

DOI:10.13288/j.11-2166/r.2016.19.019

临证心得

变应性鼻炎内外兼顾辨治思路

毛得宏^{1*}, 庠红红²

(1. 重庆市永川区中医院, 重庆市永川区英井路 2 号, 402160; 2. 成都中医药大学)

[摘要] 变应性鼻炎西医治疗以糖皮质激素加抗过敏药物为主, 不良反应大且难以根治, 中医药治疗以辨证为主且大多数可以收到一定效果。变应性鼻炎发病根本在于肾阳亏虚、温煦乏力导致脾失健运而脾气亏虚, 肺失脾肾充养而致肺气虚寒, 卫表不固, 加之风寒异气侵入而致病, 所以在其治疗中提升、固护阳气尤为重要。临证可运用内外结合的辨治思路, 以辛桂防芷汤祛风止痒、散寒通窍、益气温阳, 同时分别施以冷水洗鼻以激发阳气、擦拭迎香穴以通阳散邪、热水足浴以温补肾阳等治法, 内外兼顾而取效。

[关键词] 变应性鼻炎; 鼻鼽; 顾护阳气; 辛桂防芷汤

变应性鼻炎 (allergic rhinitis, AR) 是发生在鼻腔的 I 型变态反应性疾病, 以反复发作阵发性鼻痒、喷嚏、流大量清涕和发作时鼻黏膜苍白为特点, 其全球发病率为 10% ~ 25%^[1], 我国高发地区已达 37.90%^[2]。变应性鼻炎有发病率高、难以根治等临床特征, 给患者的日常生活带来很大困扰, 已经成为国际关注的全球性疾病^[3]。变应性鼻炎属于中医学“鼻鼽”范畴, 中医治疗变应性鼻炎以中药内治为主, 只要辨证准确, 用药恰当, 大多数可以收到一定的效果^[4]。我们临床采用内外兼顾辨治思路, 在顾护阳气的基础上, 分别施以激发阳气、通阳散邪、温补肾阳等治法。

中医药治疗鼻鼽最早可追溯至西周, 如《礼记·月令》中有“季秋行夏令, 则其国大水, 冬藏殃政, 民多鼽嚏”的记载。宋代《圣济总录》曰:“鼻流清涕, 至于不止, 以肺脏感寒, 寒气上达, 故其液不能收制如此”。清代《杂病源流犀烛》曰:“又有鼻鼽者, 鼻流清涕不止, 有肺经受寒而成也。”可见鼻鼽的发生与外感风寒, 内因肺气虚寒有关。我们认为, 变应性鼻炎是禀质特异, 脏腑虚损, 正气不足, 腠理疏松, 卫表不固, 不任风寒异气侵袭所致, 其根本在于肾阳亏虚、温煦乏力导致脾气亏虚, 肺失脾肾充养而致肺气虚寒, 卫表不固, 加之风寒异气侵入而致病。

1 辨治思路

1.1 固护阳气为治疗之要

我们在临床实践中发现, 应用中药内服治疗变应性鼻炎的疗效确切, 但是治愈率却不理想, 很多患者用药后起效快, 但停药后若遇诱因即可复发。随着人们生活方式的改变, 阳气亏虚的患者逐年增加, 而在变应性鼻炎患者中又以阳虚体质者占据多数。如夏日以冷饮解暑, 犯“虚虚实实”之戒, 脾阳受损则运化不利, 出现腹痛、腹泻、乏力等症; 喜食甜腻厚味, 人体无法运化致痰湿内生, 湿为阴邪, 且重着黏滞, 阻碍阳气的运行, 导致阳郁阳虚证; 嗜食辛辣则使人精神亢奋, 汗出太多, 阳气过分耗散, 也会导致阳气亏虚, 所以在变应性鼻炎的治疗中, 固护人体阳气尤为重要。

1.2 冷水洗鼻以激发阳气

《灵枢·口问》曰:“人之嚏者, 何气使然? 岐伯曰: 阳气和利, 满于心, 出于鼻, 故为嚏。”阳气虚致使卫外不固, 风寒、异气乘虚而入, 寒饮内停, 正邪交争而喷嚏连连; 人体没有足够的阳气与外邪抗争, 致使以风邪为主的外邪乘虚而入, 阳气不能正常温化水液, 津液运行输布不畅而溢于鼻道, 鼻窍脉道不利, 从而产生变应性鼻炎典型的临床症状^[5]。鼻腔是人体抗病防病的重要基地, 也可能成为“藏污纳垢”之地。我们在临床治疗变应性鼻炎患者时, 嘱患者坚持每日晨起冷水洗鼻。

