dần, bởi thế mà trẻ rất dễ mắc bệnh tật. Biểu hiện nhạy cảm với tật bệnh ở các bộ phận trên cơ thể trẻ khác nhau, ví dụ như bệnh tật trên da, có thể là mụn nhọt, là sởi; biểu hiện ở các mạch máu li ti, có thể là chảy máu dưới da; biểu hiện bệnh về đường hô hấp có thể là ho, viêm mũi... Sớm phát hiện ra được thể chất nhạy cảm của cơ thể trẻ thì càng sớm để chữa trị phòng ngừa tật bệnh, ngăn bệnh không tăng nặng, rất có lợi cho sự phát triển cơ thể.

Biểu hiện thể chất nhạy cảm được biểu hiện ở vân bàn tay trẻ như sau:

Trên toàn bộ bàn tay có vân Kim tinh rõ nét (Hình 4 – 5 – 1, vân bàn tay 4 – 5 – 1) tín hiệu thể chất quá nhạy cảm.



Hình 4 - 5 - 1



Vân tay hình 4 - 5 - 1

Phương pháp phòng chữa trị bệnh tật:

1. Dùng ăn uống phòng ngừa chữa trị tật bệnh

1. Chữa trị bệnh mẩn ngứa: Đậu xanh, nhân y dĩ 25 gam, đãi thật sạch cho nước vào đun làm canh

ăn, mỗi ngày một lần. Phương thuốc này có tác dụng thanh nhiệt, lợi cho bệnh mẩn ngứa.

2. Chứng mề đay: Vỏ bí đao 50 gam cho nước đun uống thay trà. Bài thuốc này có tác dụng lợi cho độ ẩm da, trừ sưng phù, rất có hiệu quả cho chứng nổi mề đay.

3. Chữa trị chứng chảy máu dưới da: Táo tàu 10 quả, rửa sạch ăn sống, ngày ba lần, dùng trong 10 ngày. Táo có tác dụng dưỡng máu, bổ máu rất thích hợp với người chảy máu dưới da, vầng đầu thiếu lực.

2. Dùng phương pháp mát xa phòng ngừa chữa trị tật bệnh

1. Chữa trị chứng viêm mũi dị ứng:

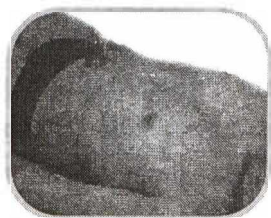
Mát xa huyết nghênh xuân, huyết tỵ thông, mỗi ngày thực hiện 2 lần, mỗi lần 60 lượt (Hình 4 - 5 - 2).



Hình 4 - 5 - 2

2. Chữa trị mề đay: Giác (cách chụp ống lên nơi đau) rốn (Hình 4 - 5 - 3), trước hết để chụp 5 phút đồng hồ rồi nhổ ra, lại để 5 phút tiếp, liên tục

nhiều lần cho đến khi thấy da đỏ lên, máu tụ. Mỗi ngày làm 1 lần, liệu trình 5 ngày liền. Có thể dùng cả chườm lửa, hoặc là chườm chân không.



Hình 4 - 5 - 3

3. Phương thuốc hiệu nghiệm phòng ngừa chữa trị tật bệnh

1. Chữa trị bệnh mẩn ngứa: Đan sâm, nhân trần mỗi thứ 30 gam, khổ sâm (sâm đắng) 25 gam, cho nước đun 20 phút, lọc qua rồi cho nước đun tiếp 20 phút, lại lọc lần nữa, trộn chung sắc đặc lấy 1/5 để uống, số còn lại dùng rửa ngoài, mỗi ngày một thang.

2. Chữa trị bệnh mề đay: Xà sàng tử, bách bộ mỗi thứ 25 gam, cồn 50% chừng 100 ml. Dùng cồn ngâm hai thứ trên 24 giờ đồng hồ, lọc kỹ đổ vào chai, mỗi ngày bôi lên nơi bị bệnh 3 ~ 5 lần.

VI. LƯỚI TRẺ RỘP HÌNH BẢN ĐỒ

Lưới rộp hình bản đồ là một chứng bệnh niêm mạc lưỡi. Biểu hiện lâm sàng là mặt lưỡi xuất hiện mang tính tạm thời những “đầu vú” dạng sợi tơ rồi bong đi. Vùng bong cứ lớn dần lên, có lúc mấy vùng liên kết lại với nhau, hình dáng thay đổi, dịch chuyển, tựa như

hình tấm bản đồ, không có cảm giác đau. Tật này xảy ra ở hầu hết lứa tuổi ấu thơ. Đông y cổ xưa ghi chép lại không nhiều, nó sinh ra bởi tủa lười với khí vị (dạ dày), vốn lười tủa hình bản đồ liên quan tới bệnh tỳ vị, nguyên do vị âm không đủ, tỳ khí hoặc tỳ hư hoặc cả hai tỳ vị đều hư mà gây nên. Phòng ngừa chữa trị là phải kết hợp ích vị dưỡng âm, ích khí kiện tỳ hoặc kết hợp phương pháp lồng ghép cả hai một lúc.

Biểu hiện lười rộp hình bản đồ được biểu hiện ở vân bàn tay trẻ như sau:

1. Bàn tay có một hoặc hai đường nhạy cảm (Hình 4 – 6 – 1, vân bàn tay 4 – 6 – 1) tín hiệu biểu hiện thể chất quá nhạy cảm dễ mắc chứng lười hình bản đồ.

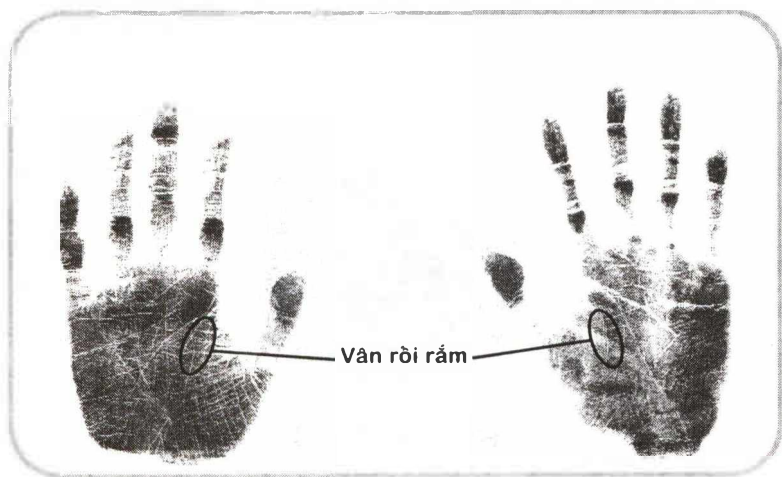


Vân tay hình 4 - 6 - 1

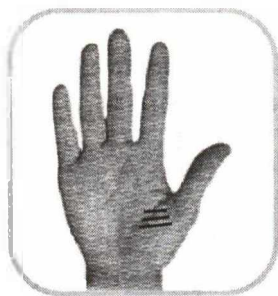


Hình 4 - 6 - 1

2. Vị trí cung Chấn ở bàn tay có vân rối rắm (Hình 4 - 6 - 2, vân bàn tay 4 - 6 - 2) tín hiệu thể hiện bệnh tỳ vị, bởi thế mà dẫn đến tình trạng lưỡi có hình bản đồ.



Vân tay hình 4 - 6 - 2

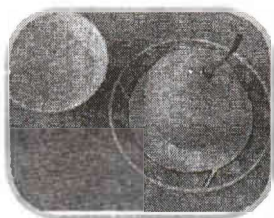


Hình 4 - 6 - 2

Phương pháp phòng chữa trị bệnh tật

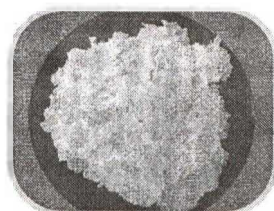
A. Ăn uống chữa ngừa bệnh lười có hình bản đồ

1. Lê quả hình trứng vịt, 250 gam (Hình 4 - 6 - 3), gọt bỏ vỏ, loại hạt, cắt nhát đun sôi chín tới 8 phần, cho vào 50 gam mật ong, uống mỗi lần 2 thìa pha với nước sôi để nguội. Phương thuốc này có tác dụng ngừa khát, thanh nhiệt nhuận táo.



Hình 4 - 6 - 3

2. Một lượng xoài xanh thích hợp rửa sạch, gọt vỏ ăn, ngày 1 ~ 2 quả, liên tục nhiều ngày. Phương thuốc này có tác dụng khai vị.



Hình 4 - 6 - 4

3. Nho tươi 30 gam, gạo tẻ 50 gam nấu thành cháo chia ăn trong ngày, liên tục làm nhiều ngày. Bài thuốc này có tác dụng bổ máu, sinh ích khí, ấm âm.

4. Ngân nhĩ 20 gam (Hình 4 - 6 - 4), sau khi ngâm nước thì rửa sạch, cho lượng nước vừa phải cùng với đường phèn đun cách thủy 1 giờ đồng hồ. Bài thuốc này có tác dụng ích vị.

B. Phương thuốc phòng chữa trị hiệu quả chứng lưỡi hình bản đồ

1. Tre ngọc 10 gam ngâm nước sôi bọt uống thường ngày, tác dụng thanh nhiệt, ấm âm, nhuận táo.

2. Quế chi 3 gam, thược dược trắng 5 gam, cam thảo 3 gam, gừng tươi 3 nhát, táo ta 7 quả, tra nước sắc 20 phút, lọc qua bã rồi cho lượng nước vừa phải cùng với bã đun tiếp 10 ~ 15 phút, lọc nước thứ hai rồi trộn cả hai lần đun chia uống 2 lần trong ngày, mỗi ngày một thang. Phương thuốc này có lợi cho dạ dày, cân bằng âm dương, chữa trị lưỡi tựa bản đồ rất tốt.

