

针灸疗法在带状疱疹后神经痛治疗中的临床研究进展与展望

查修云¹, 周谷城², 杨 灿³, 毛婷婷^{4*}

¹十堰市中医医院疼痛科, 湖北 十堰

²十堰市中医医院肿瘤科, 湖北 十堰

³十堰市中医医院心脑血管病科, 湖北 十堰

⁴十堰市中医医院妇科, 湖北 十堰

收稿日期: 2025年10月4日; 录用日期: 2025年10月28日; 发布日期: 2025年11月4日

摘 要

带状疱疹后神经痛(Postherpetic Neuralgia, PHN)是带状疱疹最常见的后遗症, 表现为持续性或间歇性疼痛, 常伴随焦虑、抑郁和睡眠障碍, 严重影响患者生活质量。目前, 西医主要采用药物治疗, 虽然疗效显著, 但常伴随头晕、嗜睡、口干等显著副作用, 长期使用还可能产生耐药性与依赖性。神经阻滞术等侵入性治疗, 不仅操作要求高、费用昂贵, 还存在感染、神经损伤甚至导致疼痛加剧的风险。因此, 临床需探索更安全、综合的治疗方案。针灸疗法作为传统中医疗法, 在PHN治疗中逐渐受到关注。近年来临床研究表明, 毫针、电针、火针等多种针灸方式在缓解PHN疼痛强度方面展现出积极效果。本文就针灸治疗带状疱疹后遗神经痛的方法及机制进行论述, 为此病的防治提供参考。

关键词

带状疱疹后神经痛, 中医, 针灸, 治疗方法

Clinical Research Progress and Prospect of Acupuncture and Moxibustion in the Treatment of Post Herpetic Neuralgia

Xiuyun Zha¹, Gucheng Zhou², Can Yang³, Tingting Mao^{4*}

¹Pain Department, Shiyan Traditional Chinese Medicine Hospital, Shiyan Hubei

²Oncology Department, Shiyan Traditional Chinese Medicine Hospital, Shiyan Hubei

³Cardiovascular and Cerebrovascular Disease Department, Shiyan Traditional Chinese Medicine Hospital, Shiyan Hubei

⁴Gynecology Department, Shiyan Traditional Chinese Medicine Hospital, Shiyan Hubei

*通讯作者。

文章引用: 查修云, 周谷城, 杨灿, 毛婷婷. 针灸疗法在带状疱疹后神经痛治疗中的临床研究进展与展望[J]. 临床医学进展, 2025, 15(11): 208-212. DOI: 10.12677/acm.2025.15113086

Abstract

Most common sequelae of herpes zoster, characterized by persistent or intermittent pain, often accompanied by anxiety, depression, and sleep disorders, seriously affect the quality of life of patients. At present, Western medicine mainly uses medication for treatment. Although the efficacy is significant, it is often accompanied by significant side effects such as dizziness, drowsiness, and dry mouth. Long-term use may also lead to drug resistance and dependence. Invasive treatments such as nerve block surgery not only have high operational requirements and high costs, but also carry the risk of infection, nerve damage, and even increased pain. Therefore, clinical practice needs to explore safer and more comprehensive treatment plans. Acupuncture and moxibustion therapy, as a traditional Chinese medicine therapy, has gradually attracted attention in PHN treatment. In recent years, clinical studies have shown that filiform acupuncture, electroacupuncture, fire acupuncture and other acupuncture and moxibustion methods have shown positive effects in alleviating the pain intensity of PHN. This article discusses the method and mechanism of acupuncture and moxibustion in treating postherpetic neuralgia, and provides a reference for the prevention and treatment of this disease.

Keywords

Postherpetic Neuralgia, Chinese Medicine, Acupuncture and Moxibustion, Treatment

Copyright © 2025 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

带状疱疹后神经痛(PHN)是带状疱疹最常见的后遗症,主要表现为皮疹愈合后持续数月甚至数年的神经性疼痛,严重影响患者生活质量。全球范围内带状疱疹发病率为3至5/1000人年,其中5%至30%的患者会进展为PHN。PHN的发病机制复杂,涉及外周敏化、中枢敏化及神经炎症反应等多种机制[1]。目前西医治疗PHN以药物为主,加巴喷丁、普瑞巴林、三环类药物和局部利多卡因等一线治疗,但存在疗效不完全、头晕、嗜睡、口干等副作用,长期使用还可能产生耐药性与依赖性。神经阻滞术等侵入性治疗则存在感染、神经损伤甚至疼痛加剧的风险。针灸疗法作为传统医学的重要组成部分,在PHN治疗中展现出独特优势。大量临床研究表明,针刺、电针、火针、灸法等多种针灸方法能有效缓解PHN疼痛、改善睡眠质量和情绪状态[2]。现代研究表明,针灸可能通过调节外周血血清中P物质(SP)、脑源性神经营养因子(BDNF)和原肌球蛋白受体激酶B(TrkB)的表达水平,抑制小胶质细胞中cGAS-STING通路,以及调控炎症因子和免疫应答等多途径发挥治疗作用[3]。本文旨在综述针灸治疗PHN的临床研究进展,探讨其作用机制,并展望未来研究方向,为临床治疗提供参考。