* 通讯作者: zhongyi49822211@163.com

一是可以洗去鼻腔内所存污垢，清除过多鼻分泌物，降低病菌数目，提供适宜的温度和湿度，使呼吸通畅，而且能增强鼻窦及上呼吸道对外界寒冷空气的适应能力，构筑一道抵御冷空气侵袭的屏障，有利于预防疾病；二是在冷水洗鼻时鼻腔内的黏膜和肌肉都经历了收缩-扩张-再收缩的过程，反复锻炼可以有效增强鼻腔的舒缩功能，而鼻又通七窍，因此，冷水洗鼻有明目、聪耳、醒脑、增强机体免疫力的功效。

1.3 热水浴足以温补肾阳

肾阳为一身阳气之本，“五脏之阳气，非此不能发”，能推动和激发脏腑经络的各种机能，温煦全身的脏腑官窍。鼻鼽多为长年性，鼻痒不适，喷嚏连连。肾主水藏精，主纳气，肾气充沛，摄纳正常，呼吸之气方可由肺气肃降而下纳于肾，肺鼻方才通和；若肾精不足，气不归元，肾失摄纳，气浮于上可致喷嚏频作；若肾阳气不足，阳虚不能温化水湿，寒水上泛，则致鼻流清涕不止^[6]。足是反映身体健康的重要器官之一，足底有很多穴位和脏腑的反射区，坚持用热水浴足可促进气血运行，疏通经络，解表散寒。涌泉穴是足少阴肾经的常用腧穴之一，为全身最下部的腧穴，是肾经的首穴。《黄帝内经》记载“肾出于涌泉，涌泉者足心也”，其意是指肾经之气犹如源泉之水，来源于足下，涌出灌溉周身四肢各处。所以坚持热水浴足刺激涌泉穴能够达到温补肾阳的效果。

1.4 擦拭迎香穴以通阳散邪

迎香穴又名“冲阳之穴”，其穴位功能为交换大肠经与胃经的天部之气，接受阳明胃经的五谷浊气并向胃经输送大肠经的清阳之气，所以坚持用冷毛巾擦拭迎香穴，具有按摩刺激穴位的作用，可以通阳开窍散邪，辅助治疗变应性鼻炎。

2 用药思路

《内外伤辨惑论》曰：“元阳本虚弱，更以冬月助其今，故病者吾嚏，鼻流清涕，寒甚出浊嚏，嚏不止”；《辨证录》曰：“人有鼻流清嚏，经年不愈，是肺气虚寒，非脑漏”；《金匱要略》曰：“天中寒家，喜欠，其人清涕出”。以上文献都记载了鼻鼽的病机以虚寒为主，即人体阳气不足、温煦功能减弱而导致一派虚寒之象。同时临床实践中还存在有患者多以阳气不足为主，除了阵发性鼻痒、喷嚏、流清涕等典型症状之外，还有早晚易发、遇风（寒）即作、畏寒、易感冒、面色淡白、气短、咳嗽痰稀、鼻黏膜苍白水肿、舌质淡、苔白、脉细或

紧。根据病因、病机，针对临床症状，临证设辛桂防芷汤，且经多年临床验证，该方已成为我们临床治疗变应性鼻炎的常用验方。辛桂防芷汤由桂枝、白芷、苍耳子、辛夷、薄荷、地肤子、蝉蜕、防风、白术、黄芪等药物组成，方中桂枝配合白术、黄芪、防风温阳健脾、益气固表，辛夷配伍苍耳子、白芷、薄荷祛除外侵之风寒，疏通阻塞之鼻窦，地肤子、蝉蜕祛风止痒。诸药配伍，共奏祛风止痒、散寒通窍、益气温阳固表之功。药症相符，临床效果甚佳。

3 治疗要点

在治疗变应性鼻炎时辨证遣方、对症用药，再配合晨起冷水洗鼻后擦拭迎香穴，晚上热水足浴，往往效果迅速，疗效显著，且患者接受性强。冷水洗鼻和热水浴足是基于阴阳互藏交感理论。晨起阳气初发之时，阳气亏虚则升发无力，故用属阴的冷水清洗鼻腔，以激发身体阳气，使得阳得阴助而生化无穷；晚上阴气较盛，变应性鼻炎患者的症状往往会加重，故用属阳的热水足浴，使阴得阳助而泉源不断，根据阴阳互生理论，同时也起到了提升阳气、固护阳气的作用。此外，晋代《针灸甲乙经》有“鼻鼽不利，……迎香主之”的记载，提示迎香穴对鼻鼽的治疗有重要作用。具体治疗操作时要注意以下两点：1) 运用冷水洗鼻时要求将冷水吸入鼻腔，达到鼻咽部后快速擤出，如此反复 30 次。初试者可循序渐进，开始每天 3~5 次，逐渐增加。然后用冷毛巾擦拭双侧迎香穴 60 次，擦拭力度以不伤皮肤而又能将穴位皮肤擦红擦热为度。2) 热水足浴于每晚睡前进行，水温以患者能耐受为度，水温下降可持续添加热水以维持温度，足浴时间建议达到 30 min，以全身发热微微汗出为佳。以上方法取效的关键还在于持之以恒，不可间断。坚持治疗可令阳气旺盛，表卫充固，鼻窦通畅，外邪不侵。