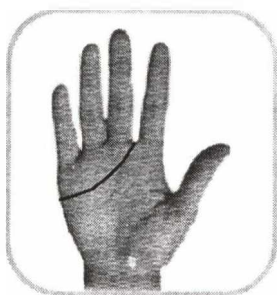
VII. BỆNH CAM Ở TRẺ (TIÊU HÓA KHÔNG TỐT)

Bệnh cam ở trẻ là bởi món ăn dinh dưỡng không tốt hoặc ảnh hưởng bởi lăm thử tật bệnh làm cho tỳ vị bị tổn thương, khí huyết hao tổn dẫn đến gây ốm toàn thân, da dẻ vàng vọt... Đây là chứng bệnh mạn tính ở trẻ.

Bệnh cam khiến trẻ vàng vọt mặt mày gầy nhom, bụng trướng, dinh dưỡng trở ngại kèm theo tiêu hóa không tốt. Biểu hiện lâm sàng thường bắt gặp là lông tóc đỏ quạch lưa thưa, dễ nổi nóng, nứt ngón tay, ăn thứ lạ, bụng ỏng ỉa chảy. Bệnh cam thường thấy ở trẻ dưới 5 tuổi. Nguyên nhân dẫn đến bệnh cam ở trẻ bởi bỏ bú sớm, ăn uống thất thường, mất nếp sống bình thường sau khi ốm đau và còn liên quan đến ký sinh trùng trong cơ thể. Những nguyên do trên dẫn tới tỳ vị tổn thương, hấp thu dinh dưỡng kém mà thiếu chất sinh bệnh. Bệnh cam lâu ngày sẽ làm tổn thương tạng phủ, tục gọi là “Ngũ tạng cam”.

Biểu hiện bệnh cam ở trẻ (tiêu hóa không tốt) được biểu hiện ở vân bàn tay trẻ như sau:

Đường tình cảm trơn chạy thẳng tới khe ngón trỏ và ngón giữa (Hình 4 – 7 – 1, hình vân bàn tay 4 – 7 – 1), biểu hiện chức năng hệ thống tiêu hóa kém.



Hình 4 - 7 - 1



Vân tay hình 4 - 7 - 1

Phương pháp phòng chữa trị bệnh tật

A. Ăn uống chữa trị bệnh cam

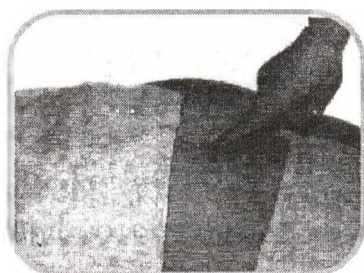
1. Ô mai, sơn tra mỗi thứ 15 gam cho nước đun chín rồi hòa đường phèn vừa đủ uống ngày 1 ~ 2 lần. Bài thuốc này có tác dụng ôn hòa dạ dày, thích hợp với người ỉn bụng, tiêu hóa không tốt.

2. Cốc nha (mầm ngũ cốc, lúa), biểu nha mỗi thứ 20 gam, gạo tẻ 50 gam cho nước đun nhừ làm cháo, ăn ngày 2 lần. Loại cháo này tác dụng khỏe tỳ tiêu hóa tốt, dùng thích hợp với người ăn vào khó tiêu.

3. Củ cải trắng 150 gam thái nhất cho đường, giấm, dầu thực vật trộn đều làm thức ăn, ăn kèm bữa. Cũng có thể thái nhất cho nước đun làm canh ăn. Củ cải trắng có tác dụng khai vị, chống đầy hơi, kích thích thèm ăn.

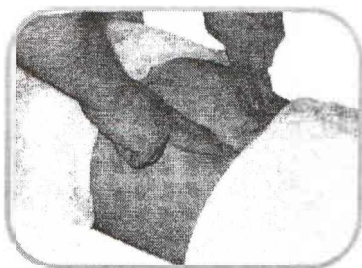
B. Ấn huyết

1. Theo chiều kim đồng hồ day bóp bấm huyết trung hoàn 300 lần, đồng thời điểm huyết này cho đến khi cảm giác nghe thấy tiếng dạ dày co bóp nhẹ (Hình 4 - 7 - 2).



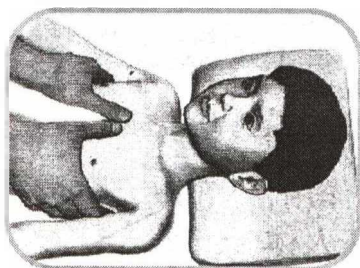
Hình 4 - 7 - 2

2. Ngón trỏ và ngón giữa hai tay cùng điểm vào hai bên huyết thiên khu 100 lần, tiếp đến dùng ngón tay giữa day rốn 300 lần (Hình 4 - 7 - 3).



Hình 4 - 7 - 3

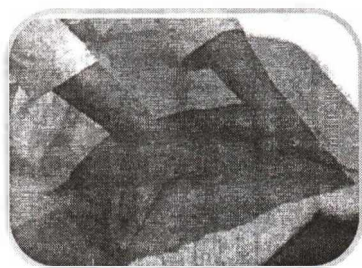
3. Hai tay chia đòn từ huyết thiện trung ra hai bên, làm đi làm lại 50 lần, sau đó theo mép cong mỗi xương sườn đòn sang hai chiều 300 lần (Hình 4 - 7 - 4).



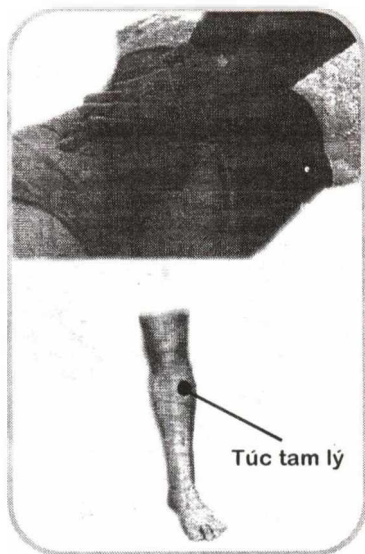
Hình 4 - 7 - 4

4. Điểm ấn huyết nội quan 5 lần, điểm day huyết tỳ, huyết vị mỗi huyết 100 lần (Hình 4 - 7 - 5).

5. Hai tay xát nóng xương cùng, mát xa huyết túc tam tiêu 2 phút đồng hồ (Hình 4 - 7 - 6).



Hình 4 - 7 - 5



Hình 4 - 7 - 6

C. Phương thuốc hiệu nghiệm chữa bệnh cam

1. Bôi đắp rốn:

Sử quân tử 50 gam đem nghiền thành bột mịn cất vào chai. Mỗi lần dùng 5 ~ 10 gam trộn với nước trà đặc làm thành cao sền sệt đắp lên rốn trẻ bị

bệnh rồi dán băng dính lại. Phương thuốc này chữa trẻ bệnh cam và giun bụng, chủ yếu chữa trị tốt với trẻ còi cọc gầy còm, hay đau bụng vùng quanh rốn, mặt mày xanh xao hoặc tái nhợt, bụng ỏng, gân nổi, kén ăn, ăn bùn đất, gạo sống, mảnh gốm... và trẻ có lúc giun tự ra. Bài thuốc hiệu nghiệm chữa trị giun các loại, lâu ngày giun làm hại tỳ vị, cơ thể gầy nhom ốm yếu, thiếu máu. Trẻ bị cam thường bắt gặp ở vùng điều kiện vệ sinh kém, bậc cha mẹ thiếu quan tâm chăm sóc. Khi giải quyết được chứng giun thì bệnh cam cũng thuyên giảm. Vốn bài thuốc dùng sử quân tử chữa tẩy giun hiệu quả khiến tỳ khí phục hồi khỏe khoắn lại. Nay đã chứng minh được, sử quân tử có tác dụng tẩy giun sán, nếu kết hợp với một vài thảo dược khác còn nâng cao được hiệu quả tẩy giun sán hơn.

2. Cách đắp rốn

Xuyên tiêu 30g, ô mai 30g, hoàng liên 20g, đem nghiền thành bột, làm thành viên lớn bé tương ứng rốn, sau khi sấy chín thì chườm quanh rốn sau đó đắp vào lỗ rốn, dán băng dính lên cố định. Bài thuốc này chủ yếu chữa trị chứng giun bụng, với vị chua của ô mai, vị cay của xuyên tiêu, vị đắng của hoàng liên kết hợp chữa trị bệnh giun chứng bệnh cam.

3. Phương pháp tắm thuốc

Đại phúc bì 50g, sâm đắng (khổ sâm) 50g, bạch

chỉ 50g, cả ba thứ nghiền thành bột mịn, tra đủ nước đun chín lấy nước dùng tắm khi đang còn nóng cho trẻ. Bài thuốc này có tác dụng chữa trị chứng bệnh cam.

VIII. BỆNH TÁO BÓN Ở TRẺ

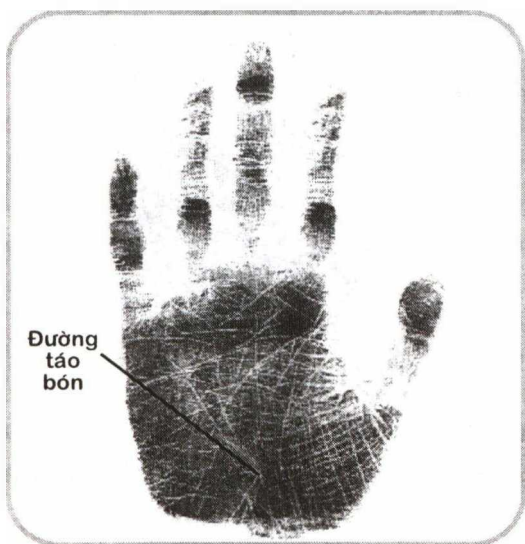
Bệnh táo bón ở trẻ là chỉ chứng phân khô, phân cứng khó đi ngoài, nguyên nhân bởi ăn chưa đủ lượng, thức ăn không thích hợp khó tiêu, sinh hoạt thiếu nền nếp, không đúng giờ giấc đi ngoài... khiến cho cơ thành ruột thiếu lực, chức năng thiếu nhịp điệu mà gây nên. Bệnh táo bón thì bất kỳ độ tuổi nào cũng dễ bị mắc, đặc biệt là trẻ nhỏ bị chứng khí đại tràng hư mất nhiều nhất. Y học khẳng định rằng, táo bón bởi ruột không nhuận, biểu hiện lâm sàng là phân khô cứng, khó ỉa. Người đi ngoài ít thì thường 1 ~ 2 ngày đi một lần, thậm chí nhiều ngày mới đi một lần, kèm theo triệu chứng đầy bụng, ít ăn, tưa lưỡi dày...

