

過敏性鼻炎(鼻敏感) 的中醫治療



撰文：香港浸會大學中醫藥學院臨床部高級講師 - 徐大基博士

什麼是過敏性鼻炎？

是機體接觸過敏原後，鼻黏膜表現出的非感染性炎性疾病，臨床上主要癥狀有鼻癢、打噴嚏、流涕、鼻塞等。如果這種情況每天持續或累計達一小時，那麼可能就屬於過敏性鼻炎，也就是通常所說的鼻敏感。

常見的過敏原有哪此些？

- 吸入性過敏原：如室內、外塵埃，塵蟎，真菌，動物皮毛，羽毛，棉花絮等，多引起常年性發作；植物花粉引起者多為季節性發作。
- 食物性過敏原：如魚、蝦、雞蛋、牛奶、麵粉、花生、大豆等。
- 接觸物：如化妝品、汽油、酒精、油漆等。
- 某些細菌及其毒素、內分泌失調、體液酸鹼平衡失調及某些藥品，如抗生素等。可由於多種因素同時或先後存在。

過敏性鼻炎的併發症有哪此些？

鼻竇炎、睡眠受擾、咽鼓管阻塞、經常張口呼吸而造成牙齦肥厚、鼻息肉等。

過敏性鼻炎常見的癥狀有哪此些？

主要症狀：鼻癢、打噴嚏、水樣鼻涕、鼻塞，這些癥狀發作迅速，消失也快。

其他症狀：

- 眼睛癢或乾澀感、眼睛發紅發癢及流淚
- 嗅覺減弱
- 咳嗽、咽喉癢感
- 耳脹感
- 黑眼圈（經常揉眼所致）
- 經口呼吸，口苦，口臭
- 頭痛或頭暈
- 鼻腔檢查：鼻黏膜淡白、灰白或蒼白水腫，鼻甲腫大等。

中醫如何解釋過敏性鼻炎的發生？

古代文獻中尚有鼽嚏、鼽鼻、鼽水、鼻流清水等別稱。《素問》：“鼽者，鼻出清涕也”，“嚏，鼻中因癢而氣噴作於聲也。”

內因：體質特異，臟腑虛弱，臟腑功能失調，以肺、脾、腎之虛損為主 — 遺傳、免疫力低下

外因：感受風寒，異氣之邪或因某些飲食物觸發，或因鬱熱內蘊侵襲鼻竅而致 — 環境因素

過敏性鼻炎中醫如何辨證治療？

中醫採用扶正祛邪的辨證施治原則治療。

扶正

- 調補肺、脾、腎之虛
- 補肺氣：可用玉屏風散等
- 補土生金 — 通過健脾達到補肺：可用黃芪建中湯、補中益氣湯、參苓白朮散等
- 金水相生 — 通過補腎達到補肺：可用金匱腎氣丸、六味地黃丸、左歸丸等

祛邪

- 避免接觸過敏原 — 避免邪氣入侵，如避免接觸室塵蟎、貓狗皮毛、蟑螂、室外花粉、室內黴菌（地毯）、職業性過敏原（粉塵）、食物過敏原等。
- 避免或消除中醫所屬的風、寒、濕、火、熱、毒邪，痰濕、瘀血等病邪。可採用祛風、活血、清熱、瀉火祛濕、涼血解毒等法。常用藥物如下：
 - 祛風：防風、桂枝、蘇葉、生薑、柴胡等
 - 活血：丹參、田七等
 - 清熱、瀉火祛濕，涼血解毒：白花蛇舌草、金銀花、白鮮皮、苦參、地膚子、人參、黃芪等

此篇資料只供參考，如有疑問，請諮詢註冊中醫師再作相應選擇為宜。

辨證治療

在辨證治療方面通常可分為：肺氣虛弱、風寒襲肺；脾氣虛弱、水濕泛鼻；脾腎陽虛、鼻失溫煦及肺經伏熱、上犯鼻竅四型進行治療。

肺氣虛弱，風寒襲肺

- 證候：鼻癢、噴嚏、流涕清稀量多，鼻塞，遇風冷或天氣變化易發或加重，少氣乏力，懶言聲低，易感冒，自汗惡風，喉癢咳嗽，咯痰稀白，舌淡苔白，脈弱。
- 治法：補益肺氣，祛風散寒。
- 方藥：玉屏風散加減。