2. 带状疱疹后遗神经痛中医病因病机

带状疱疹后遗神经痛(PHN)在中医理论中属于“蛇串疮”、“缠腰火丹”后遗症的“痹证”或“痛证”范畴。带状疱疹后遗神经痛多由本虚标实,瘀毒互结引起。其发病基础在于正气亏虚,多见于年老体弱或久病耗伤之人,气血不足导致卫外不固,邪气留恋,《黄帝内经》所谓“正气存内,邪不可干;邪

之所凑，其气必虚”。湿热毒邪残留是疾病的重要致病因素，初起湿热火毒蕴积肌肤，治疗后虽皮疹消退，但余毒未清，伏留体内，阻滞经络气血[4]。气滞血瘀则是疾病的核心病机，毒邪阻络致气血运行不畅，加之久病入络，瘀血内停，与情志不舒、肝气郁结相互影响。瘀血既是病理产物，又成为新的致病因素，阻碍气血运行，形成恶性循环，致使疼痛缠绵难愈。

3. 针灸治疗带状疱疹后遗神经痛的机制

针灸通过多种机制在带状疱疹后遗神经痛(PHN)的治疗中发挥了重要的优势。研究表明，针灸能够通过促进 β -内啡肽、脑啡肽等内源性阿片肽的释放，激活下行抑制系统，提高痛阈，同时调节脊髓背角 γ -氨基丁酸(GABA)能神经元活性，有效抑制痛觉传递。此外，针灸可显著降低血清中 P 物质(SP)水平，提升 5-羟色胺(5-HT)含量，恢复痛觉相关神经递质的平衡，具有显著的抗炎与免疫调节作用，能够降低 TNF- α 、IL-6、IL-1 β 等促炎细胞因子的表达，提升抗炎因子 IL-10 水平，并通过抑制小胶质细胞中 cGAS-STING 信号通路的活化减轻神经炎症反应[5]。基于中医理论，针灸通过多系统、多靶点地整体调节，达到疏通经络、调和气血、平衡阴阳的作用。

4. 针灸治疗带状疱疹后遗神经痛的方法

4.1. 针法

4.1.1. 毫针

毫针疗法是治疗带状疱疹后遗神经痛(PHN)的重要方法，选穴多选用相应节段夹脊穴及阿是穴，头面部配合谷、风池，胸胁部配支沟、阳陵泉，腰腹部配足三里、三阴交，根据病位循经选取相应穴位，以循经取穴与局部取穴相结合。研究表明，毫针治疗可通过多途径发挥作用：调节中枢下行抑制系统，促进内源性阿片肽释放；改善局部微循环，促进炎症吸收；调节免疫因子网络，减轻神经炎症；促进神经修复和功能重建。临床常将毫针与其他疗法配合使用，联合七星针叩刺可增强镇痛效果，采用叩刺局部阿是穴至皮肤潮红，能调和营卫、祛邪通络、活血止痛。郑贤程等[6]的研究显示，毫针结合七星针治疗 PHN 总有效率达 93.1%，能显著改善患者疼痛程度及睡眠质量。此外，临床中毫针疗法还可联合穴位注射进行治疗，李佳静[7]的研究表明，毫火针联合穴位注射治疗气虚血瘀型 PHN 总有效率达 90.0%，能显著改善疼痛症状、睡眠质量及中医证候。

4.1.2. 电针

电针疗法作为传统针灸与现代电刺激技术相结合的治疗方法，在带状疱疹后遗神经痛(PHN)的治疗中展现出显著疗效。在临床中，电针多选用阿是穴和相应节段夹脊穴，采用疏密波或连续波进行刺激，强度以患者耐受为度。研究表明，电针可通过多途径机制缓解 PHN，不仅可以通过调控外周敏化和中枢敏化、减少异位起搏点异常放电实现综合镇痛，还可通过上调脊髓背角 Netrin-1 表达，抑制有髓神经纤维长芽和改善机械痛觉超敏[8]。临床研究显示，电针联合其他疗法效果更佳，电针结合叩刺拔罐可更快止痛且维持时间更长；电针夹脊穴联合皮内针治疗在改善睡眠质量、抑郁情绪和生活质量方面优于单纯口服普瑞巴林；而电针联合穴位贴敷则可调节血液 T 细胞亚群和疼痛相关因子 P 物质、 β -内啡肽等的水平。张悦毓[9]的研究表明，电针夹脊穴联合皮内针治疗带状疱疹后神经痛的总有效率为 93.33%，且在试验中未出现不良反应，证实该疗法安全性较高。