Biểu hiện bệnh cam ở trẻ (tiêu hoá không tốt) được biểu hiện ở vân bàn tay trẻ như sau:

Đoạn cuối đường bản năng có đường vân táo bón (Hình 4 - 8 - 1, hình vân bàn tay 4 - 8 - 1), tín hiệu chứng táo bón. Đường táo bón là nói tới đường vân nhánh ở cuối đường bản năng, chia chạc tách ra rất rõ nét.



Hình 4 - 8 - 1



Vân tay hình 4 - 8 - 1

Phương pháp phòng chữa trị bệnh táo bón

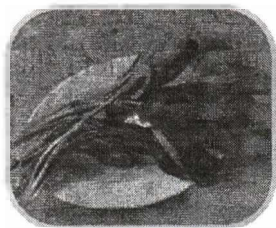
A. Ăn uống chữa chứng táo bón

1. Chuối tiêu (Hình 4 - 8 - 2), mỗi ngày ăn 3 ~ 4 quả, có tác dụng nhuận tràng, dễ đi ngoài.



Hình 4 - 8 - 2

2. Rau chân vịt 200 gam (Hình 4 - 8 - 3), rửa sạch cắt nhất, cho nồi đổ nước đun sôi một lúc rồi cho gạo tẻ nấu cháo, tra đủ muối ăn. Cháo canh rau chân vịt có tác dụng thanh nhiệt mát máu, thông ruột ngừa táo bón.



Hình 4 - 8 - 3

3. Cà rốt 3 củ (Hình 4 - 8 - 4) rửa sạch ăn sống, ăn trong một ngày, có tác dụng thanh nhiệt dễ đi ngoài.

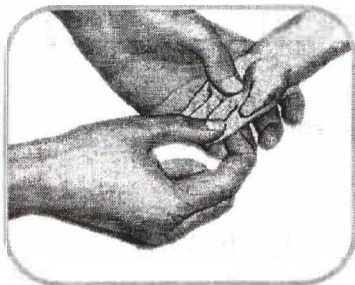


Hình 4 - 8 - 4

B. Mát xa chữa chứng táo bón

1. Làm sạch đại tràng

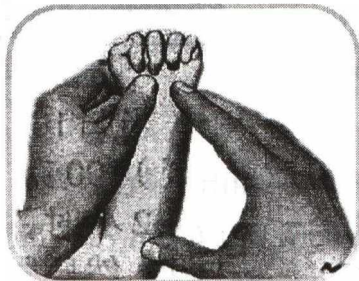
Dùng mặt ngón tay cái đùn miết từ huyết miệng hổ theo mép mái chèo đến đầu mút ngón tay trở, mỗi bên làm 100 lần (Hình 4 - 8 - 5).



Hình 4 - 8 - 5

2. Đẩy lui lục phủ

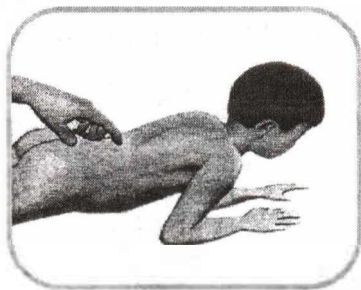
Dùng mặt ngón tay cái đùn miết huyết xích tắc từ mép cùi trở căng tay đến cổ tay, mỗi tay làm 50 ~ 100 lần (Hình 4 - 8 - 6).



Hình 4 - 8 - 6

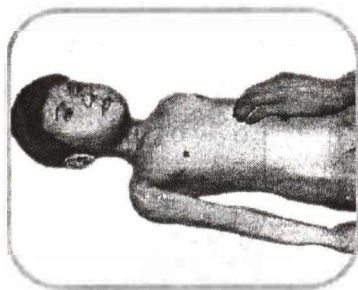
3. Đùn miết xuống 7 đốt xương sống

Dùng mặt ngón tay cái, từ đốt sống lưng thứ tư, miết theo cột sống xuống đầu xương cụt (Hình 4 - 8 - 7), mỗi lần làm 100 ~ 200 lượt miết.



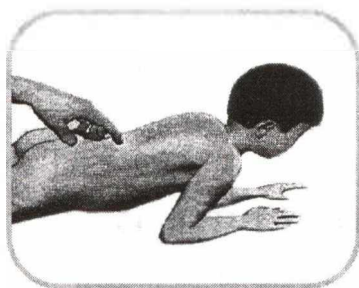
Hình 4 - 8 - 7

4. Mát xa bụng: Dùng bàn tay xoa bụng theo chiều kim đồng hồ 3 ~ 5 phút (Hình 4 - 8 - 8).



Hình 4 - 8 - 8

5. Mát xa xương cụt (đuôi rùa) mỗi lần 100 ~ 200 lượt (Hình 4 - 8 - 9).



Hình 4 - 8 - 9

C. Phương thuốc hiệu nghiệm chữa trị chứng táo bón

1. Toàn cây bồ công anh tươi hoặc khô, lượng dùng 60 ~ 90 gam, cho vào 50 ~ 100ml nước sắc lên, uống mỗi ngày một thang, có thể cho đường hoặc mật ong cho dễ uống và ngon. Bồ công anh có tác dụng thanh nhiệt giải độc, tiêu sưng tan kết sỏi. Lấy toàn cây bồ công anh chữa trị chứng táo bón cho trẻ, hiệu quả lâm sàng rất tốt. Đồng thời với uống thuốc nên tập thành nếp ngày đi ngoài một lần, uống nhiều nước, ăn nhiều rau, chú ý vận động để làm tăng chức năng co bóp của ruột.

2. Đương quy 10g, lai phục tử (hạt cải củ) 10g, mật ong 100g. Trước hết lấy đương quy, hạt cải củ cho nổi đổ 6 lần nước đun 2 giờ đồng hồ, đun làm hai lần, để lắng chìm lọc qua vải phin bỏ bã rồi hòa mật ong đun sôi rót bình dùng dần. Ngày uống 50 ~ 100ml, cứ 10 ngày là một liệu trình thời gian. Cách này tạo nên thói quen đi ngoài đúng giờ giấc,

chữa táo bón khó trị.

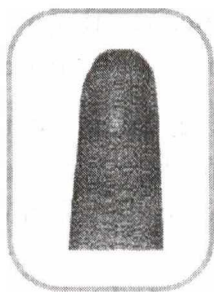
3. Lượng mật ong vừa đủ, đun nhỏ lửa cho sền sệt vo thành viên (bằng ngón tay cái của trẻ), trộn ít dầu thực vật rồi đút vào lỗ đít cho dễ đi ỉa.

IX. BỆNH ỈA CHẢY Ở TRẺ

Trẻ đau bụng ỉa chảy là nói chuyện trẻ ỉa nhiều lần trong ngày, phân loãng nhão hoặc dạng như chỉ có toàn là nước. Một trong những nguyên nhân chính triệu chứng này là dinh dưỡng không tốt và thiếu vitamin. Trẻ đau bụng ỉa chảy thường là ăn uống mất vệ sinh, ăn uống không đúng giờ, đúng chế độ, nhiễm khuẩn, khả năng miễn dịch không tốt...

Biểu hiện bệnh ỉa chảy ở trẻ được biểu hiện ở vân bàn tay trẻ như sau:

1. Mép dưới đoạn đầu ven theo móng của mười ngón màu đỏ (Hình 4 - 9 - 1, ảnh 52 trang 30), tín hiệu chứng ỉa chảy cấp tính.



Hình 4 - 9 - 1

2. Hai bên mép lõ mũi nổi màu đỏ (Hình 4 - 9 - 2, ảnh 53 trang 31), tín hiệu viêm ruột.



Hình 4 - 9 - 2

3. Gờ Kim tinh ở hai bàn tay nổi màu xanh đen (Hình 4 - 9 - 2, ảnh 53 trang 31), tín hiệu đau bụng ỉa chảy.



Hình 4 - 9 - 3

Phương pháp phòng chữa trị bệnh ỉa chảy

A. Ăn uống chữa chứng ỉa chảy

1. Ngó sen tươi 250g, rửa sạch thái đoạn ngắn ép lấy nước chưng cách thủy uống, mỗi ngày 2 lần. Ngó sen có tác dụng khỏe tỳ, ngừa ỉa chảy, chống cảm nắng.

2. Bột khoai mài (sơn dược) 50g, dùng nước sôi để nguội hòa trộn thành dạng sữ sệt, cho đủ lượng đường, mỗi ngày ăn 3 ~ 4 lần.

3. Trứng chim cú 2 quả, đập cho bát, cho vào lượng bột ngó sen 20g và tra vừa đủ nước, khuấy đều đun chín, cho đường, ăn một lần, ngày làm hai bữa. Phương thuốc này công hiệu khỏe tỳ chống ỉa chảy.

