

2012年中医助理医师考试辅导：按摩治疗牙痛 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/656/2021\\_2022\\_2012\\_E5\\_B9\\_B4\\_E4\\_B8\\_AD\\_c22\\_656324.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/656/2021_2022_2012_E5_B9_B4_E4_B8_AD_c22_656324.htm)

按摩治疗牙痛：用双手拇指指腹，放于同侧面颊车穴适当用力，能够活血消肿；用拇指指尖，按于对侧合谷穴，其余四指置于掌心，适当用力由轻渐重掐压能够活络镇痛。没得过牙痛的人不清楚牙痛的滋味，流传的一句“牙痛不是病，痛起来真要命”告诉了大家牙痛真的是很麻烦。当牙痛出现时，可通过按摩疗法来防治牙痛。

用双手拇指指腹，放于同侧面颊车穴适当用力，能够活血消肿；用拇指指尖，按于对侧合谷穴，其余四指置于掌心，适当用力由轻渐重掐压能够活络镇痛。

1. 预备式 坐位或站位，全身放松，双眼平视微闭，呼吸调匀，静息1~2分钟。
2. 按压颊车穴 用双手拇指指腹，放于同侧面颊车穴，适当用力，由轻渐重按压0.5~1分钟。功效：解痉止痛，活血消肿。
3. 指掐合谷穴 用拇指指尖，按于对侧合谷穴，其余四指置于掌心。适当用力由轻渐重掐压0.5~1分钟。功效：疏风解表，活络镇痛。
4. 揉按面颊部 用双手掌掌心，分别放在同侧面颊部，适当用力揉按0.5~1分钟，以面颊部发热为佳。功效：活络散寒，缓痉止痛。
5. 按揉风池穴 用双手拇指指尖，分别放在同侧风池穴，其余四指附在头部两侧，适当用力按揉0.5~1分钟。功效：祛风散寒，提神醒脑。
6. 指掐少海穴 用拇指指尖，放在对侧少海穴，适当用力掐0.5~1分钟。功效：祛风散寒，通络止痛。
7. 按揉阳溪穴 用拇指指腹，放在对侧阳溪穴，适当用力掐0.5~1分钟。功效：通腑泻热，清热止痛。
8. 按揉下关穴 用双手中指或食指指腹，放于同侧

面部下关穴，适当用力按揉0.5~1分钟。功效：疏风清热，解痉止痛。以上就是常见的防治牙痛的按摩手法，当牙痛出现时，朋友们可以尝试这些方法，效果很好。平日中，应该注意保持口腔卫生。当然，在面部按摩时，用力可由轻到重，适度增加，出现酸胀感窜至痛处为佳。小编推荐：

#0000ff>2012年中医助理医师考试辅导：推拿治疗跟痛症

#0000ff>2012年中医助理医师考试辅导：中医推拿治疗头痛

#0000ff>2012年中医助理医师考试辅导：更年期综合征推拿治疗 100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 [www.100test.com](http://www.100test.com)