4 病案举隅

患者，女，40 岁，于 2010 年 3 月 21 日初诊。主诉：鼻痒、喷嚏伴鼻塞流涕 2 年。自述 2 年前感冒后出现鼻痒、鼻塞、鼻流清涕、频繁喷嚏、恶寒发热、咽喉疼痛、全身酸痛，历经半月自行服药治疗未愈，诊断重感冒、急性扁桃体炎，经治疗后恶寒发热、咽喉肿痛、全身酸痛等症状消失，但每于晨起或遇冷风时即发鼻痒、喷嚏，伴鼻塞流涕，服感冒药能缓解，但停药即发，因经久不愈且症状加重而至某医院就诊，诊断为过敏性鼻炎，查致敏源

为鱼虾、花粉、粉尘，给予激素、抗过敏等对症治疗后好转，但仍停药后复发，遂至我院就诊。刻诊：患者体形偏瘦，面色苍白，双眼含泪，喷嚏连连，鼻痒、鼻塞，前额痛，后背冷，睡眠差，大便稀溏，夜尿多，食欲差，多食腹胀，月经量少，经期每月延迟5天左右。查鼻腔黏膜水肿苍白，鼻腔分泌物多，呈清水样，舌淡苔薄白，脉细弱。诊断：鼻渊；辨证：脾肾阳虚，风寒外袭。治法：温肾健脾，散寒通窍。给予辛桂防芷汤加减，处方：桂枝10g，白芷10g，苍耳子20g，辛夷10g，薄荷10g，地肤子10g，蝉蜕10g，防风10g，白术10g，炮附片10g（先煎），党参15g，茯苓20g，黄芪20g，炙甘草5g。14剂，水煎服，每日1剂。嘱每天晨起冷水洗鼻，擦迎香穴，晚上睡前热水浴足。2010年4月5日二诊：诸症减轻，发作间隔时间延长，加石菖蒲20g醒神开窍，芳香化湿，其余治疗同前。2010年4月19日三诊：鼻痒、鼻塞、喷嚏、后背冷等症状消失，食欲增加、睡眠转好，夜尿减少至每晚1次，大便正常。继续二诊方案治疗14天后诸症消失。随访至2016年3月患者报告未见复发。

按语：本案患者面色苍白，双眼含泪，以手掩鼻，喷嚏连连，后背冷，鼻痒鼻塞，睡眠差，夜尿每晚多次，大便稀溏，舌淡苔薄白，脉细弱，属于脾肾阳虚，风寒外袭。治疗当以温肾健脾，散寒通

窍。辛桂防芷汤主要具有温阳通窍、益气固表、散寒止痒之功效，正是针对脾气亏虚、肾阳不足的内因和风寒异气外袭的外因而进行的治疗，因治疗对症，故疗效显著。此外，嘱患者加强自身锻炼和机体机能的调整，冷水洗鼻加迎香穴位的刺激和热水足浴能有效激发阳气和温养阳气，同时还能疏通鼻窍，增强鼻腔对冷空气和花粉、尘埃的耐受力，降低复发率。

参考文献

- [1] REED SD, LEE TA, MCCRORY DC. The economic burden of allergic rhinitis: a critical evaluation of the literature[J]. Pharmacoeconomics, 2004, 22(6): 345-361.
- [2] 王惠洁. 国内变应性鼻炎的流行病学研究进展[J]. 山西中医学院学报, 2013, 14(6): 70-71.
- [3] VAN HOECKE H, VANDEPLAS G, ACKE F, et al. Dissem ination and implementation of the ARIA guidelines for allergic rhinitis in general practice [J]. Int Arch Allergy Immunol, 2014, 163(2): 106-130.
- [4] 王士贞. 中医耳鼻咽喉科临床研究[M]. 北京: 人民卫生出版社, 2009: 7.
- [5] 孟伟. 和利阳气法治疗过敏性鼻炎的临床研究[D]. 济南: 山东中医药大学, 2009.
- [6] 谢水祥, 韩立民. 变应性鼻炎的病因病机及辨证论治[J]. 时珍国医国药, 2010, 21(5): 1280-1283.

(收稿日期: 2015-12-28; 修回日期: 2016-04-08)

[编辑: 崔京艳]

北京东华原医疗设备有限公司
Beijing Donghuayuan Medical Equipment Co., Ltd.
智能化煎药系统—打造现代化煎药中心

十功能自动煎药机 中药汤剂包装机 常压煎药包装一体机 常压两煎煎药包装一体机

地址: 北京市昌平区科技园区振超路1号 咨询热线: 400-888-0258 800-810-0359 传真: 010-89718013 网址: www.donghuayuan.com