B. Mát xa chữa chứng ỉa chảy

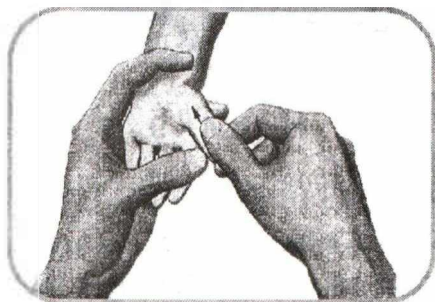
1. Bỗ kinh tỳ

Đây là phương pháp mát xa phần tay kinh điển, thông qua động tác mát xa kích thích kinh lạc tỳ mà chữa trị trẻ ỉa chảy. Phương pháp là, một bàn tay giữ chặt tay trẻ, còn tay kia xát đi xát lại ngón tay cái trẻ 300 lần, làm mỗi phút đồng hồ 100 lượt xát (Hình 4 - 9 - 4).

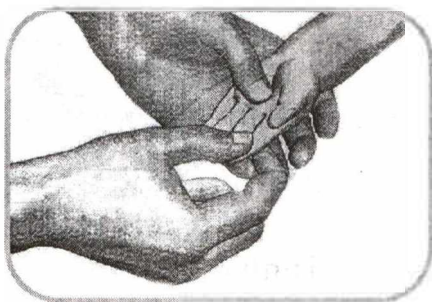
2. Đẩy lui đại tràng

Đây là phương pháp thông qua mát xa kinh đại tràng trên bàn tay trẻ mà chữa trị được chứng ỉa

chảy. Phương pháp làm là, một tay giữ chặt bàn tay trẻ, ngón tay cái bàn tay còn lại miết đùn bụng ngón trỏ bàn tay trẻ, làm từ giữa ngón vào chân ngón 200 lần (Hình 4 - 9 - 5).



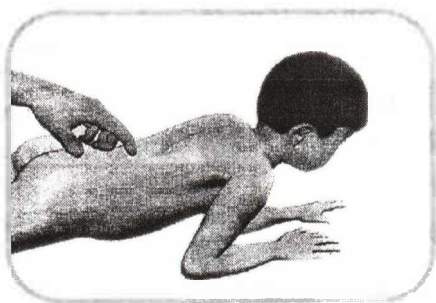
Hình 4 - 9 - 4



Hình 4 - 9 - 5

3. Miết bả khớp đốt

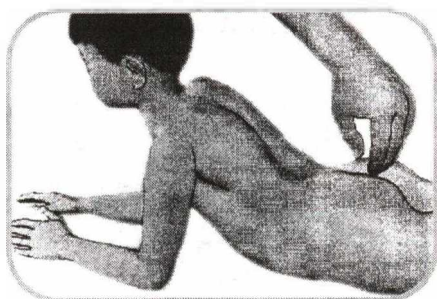
Để trẻ nằm sấp, xoa lên nơi định mát xa ít dầu bôi trơn, khi thực hiện động tác mát xa, ngón trỏ giữ chắc vào xương sống, còn ngón tay cái từ đó vuốt miết lên (Hình 4 - 9 - 6), 300 lần.



Hình 4 - 9 - 6

4. Nắn day xương cụt (đuôi rùa)

Cho trẻ nằm sấp, ngón trỏ và ngón giữa đặt vào xương cụt mát xa 200 lần (Hình 4 - 9 - 7).



Hình 4 - 9 - 7

C. Phương thuốc hiệu nghiệm chữa trị chứng ỉa chảy

1. Phương pháp dán thóp đắp đỉnh

Xuyên tiêu 10 gam nghiền thành bột mịn, mỗi ngày dùng 1 gam trộn với giấm đắp lên thóp, ngày làm 3 lần. Bài thuốc này chủ yếu chữa trị chứng trẻ đau bụng ỉa chảy, phân dạng nước, có lẫn cánh sữa.

Cách làm này còn tác dụng khử hàn. Vốn xuyên tiêu cay nóng làm tản hàn, là thảo dược thuần dương, có tác dụng chữa cả đau. Trẻ đau bụng ỉa chảy có nguy cơ nặng, lấy một ít để làm ấm huyệt tam tiêu, thông mạch nhiệm đốc, làm mạnh dương khí cho trẻ, khử tà hàn.

2. Phương pháp dán thuốc cây thần bí (ngô thù du) vào gan bàn chân

Cây thần bí 5g, nghiền thành bột mịn, trộn đều với dấm, chia dán hai gan bàn chân, cố định bằng băng dính và vải, ngày thay một lần. Bài thuốc này làm ấm trong khử hàn, chống đau, điều hòa chức năng ruột và dạ dày, giúp tiêu hóa, rất hiệu quả đối với rối loạn chức năng tiêu hóa. Cần thiết nữa, lấy một ít đắp cả vào rốn thì công hiệu tốt thêm lên, ngày làm 2 lần.

3. Phương pháp đắp sâm đắng vào gan bàn chân

Khổ sâm (sâm đắng) 10g, thương thuật 10g, nghiền cả thành bột mịn, dùng giấm gạo làm thành thuốc chia đều hai phần dán lên gan bàn chân rồi buộc cố định, ngày thay 2 lần. Phương thuốc này chủ yếu chữa trị chứng ỉa chảy ở trẻ, nếu có sốt nóng thì kết hợp sử dụng, nhưng chú ý nhiều ít thuốc. Khổ sâm chủ yếu thanh nhiệt, thương thuật chủ yếu khử thấp. Nếu kết hợp cho khéo tỉ lệ thì vừa thanh nhiệt vừa ngừa chữa trị chứng ỉa chảy hiệu nghiệm.

4. Phương pháp đắp hạt xa tiền vào rốn

Hạt xa tiền 15g, quế 10g, thăng ma 2g. Ba thứ thuốc nghiền thành bột mịn, lấy mỗi lần 2g đắp vào rốn, dùng băng dính dán cố định, ngày thay một lần, thường thì hai lần đắp là có hiệu nghiệm. Phương thuốc này chủ yếu chữa hư hàn, ỉa chảy hoặc tỳ hư dẫn đến chứng ỉa chảy. Xa tiền thấm vào trị ỉa chảy, tẩy giun sán; quế trợ dương ấm tỳ vị; dùng ít thăng ma, tác dụng thăng ma khiến cho âm dương thanh khí lên. Ba thứ thuốc, mỗi thứ có một tác dụng riêng, không nên nhầm lẫn, biết cách sử dụng thì hiệu nghiệm.

X. BỆNH ĐÁI DẪM Ở TRẺ

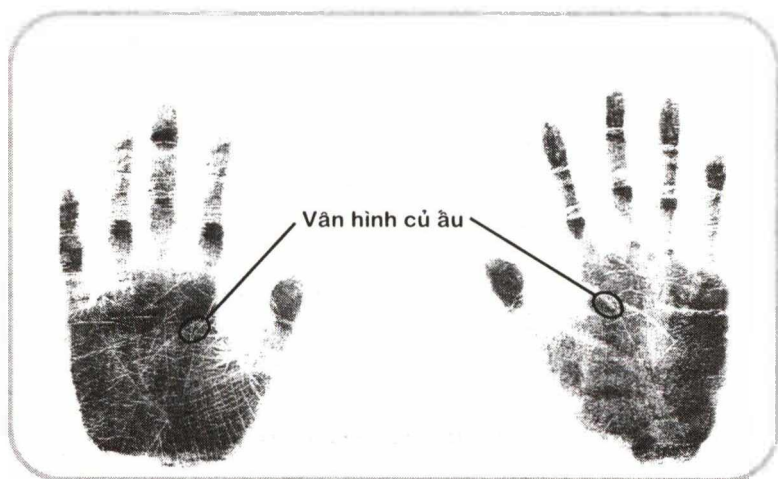
Trẻ đái dầm là chỉ trẻ từ 3 tuổi trở lên, khi ngủ đái không biết, sau khi tỉnh mới biết. Trẻ đái dầm bởi nhiều đặc tính về chức năng, hầu hết bởi chức năng trung khu thần kinh đại não mất nhịp điệu, đây là một dạng về nguyên nhân thần kinh, thường bởi trẻ dễ hưng phấn, nhút nhát, bị động, quá nhạy cảm hoặc vì giấc ngủ quá sâu. Cũng có trẻ đái dầm do nguyên nhân di truyền, rất ít trường hợp đái dầm vì bệnh biến mang tính chất máy móc.

Biểu hiện bệnh đái dầm ở trẻ được biểu hiện ở vân bàn tay trẻ như sau:

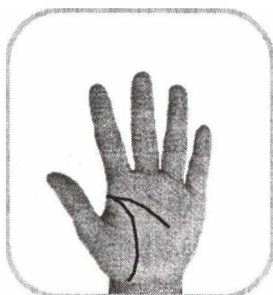
Nơi giao nhau của đường bản năng và đường trí tuệ nổi vân hình củ ấu (Hình 4 - 10 - 1, hình vân

bàn tay 4 - 10 - 1) chứng tỏ trẻ có lịch sử bệnh đái dầm.

Những biểu hiện khác của vân bàn tay: Hai bàn tay đều có đường mấn cảm thể hiện thể chất rất nhạy.



Vân tay hình 4 - 10 - 1



Hình 4 - 10 - 1

Phương pháp phòng chữa trị bệnh đái dầm

A. Ăn uống chữa chứng ỉa chảy

1. Cháo Khiếm thực kim

Khiếm thực (cây hoa súng) 15g, kim anh tử (hạt anh đào) 10g, gạo tẻ 50g. Cho hai thứ thảo dược vào nồi tra nước đun sôi khoảng 15 phút, lọc lấy nước rồi cho gạo đãi sạch nấu thành cháo, cháo chín gia giảm khẩu vị chia ăn 2 lần trong ngày. Bài thuốc cháo này có tác dụng bổ thận, khỏe tỳ, hạn chế đái, ngừa tiết nước.