脾腎陽虛，鼻失溫煦

- 證候：鼽嚏經年不愈，反復發作，冬季尤甚或遇寒易發；鼻內冷楚，癢嚏不已，清涕如水量多，鼻粘膜蒼白水腫，怕冷，腰膝冷痛，耳鳴重聽，舌淡苔白，脈沉遲。
- 治法：溫腎益督，散寒止鼽。
- 方藥：金匱腎氣丸合麻黃附子細辛湯加減。

脾氣虛弱，水濕泛鼻

- 證候：鼽嚏反復發作，纏綿不愈，清晨易發，鼻塞較重，涕稀白粘量多，鼻粘膜蒼白或灰白，水腫明顯，頭重身困，乏力，納差便溏，舌淡胖有齒痕，苔白水滑，脈緩弱。
- 治法：健脾益氣，升清化濕。
- 方藥：補中益氣湯加減。

肺經伏熱，上犯鼻竅

- 主證：鼻癢，噴嚏頻作，流清涕，鼻塞，常在悶熱天氣發作。全身或見咳嗽，咽癢，口乾煩熱，舌質紅，苔薄黃，脈數。檢查見鼻粘膜色紅或暗紅，鼻甲腫脹。
- 治法：清宣肺氣，通利鼻竅。
- 方藥：辛夷清肺飲加減。

可否用針灸治療過敏性鼻炎？

- 針灸對過敏性鼻炎有一定的治療作用，臨床可根據具體情況進行選用。針灸通常取穴：肺俞、大椎、大杼、腎俞、脾俞、印堂等。
- 隔薑灸：採用針刺局部穴位和隔蒜灸肺俞、脾俞、腎俞為主，有一定療效。
- 穴位敷貼：取甘遂、白芥子、細辛等以適當比例共研成細末，用新鮮生薑汁調成糊狀，制成藥餅，固定在大椎、肺俞、脾俞、腎俞等穴位上。多數患者貼藥時間為4~6小時。一般5~7天換藥1次，6次為1療程。

過敏性鼻炎如何進行飲食調護？

1. 飲食：

避免寒涼：本病多屬於虛寒性體質——“寒底”，飲食避免寒涼，如一般不宜食用冰凍等寒涼食品。但也有些患者屬熱，臨床需要辨證，避免燥熱。

煲湯：黃芪15克，黨參20克，枸杞15克，懷山藥30克，生薏米30克，每週2~3次。

! 適用於虛寒體質者，燥熱體質者不宜。
小孩量酌減。

2. 調護：

避免受涼，適寒溫，慎起居；早睡；適量合理運動等

過敏性鼻炎有無藥茶配合使用？

紫蘇茶

- 製作：取3~6克，加開水150ml，置溫當茶喝
- 功效：祛風散寒、宣肺止咳。
- 應用：用於外感風寒，肺氣不宣，鼻塞流涕，噴嚏，或咳喘氣急者。

主辦機構



電郵: contact@allergyhk.org
網頁: www.allergyhk.org
Facebook: www.facebook.com/AllergyHK

郵寄地址：
香港過敏協會
香港郵政總局郵政信箱
5321號
電話: 5687 9433
傳真: 3020 6977

香港過敏協會成立於2008年，由家長、患過敏人士及醫護專業人員所組成，是一個根據稅務條例第88條而成立的非牟利慈善團體，致力推動社會對過敏的認識及支援有需要人士。

我們的使命是提供正確的資訊給過敏患者及家人，以致可以有更好的生活質素。而我們的目標是要提供更新的正確資料給大眾，提高社會大眾對過敏的認識及了解，共同支援患過敏人士。

鳴謝



香港浸會大學
HONG KONG BAPTIST UNIVERSITY
香港浸會大學中醫藥學院

贊助機構



攜手扶弱基金



美國默沙東藥廠有限公司