2. Vải khô 8 ~ 10 quả, ăn trước khi đi ngủ, liên trong một tháng, mùa thu đông đều được. Vải khô bổ tỳ, ngừa tiết nước.

B. Mát xa chữa chứng đái dầm

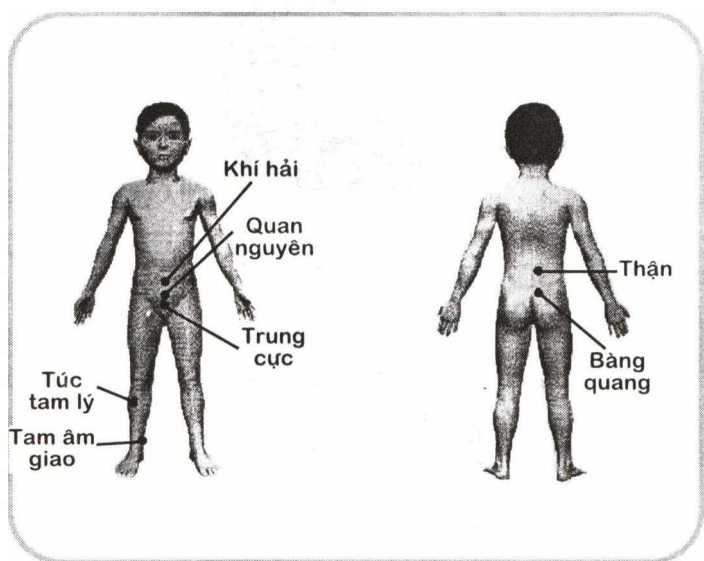
1. Phương pháp mát xa đùn nắn bóp

Chọn đúng các huyệt thận, bàng quang, quan nguyên, trung cực, khí hải, túc tam tiêu, tam âm giao (Hình 4 – 10 – 2).

a. Dùng bụng ngón cái hai bàn tay đặt vào hai bên cột sống phần hông người bệnh, từ kinh bàng quang túc thái dương đùn lên đến nơi huyệt phong môn (Hình 4 – 10 – 3), làm đi làm lại 3 lần, sau đó dùng ngón cái, ngón trỏ và ngón giữa nắn bóp từ trên xuống dưới 5 lần.

b. Dùng hai ngón tay cái và trỏ nắm chặt da

chính giữa cột sống, hai tay trái phải thay nhau làm liên tục, từ phần xương cùng cột sống thẳng theo mạch đốc đến huyết đại chủ (Hình 4 – 10 – 4), làm đi làm lại 3 ~ 5 lần.

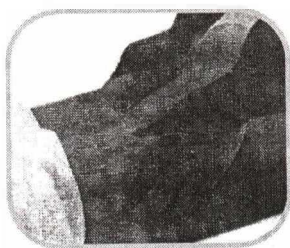


Hình 4 - 10 - 2

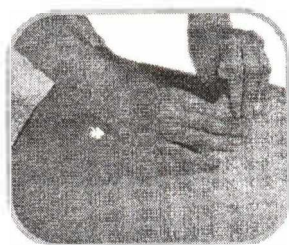
c. Dùng bụng ngón tay trỏ và giữa bàn tay phải miết từ cạnh cột sống phần xương cùng lần đến kinh bàng quang túc thái dương, làm 3 lần (Hình 4 – 10 – 5).

d. Xoay vòng mát xa ấn vào huyết thận, bàng quang, quan nguyên, trung cực, khí hải và túc tam lý, túc tam giao... (Hình 4 – 10 – 6) mỗi huyết 100 lần. Với cách đó mỗi ngày một lần, liệu trình 10

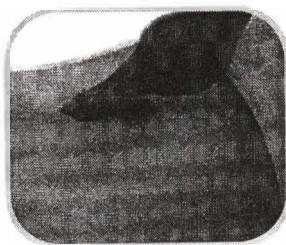
ngày liền. Sử dụng phương pháp này có tác dụng ôn bổ thân khí, khỏe hỏa huyết hạ nguyên, huyết mệnh môn.



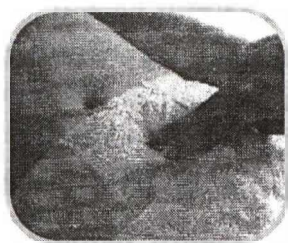
Hình 4 - 10 - 3



Hình 4 - 10 - 4



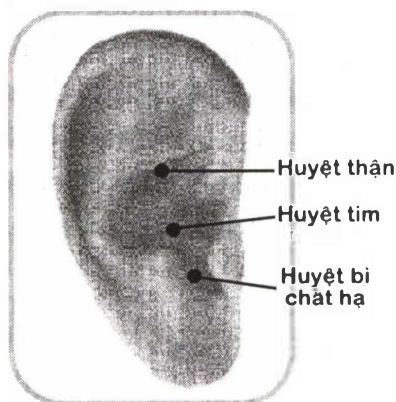
Hình 4 - 10 - 5



Hình 4 - 10 - 6

2. Liệu pháp huyết tai

Chọn các điểm hưng phần các huyết thận, tim, bì chất hạ (Hình 4 - 10 - 7), đoạn lấy hạt vương bất lưu hành bào chế cùng với thảo dược bổ thận, co tiểu như ích trí nhân, thỏ tư tử..., sau khi dùng cồn tiệt trùng quang vành tai, dán vương bất lưu hành vào các huyết trên đến khi có cảm giác sưng đau, nóng rất là được.



Hình 4 - 10 - 7

Lưu ý người mẹ cha mỗi ngày đắp áp ít nhất 3 lần, mỗi lần 3 phút đồng hồ, mỗi tuần thay thuốc một lần, làm cho cả hai tai trái phải, cứ thay thuốc 5 lần là một liệu trình. Bài thuốc này có giá trị bổ thận cố tinh co tiểu, chữa chính chứng đái dầm của trẻ.

C. Phương thuốc hiệu nghiệm chữa trị chứng đái dầm

1. Bài tỳ hư đái dầm

Tiểu mạch 30g, cam thảo, táo tàu, bột thiên hoa mỗi thứ 6g, cù mạch 9g, đun kỹ uống, mỗi ngày một thang, ngày uống 3 lần. Phương thuốc này ích khí bổ trung, khỏe tỳ trừ thấp, chủ yếu chữa chứng trẻ đái dầm, hư tỳ, thân thể gầy còm, biếng ăn...

2. Canh táo đỏ bổ và bổ cốt chỉ

Bổ cốt chỉ 3 ~ 6g, táo đỏ 12 quả, bàng quang lợn 1 cái. Cho hai thứ thảo dược vào bàng quang lợn cùng nấu ăn, mỗi tuần làm 1 ~ 2 lần. Bài thuốc này với bổ cốt chỉ bổ thận tráng dương, đặc biệt là phần thân dưới hư lạnh không dễ chịu; còn táo đỏ bổ tỳ ích vị; bàng quang lợn có ích với máu cơ bắp, phù hợp với người “thấp bé nhẹ cân”.

3. Tàng phiêu tiêu tán

Tàng phiêu tiêu, long cốt mỗi thứ 15 gam, viễn trí 5 gam, quy bản 10g, thạch xương bồ, nhân sâm, đương quy mỗi thứ 9g, phục thần 10g. Các thứ trên giã nát, đun nước uống. Tàng phiêu tiêu bổ thận

trợ dương teo tiểu, long cốt an thần kiềm chế thần kinh ngừa đái dầm, kết hợp với viễn chí, thạch xương bồ, phục thần, đương quy đều thứ ích khí dưỡng máu, quy bản nhuận âm tiềm dương, toàn bộ phương thuốc làm an thần thông thận, có tách dụng điều tiết thủy hỏa, cố định nguồn mạch nước.

4. Phương thuốc ích trí di hợp

Tàng phiêu tiêu, ích trí nhân, sơn dược (khoai mài), bổ thận chỉ, tế ma hoàng, thạch xương bồ, viễn chí mỗi thứ như nhau. Cho 250ml nước vào sắc, tiêu độc bình chứa để dùng. Trẻ mọc răng uống 20ml mỗi lần, lớn hơn uống 20 ~ 30ml, mỗi ngày 2 lần. Bài thuốc này có tế ma hoàng điều tiết hệ thống thần kinh, làm cho trẻ ngủ say lại giảm suy yếu, dễ tỉnh tránh được đái dầm.

5. Bài thuốc chữa đái dầm

Bổ cốt chỉ, kim anh tử, phúc bồn tử mỗi thứ 9 gam, đảng sâm, thỏ tư tử mỗi thứ 12g, kén tầm 10 tổ, cam thảo sấy 4,5g. Những thứ thuốc trên sắc đặc lấy 20ml, mỗi sau bữa cơm tối uống thuốc, hạn chế uống nước thêm. Phương thuốc này ích khí bổ thận, chữa cả thận hư, khí phổi tỳ hư mà dẫn đến chứng đái dầm, lưu ý không dùng với người bị bệnh gan.

XI. BỆNH KÝ SINH TRÙNG Ở TRẺ

Ký sinh trùng là bệnh thường bắt gặp ở trẻ, gồm giun đũa và giun kim. Bệnh giun đũa chủ yếu do ăn

uống mất vệ sinh, rau quả không rửa sạch, nấu không chín đưa trứng giun vào bụng. Giun kim cũng chính vì ăn uống không giữ vệ sinh, thói quen cầu thả không sạch sẽ. Bệnh giun ở trẻ một phần do trẻ suy yếu. Giun kim sống gần hậu môn, khi chui ra ngoài để trứng thì quắp vào. Khi giun bò thì đau; khi bụng đau lấy tay ấn vào nơi đau thì giun nằm yên không động đậy. Thông thường khi bụng đói thì đau nặng, ăn no ít đau.

Biểu hiện bệnh giun ở trẻ được biểu hiện ở vân bàn tay trẻ như sau:

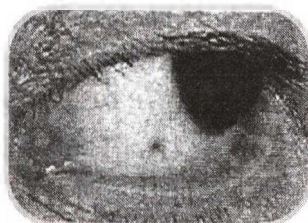
1. Nơi giữa đường bản năng có điểm đốm màu xanh (Hình 4 - 11 - 1), tín hiệu bụng có giun.



Hình 4 - 11 - 1

2. Bụng trẻ có giun, có thể nhìn thấy ở hai bên mép lưỡi có sinh vật màu sữa bắm.

3. Tròng trắng mắt trẻ xuất hiện đốm màu lam, tro, hoặc đen (Hình 4 - 11 - 2, ảnh màu 55), tín hiệu trong ruột có giun.



Hình 4 - 11 - 2

4. Trên mặt có các đốm trắng hình tròn lớn bé khác nhau không trật tự (Hình 4 - 11 - 3), khi tối thì nhìn rõ, da thô ráp, hầu hết không cảm giác đau, có khi ngứa, tín hiệu ruột có ký sinh trùng.



Hình 4 - 11 - 3

XII. CHỨNG THIẾU LỰC Ở TRẺ

Chứng thiếu lực ở trẻ cũng là một thứ tật bệnh mang tính trở ngại dinh dưỡng mạn tính, chính vì nuôi dưỡng không tốt, thiếu dinh dưỡng mà gây nên, từ đó

mà dẫn tới những tật bệnh làm ảnh hưởng phát dục ở trẻ. Trẻ vì thiếu dinh dưỡng sinh còi cọc, ỏng eo, chậm lớn, nghiêm trọng hơn, tình trạng thiếu dinh dưỡng còn làm cho các chức năng cơ thể trẻ kén, khả năng miễn dịch thấp gây bệnh tật.

Biểu hiện chứng thiếu lực ở trẻ được biểu hiện ở vân bàn tay trẻ như sau:

1. Trên đường trí tuệ cổ vân hình số 8 ngang (Hình 4 - 12 - 1, hình vân bàn tay 4 - 12 - 1), tín hiệu chứng thiếu lực rất rõ nét.



Vân tay hình 4 - 12 - 1



Hình 4 - 12 - 1

2. Trên đường trí tuệ có nhiều vân nhiễu (Hình 4 - 12 - 2, hình vân bàn tay 4 - 12 - 2), tín hiệu chứng thiếu lực rất rõ nét, dễ mắc bệnh đau đầu.



Vân tay hình 4 - 12 - 2



Hình 4 - 12 - 1

Phương pháp phòng chữa trị bệnh đái dầm

A. Ăn uống chữa chứng ỉa chảy

1. Cháo gạo nếp khoai mài

Khoai mài (sơn dược) 200g, kê nội kim 50g, gạo nếp 250g. Đãi sạch gạo để khô, rang vàng một chút, cho khoai mài vào rang tiếp 15 phút rồi lại cho kê nội kim rang tiếp 5 phút, nhấc ra để nguội, sàng bỏ cháy vụn tạp chất, nghiền thành bột, tiếp đó cho một ít nước sôi vào khuấy đều ăn. Cứ ăn hết 500g là một liệu trình. Bài thuốc này có tác dụng khỏe tỳ ích khí trợ giúp vận động. Thuốc trong bài này vừa bổ vừa tiêu, tiêu bổ đều có giúp tỳ vị vận hành lên xuống bình thường, tốt nhất là làm cho trẻ phát dục mạnh khỏe có khả năng chống tật bệnh.

2. Cháo xương sống thịt

Xương sống lợn còn thịt 100g, chặt khúc, rán qua dầu, ninh cùng gạo đã đãi sạch làm thành cháo.

Cháo chín sền sệt, gia giảm vừa khẩu vị, hành, thơm, mỗi ngày ăn buổi tối.

B. Mát xa chữa chứng thiếu lực, tăng khả năng thêm ăn

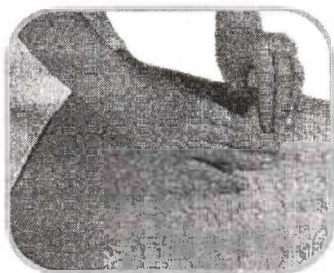
Chọn phương pháp nắn bóp. Bảo trẻ nằm sấp, nắn bóp từ trường cường tới huyết đại chủ. Dùng ba ngón tay giữa, đeo nhẫn và út hai tay tạo hình nửa nắm đấm, ngón trở nửa cong, ngón cái giờ thẳng cùng cặp với ngón trở giữ chặt da phần hai bên cột sống lưng trẻ nắn bóp nhấc lên; hai tay cùng lúc làm từ trên xuống dưới từ dưới lên trên (Hình 4 – 12 – 3), cứ 7 lần là một liệu trình. Phương pháp này làm thông kinh lạc, điều hòa âm dương, tác dụng lợi ích tỳ tiêu cam, làm cho ruột tích cực vận động co bóp, nội tiết tốt, tiêu hóa khỏe, cải thiện sức lực của trẻ.

XIII. CHỨNG THỂ CHẤT YẾU, SỨC ĐỀ KHÁNG KÉM Ở TRẺ

Có nhiều trẻ do bẩm sinh trời phú không đầy đủ, sinh ra lại thiếu nuôi dưỡng tử tế, tim gan tỳ thận hư tổn, thiếu máu khiến cho thể chất yếu kém. Chứng này được thể hiện ra trên nhiều mặt, ví dụ như đi đứng lẻo khoẻo xiêu vẹo (trẻ 16 tháng tuổi thậm chí không biết đi), mười tháng tuổi mà răng chưa mọc, hai mươi tháng tuổi còn chưa biết nói, dễ gặp gió lạnh là bị cảm. Những trường hợp này đều gọi là trẻ suy dinh dưỡng, thể chất ốm yếu.

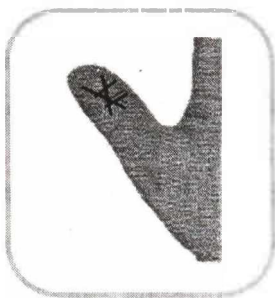
Biểu hiện chứng thể chất kém sức đề kháng yếu ở trẻ được biểu hiện ở vân bàn tay trẻ như sau:

1. Bụng ngón tay cái có vân nhiều (Hình 4 – 13 – 1) biểu hiện chứng thể chất yếu kém suy nhược.



Hình 4 - 12 - 3

2. Đường tình cảm hiện rõ hình sợi xích (Hình 4 – 13 – 2, hình vân bàn tay 4 – 13 – 1), tín hiệu chứng thể chất suy kém.



Hình 4 - 13 - 1



sHình 4 - 13 - 2



Vân tay hình 4 - 13 - 1

Phương pháp phòng chữa trị bệnh

A. Ăn uống chữa chứng thể chất kém

Trẻ 1 ~ 3 tuổi gọi là lứa tuổi ấu thơ. Trẻ thơ ấu cần tới nửa lượng các chất người lớn cần như nhiệt năng, protein, mỡ, vitamin, chất khoáng. Nếu cho trẻ ăn đúng khoa học thì trẻ mới tăng cường thể chất, tránh được tật bệnh thâm nhập cơ thể. Chính vì lẽ đó mà xây dựng cho trẻ chế độ ăn uống theo kết cấu “Kim tự tháp”, chứ không phải là tạo cho trẻ có cảm giác ngon miệng, cách chế biến sao cho ngon mà còn phải thích hợp với nhu cầu lớn lên của trẻ. Dưới đây là phác đồ cho trẻ 1 ~ 3 tuổi ăn uống, chủng loại và định lượng.

1. Dầu mỡ các loại

Bao gồm dầu thực vật, mỡ động vật, mỗi bữa ăn nên có.

2. Rau xanh trái cây

Bữa ăn nên có một quả táo, một cốc nước trái cây, các thứ rau tươi xào nấu.

3. Protein

Mỗi ngày cần có 1 quả trứng gà cho trẻ, một cốc sữa hoặc sữa chua, 50g thịt động vật, 3 thìa các món ăn thuộc về đậu chế biến.

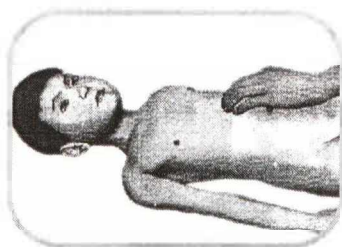
4. Ngũ cốc

Một chiếc bánh bao nhỏ nhỏ, một bát miến (mì sợi), một bánh mì nhỏ nhỏ, một bát con cơm gạo tẻ.

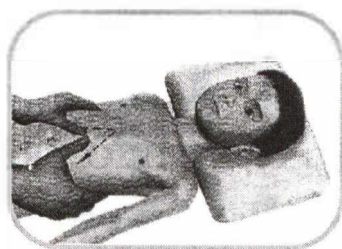
B. Mát xa chữa chứng thể chất yếu kém

1. Day bấm huyết trung hoàn 2 phút, sau đó chồng hai tay vào nhau lấy huyết thần khuyết làm tâm điểm day theo chiều thuận kim đồng hồ 2 phút (Hình 4 - 13 - 3).

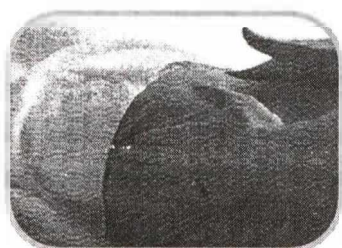
2. Phân rõ phần bụng âm dương, ngoài ngón cái ra, khép 4 ngón còn lại vào nhau, hai ngón tay cái đối xứng hình đầu kiếm, toàn bộ bàn tay dán chặt vào da mình trẻ, sau đó từ trong ra phía ngoài, miết theo chiều rãnh xương sườn, dần xuống tới bụng dưới (Hình 4 - 13 - 4), thực hiện 10 lượt.



Hình 4 - 13 - 3



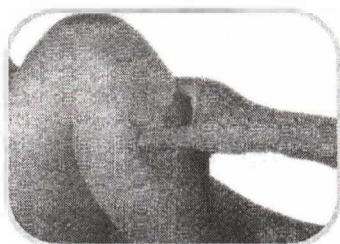
Hình 4 - 13 - 4



Hình 4 - 13 - 5

3. Dùng hai bàn tay áp chặt vào hai bên sườn (Hình 4 - 13 - 5), miết xát trước sau trước cho đến khi nóng lên thì thôi.

4. Hai ngón tay cái chia nhau day bấm huyết huyết hải 1 phút đồng hồ, sau đó tiếp day bấm huyết túc tam lý 1 phút đồng hồ (Hình 4 – 13 – 6)



Hình 4 - 13 - 6

XIV. CHỨNG CẬN THỊ Ở TRẺ

Cận thị là chứng bệnh thường bắt gặp ở trẻ, thường có khi do di truyền hoặc không chú ý giữ gìn vệ sinh, sử dụng mắt nhìn quá sức làm thay đổi tình thể nhãn cầu, giảm thị lực. Cận thị biểu hiện rõ là không thể nhìn thấy được ở xa, lực nhìn xa giảm sút được gọi là chứng cận thị. Cận thị khiến con mắt mệt mỏi, có khi nhìn vật thành hai, mắt sưng lồi, đau đầu. Trong điều kiện thế giới nghe nhìn phát triển, màn hình rất hấp dẫn tuổi trẻ, con trẻ ngồi lâu trước màn hình ti vi, máy vi tính chơi trò chơi điện tử, rất dễ mắc chứng cận thị.

Biểu hiện chứng cận thị ở trẻ được biểu hiện ở vân bàn tay trẻ như sau:

1. Giữa đường trí tuệ có vân hình đảo tín hiệu chứng cận thị (Hình 4 – 12 – 1, hình vân bàn tay 4 – 14 – 1).

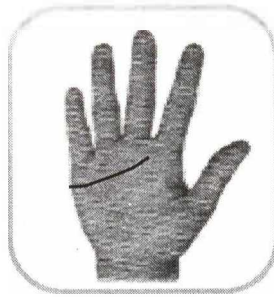


Hình 4 - 14 - 1



Vân tay hình 4 - 14 - 1

2. Trên đường tình cảm phía dưới ngón tay đeo nhẫn có một vân hình số 8 nằm ngang, tín hiệu chứng cận thị (Hình 4 - 12 - 2, hình vân bàn tay 4 - 14 - 2).

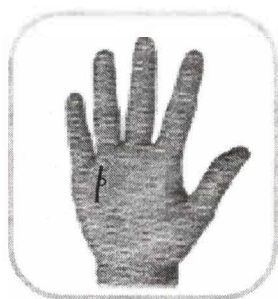


Hình 4 - 14 - 2

3. Trên đường thái dương có ký hiệu vân hình đảo nhỏ, tín hiệu chứng cận thị (Hình 4 - 14 - 3)



Vân tay hình 4 - 14 - 2



Hình 4 - 14 - 3

Phương pháp phòng chữa trị bệnh

A. Hàng ngày cần luyện tập làm khỏe mắt, sớm chiều mỗi buổi làm một lần

Bài 1: Hai ngón tay cái ấn huyệt thiên ứng, xoay chuyển vào phía trong, một vòng gọi là một phách (tiết phách 8 x 8, hình 4 - 14 - 4).



Hình 4 - 14 - 4

Bài 2: Dùng hai ngón tay cái và trỏ túm lấy và ấn huyết tinh minh, một ấn một bóp là một phách (tiết phách 4 x 8); sau đó tay phải làm đúng động tác như thế (tiết phách 4 x 8, hình 4 - 14 - 5)



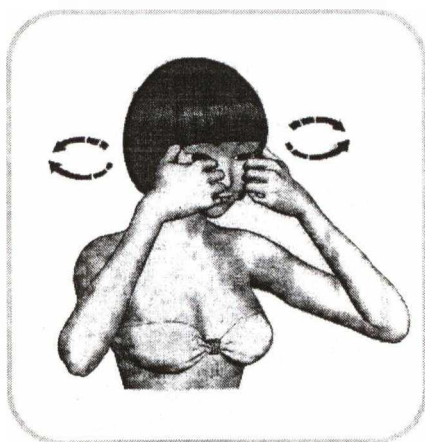
Hình 4 - 14 - 5

Bài 3: Ngón tay trỏ hai tay cố định lại trên huyết tứ bạch, xoay vào tâm ấn, xoay ấn một vòng là một phách (tiết phách 8 x 8, hình 4 - 14 - 6)

Bài 4: Hai ngón tay cái ấn vào huyết thái dương, ngón tay trỏ cong lại, dùng mép trong đốt thứ hai ngón tay trỏ xoay cạo vành mắt, lên trước xuống sau, từ trong ra ngoài, cạo một vòng gọi là một phách (tiết phách 8 x 8, hình 4 - 14 - 7)



Hình 4 - 14 - 6



Hình 4 - 14 - 7

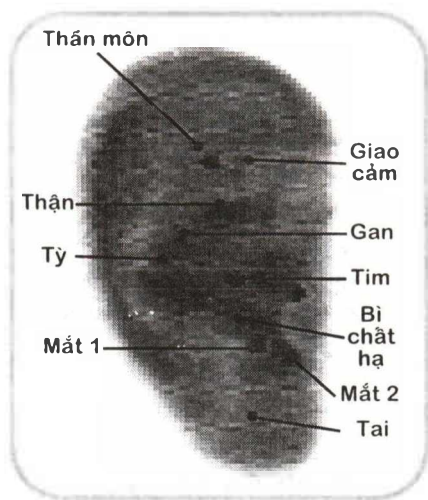
B. Dán cao vào huyết tai

Chọn các huyết tai như thần môn, tim, gan, thận, mắt, giao cảm (Hình 4 - 14 - 8) dán lên cao thuốc có tính kích thích mạnh. Cách làm là, cắt

từng mảnh cao thuốc thành cỡ 4 x 4mm dán lên các huyết, cứ một ngày thay một lần, 10 ngày là một liệu trình.

C. Dán thuốc viên vào huyết tai

Chọn đúng các huyết ở tai như mắt, mắt 1, mắt 2, tim, gan, thận, giao cảm, tỳ, thần môn, bì chất hạ (Hình 4 - 14 - 8), đem hạt đậu xanh hoặc hạt vương bất lưu hành dính lên cao dán cắt chỉ còn nhỏ 0,6cm x 0,6cm dán lên các huyết đã nói trên, sớm trưa tối mỗi ngày đều làm, 5 ngày thì thay, cứ 5 lần thay là một liệu trình.



Hình 4 - 14 - 8

MỤC LỤC

KHÁM CHỮA BỆNH CHO TRẺ QUA VÂN BÀN TAY

CHƯƠNG I

CƠ SỞ CHẨN BỆNH QUA VÂN TAY VÀ MÓNG TAY TRẺ EM

I. TÊN GỌI, VỊ TRÍ VÀ Ý NGHĨA CỦA ĐƯỜNG VÂN BÀN TAY TRẺ EM

1. Đường bản năng	37
2. Đường não	38
3. Đường tà gấp 4 ngón tay	39
4. Đường ngọc trụ	39
5. Đường gan	41
6. Đường mấn cảm s	42
7. Đường sinh dục	42
8. Đường vân hình khuyên Thổ tim	43
9. Đường vân kỳ lạ	44
10. Đường vân xi nê	45
11. Đường vân nhiễu	46
12. Đường vân không sức khỏe	48
13. Đường vân giao hợp	48
14. Đường vân phóng túng	49
15. Bàn tay thông quán	51

16. Đường vân dọc bụng ngón	52
17. Vân ngang trên bụng ngón tay	52
II. TÊN GỌI, VỊ TRÍ VÀ Ý NGHĨA CỦA MÓNG NGÓN BÀN TAY TRẺ EM	53
III. PHƯƠNG PHÁP PHÂN CHIA KHU VỰC BÀN TAY TƯƠNG ỨNG BỆNH LÝ TẠNG PHỤ	
1. Vùng đầu	56
2. Vùng gan mật	57
3. Vùng phổi	58
4. Vùng dạ dày	58
5. Vùng tim	58
6. Vùng thận	59
7. Vùng đại tràng, tiểu tràng	59
IV. PHƯƠNG PHÁP PHÂN CHIA GỜ CỬU TINH, CỬU CUNG TRÊN BÀN TAY	
1. Vị trí cung Tốn	60
2. Vị trí cung Ly	61
3. Vị trí cung Khôn	61
4. Vị trí cung Đoài	62
5. Vị trí cung Càn	63
6. Vị trí cung Khảm	64
7. Vị trí cung Cấn	64
8. Vị trí cung Chấn	65
9. Vị trí Minh đường	66
V. BỆNH LÝ THỂ HIỆN TRÊN ĐƯỜNG VÂN BÀN TAY	

1. Vân hình sao	67
2. Vân hình chữ “Thập”	68
3. Vân hình đảo	68
4. Vân hình sợi xích	68
5. Vân hình vuông	69
6. Vân hình lưới	70
7. Vân hình chạc	70
8. Vân hình chiếc ô	71
9. Vân hình lông	72

CHƯƠNG II

ĐẶC ĐIỂM SINH LÝ VÀ BỆNH LÝ TRẺ EM

I. THỜI KỲ PHÁT DỤC VÀ SỐ LIỆU THƯỜNG THẤY Ở TRẺ EM

A. Các thời kỳ phát dục của trẻ em	73
1. Thời kỳ bào thai	73
2. Thời kỳ con trẻ bú	75
3. Thời kỳ ấu thơ	78
4. Thời kỳ nhi đồng	81
5. Thời kỳ tuổi thiếu niên chuẩn bị bước vào giai đoạn tuổi thanh xuân	83
B. Những số liệu sinh lý thường thấy ở các độ tuổi của con trẻ	84
1. Trọng lượng cơ thể	85
2. Chiều cao	86

3. Hộp sọ	86
4. Vòng ngực	87
5. Mọc răng	87
6. Hô hấp	87
7. Mạch đập	88
8. Huyết áp	88
9. Phát dục vận động	88
10. Học nói	89

II. TÍN HIỆU BỆNH TẬT CỦA TRẺ

1. Loét miệng ngỗng ở trẻ mới sinh	89
2. Trẻ viêm rốn	90
3. Trẻ bị sốt	90
4. Trẻ lăm mồm hôi	90
5. Viêm tuyến mang tai mang tính thường xuyên	90
6. Thủy đậu	91
7. Đau bụng	91
8. Mụn nhọt	91
9. Rôm	91
10. Lưỡi dộp	92

III. GIỮ GÌN SỨC KHỎE THƯỜNG NGÀY CHO TRẺ

A. Thường xuyên tập luyện	92
1. Tắm không khí	93
2. Tắm nắng	94
3. Tắm nước	94

4. Tập thể dục	95
B. Dinh dưỡng hợp lý và thói quen ăn uống	95
C. Phòng ngừa bệnh lây nhiễm	96
D. Xây dựng thói quen giữ vệ sinh thật tốt	96
E. Rèn luyện tâm lý tốt đẹp	97

CHƯƠNG III

DỰ ĐOÁN SỨC KHỎE CỦA TRẺ

I. TÍN HIỆU BỆNH TẬT ĐƯỢC PHẢN ÁNH TRÊN MÀU SẮC MÓNG TAY

1. Màu trắng	99
2. Màu đỏ	100
3. Màu vàng	100
4. Màu xanh	101
5. Màu đen	102
6. Màu đen	102
7. Màu nâu hạt dẻ	103
8. Màu nửa đỏ nửa trắng	104

II. TÍN HIỆU BỆNH TẬT ĐƯỢC PHẢN ÁNH LÊN TRÊN HÌNH DÁNG MÓNG TAY

1. Móng co teo	104
2. Móng ngón to bè	105
3. Móng ngón dài	105
4. Móng ngón ngắn tũn	106
5. Móng ngón hình tam giác	106
6. Móng ngón hẹp	107

7. Móng ngón quả trám	108
8. Móng ngón hình rẽ quạt	108
9. Móng ngón có đường ngang lõm giữa	108
10. Móng ngón cong vểnh lên	109
11. Móng ngón trở giữa cao gồ lên	110
12. Móng ngón hình tròn nửa	110
13. Móng ngón hình ống	111
14. Móng ngón hình bẹt phẳng	111
15. Móng ngón có sọc dọc	112
16. Móng ngón rãnh lõm	112
III. TÍN HIỆU BỆNH TẬT ĐƯỢC PHẢN ÁNH NHỮNG DỊ THƯỜNG Ở MÓNG TAY	113
IV. TÍN HIỆU BỆNH TẬT ĐƯỢC PHẢN ÁNH QUA VÂN BÀN TAY	
1. Tín hiệu bệnh tật có thể phán đoán được ở trên đường sinh mệnh	118
2. Tín hiệu bệnh tật có thể phán đoán được ở trên đường trí tuệ	127
3. Tín hiệu bệnh tật có thể phán đoán được ở trên đường tình cảm	132
4. Tín hiệu bệnh tật có thể phán đoán được ở trên đường vân ngón tay	140
5. Tín hiệu bệnh tật có thể phán đoán được ở trên đường vân nháy cảm	141
6. Tín hiệu bệnh tật có thể phán đoán được ở sự khác thường các bộ phận trên đường vân	

khác của bàn tay trẻ	144
V. TÍN HIỆU BỆNH TẬT PHẢN ÁNH LÊN CÁC BỘ PHẬN KHÁC	150

CHƯƠNG IV

ĐOÁN BỆNH TẬT CHO TRẺ

I. TRẺ TỪNG MẮC SỐT CAO	155
II. TRẺ HEN PHẾ QUẢN	159
A. Ăn uống chữa chứng hen khí quản	162
B. Mát xa bấm huyết chữa hen	163
C. Phương thuốc hiệu nghiệm chữa hen	166
III. TRẺ VIÊM HỌNG	167
IV. BỆNH TIM BẮM SINH Ở TRẺ	172
V. THỂ CHẤT QUÁ NHẠY CẢM CỦA TRẺ	176
1. Dùng ăn uống phòng ngừa chữa trị tật bệnh	177
2. Dùng phương pháp mát xa phòng ngừa chữa trị tật bệnh	178
3. Phương thuốc hiệu nghiệm phòng ngừa chữa trị tật bệnh	179
VI. LƯỚI TRẺ RỘP HÌNH BẢN ĐỒ	179
A. Ăn uống chữa ngừa bệnh lưới có hình bản đồ	182
B. Phương thuốc phòng chữa trị hiệu quả chứng lưới hình bản đồ	183
VII. BỆNH CAM Ở TRẺ	184
A. Ăn uống chữa trị bệnh cam	185
B. Ấn huyết	186

C. Phương thuốc hiệu nghiệm chữa bệnh cam	188
VIII. BỆNH TÁO BÓN Ở TRẺ	190
A. Ăn uống chữa chứng táo bón	191
B. Mát xa chữa chứng táo bón	193
C. Phương thuốc hiệu nghiệm chữa trị chứng táo bón	195
IX. BỆNH ỈA CHẢY Ở TRẺ	196
A. Ăn uống chữa chứng ỉa chảy	198
B. Mát xa chữa chứng ỉa chảy	198
C. Phương thuốc hiệu nghiệm chữa trị chứng ỉa chảy	200
X. BỆNH ĐÁI DẪM Ở TRẺ	202
A. Ăn uống chữa chứng ỉa chảy	204
B. Mát xa chữa chứng đái dầm	204
C. Phương thuốc hiệu nghiệm chữa trị chứng đái dầm	208
1. Bài tỳ hư đái dầm	208
2. Canh táo đỏ bổ và bổ cốt chỉ	208
3. Tàng phiêu tiêu tán	208
4. Phương thuốc ích trí di hợp	209
5. Bài thuốc chữa đái dầm	209
XI. BỆNH KÝ SINH TRÙNG Ở TRẺ	209
XII. CHỨNG THIẾU LỰC Ở TRẺ	211
A. Ăn uống chữa chứng ỉa chảy	214
B. Mát xa chữa chứng thiếu lực, tăng khả năng thèm ăn	215

XIII. CHỨNG THỂ CHẤT YẾU, SỨC ĐỀ KHÁNG KÉM Ở TRẺ	215
A. Ăn uống chữa chứng thể chất kém	217
B. Mát xa chữa chứng thể chất yếu kém	218
XIV. CHỨNG CẬN THỊ Ở TRẺ	220
A. Hàng ngày cần luyện tập làm khỏe mắt, sớm chiều mỗi buổi làm một lần	223
B. Dán cao vào huyết tai	225
C. Dán thuốc viên vào huyết tai	226

NHÀ XUẤT BẢN THỜI ĐẠI
Nhà B15, Mỹ Đình 1, Từ Liêm, Hà Nội
Điện thoại: 04 62872348 - Fax: 04 62871730
Email: nxbthoidai@nxbthoidai.com.vn

HƯỚNG DẪN
CÁCH PHÁT HIỆN BỆNH
QUA BIỂU HIỆN
CỦA BÀN TAY

Cách phát hiện bệnh
CHO TRẺ EM

Biên dịch:
TRẦN LỆ XUÂN

Chịu trách nhiệm xuất bản: BÙI VIỆT BẮC

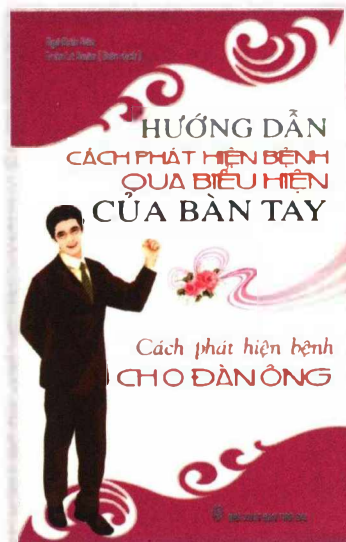
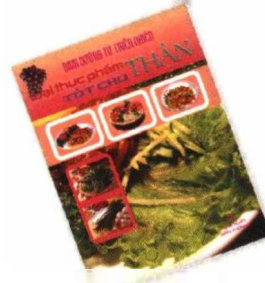
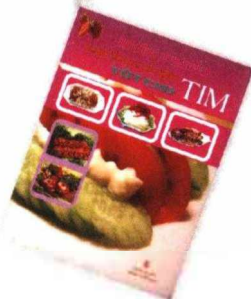
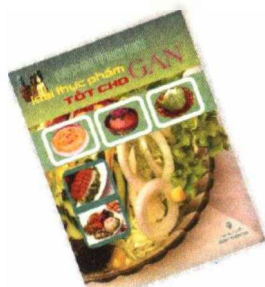
Biên tập: HỒNG TÚ

Mỹ thuật: QUỲNH CHI

Vẽ bìa: ANH TUẤN

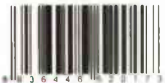
Sửa bản in: MAI VÂN

In 1.000 cuốn, khổ 13 x 20.5cm, tại Công ty cổ phần
In Thiên Kim. Số đăng ký kế hoạch xuất bản
299-2010/CXB/16/01-01-07/TĐ. In xong và nộp lưu chiểu
quý II năm 2011.



HUA SACH HOANG LONG
 SỐ 12/137 HỒ ĐẮC DŨNG ĐÀ, HÀ NỘI
 Tel: 04 35334816/Fax: 04 35334815
 Email: hoanglongbooks@yahoo.com.vn

HOANG LONG BOOKS



GIÁ 45 000 đồng