4.1.3. 火针

火针疗法作为中医特色外治法之一，在治疗带状疱疹后遗神经痛(PHN)方面显示出良好的临床效果。火针的温热刺激可扩张局部血管，改善血液循环，促进炎症因子的吸收与代谢，减轻神经周围的炎症反

应,从而缓解疼痛。将火针烧至通红后快速点刺,能有效缓解 PHN 疼痛,促进局部气血运行,且镇痛起效时间较快,还能改善睡眠质量。陈体高等[10]将 80 例带状疱疹后遗神经痛患者随机分为治疗组和对照组,治疗组采用毫火针联合中药口服治疗,对照组采用常规药物治疗,结果显示治疗组总有效率为 95.0%,对照组为 65.0%。谢汰钟等[11]选取 80 例患者分为对照组和研究组,对照组采取常规药物治疗,研究组实施火针点刺心俞、膈俞穴治疗,结果显示研究组 VAS 评分低于对照组,生活质量评分、临床治疗有效率均高于对照组,不良反应发生率少于对照组,说明火针点刺心俞、膈俞穴治疗可有效缓解疼痛感,降低不良反应发生率。

4.1.4. 腕踝针

带状疱疹后遗神经痛是临床常见的疼痛综合征,严重影响患者生活质量。近年来,腕踝针在该病的治疗中逐渐受到关注。吴文等[12]介绍,孙阁主任医师认为湿热火毒之邪郁滞经络,患者正气亏虚,是该病重要病机,临证以腕踝针及延伸法为主,结合三棱针刺络拔罐治疗,取得良好效果。梅群丽等[13]的研究中,选取 65 例患者,随机分为对照组和治疗组,对照组给予针刺夹脊穴,治疗组在对照组基础上给予腕踝针,结果显示治疗组总有效率较高,治疗后 VAS 评分显著降低,复发率显著低于对照组,表明腕踝针联合针刺夹脊穴治疗带状疱疹后遗神经痛具有较好临床疗效。

4.1.5. 穴位埋线

穴位埋线作为传统针灸疗法的延伸,在多种疾病治疗中展现出独特疗效。从中医理论角度讲,PHN 属于“痛证”范畴,多因经络气血阻滞不通所致。穴位埋线通过将可吸收线埋入穴位,可长时间刺激穴位,起到疏通经络、调和气血的作用。穴位是人体经络气血汇聚之处,通过刺激穴位,可激发经气,使气血运行通畅,通则不痛,从而达到缓解疼痛的目的。黄秀琴等[14]针对中老年带状疱疹后遗神经痛患者展开研究。将 57 例患者随机分为观察组 29 例和对照组 28 例,观察组给予理气活血通络汤联合埋线疗法,对照组给予普瑞巴林胶囊联合维生素 B12 治疗。以 2 周为一个疗程,共观察 2 个疗程。通过视觉模拟评分(VAS 评分)评估疼痛情况,结果显示观察组在治疗 2 周末、4 周末的 VAS 评分均低于对照组,差异有统计学意义,且观察组疗效优于对照组。

4.2. 灸法

4.2.1. 温和灸

温和灸是一种常用的艾灸治疗方法,施灸时将艾条的一端点燃,对准应灸的腧穴部位或患处,约距皮肤 2~3 厘米左右,进行艾灸,使患者局部有温热感而无灼痛为宜。温和灸的温热刺激可促进局部血液循环,加快新陈代谢,改善组织营养状态,利于受损神经的修复与再生。同时,温热刺激还可能通过调节神经系统功能,影响神经递质的释放与传导,减轻疼痛。黄石玺等[15]的研究中,将 100 例 PHN 患者随机分为毫火针组和西药组,毫火针组在局部阿是穴处行毫火针点刺治疗后,行温和灸 15 分钟;西药组采用加巴喷丁胶囊口服,配合假针刺治疗。结果显示,毫火针组总有效率为 94.0%,优于西药组的 86.0%。

4.2.2. 热敏灸

现代研究表明,热敏灸产生温热刺激,改善局部血液循环,为神经组织提供充足营养,促进受损神经修复。在临床中,热敏灸多采用联合治疗。孔羽等[16]选取 50 例老年带状疱疹后遗神经痛患者,随机分为对照组和观察组,每组各 25 例,对照组给予卡马西平治疗,观察组给予梅花针扣刺联合热敏灸治疗。研究发现,治疗后观察组睡眠质量评分、皮损程度评分、视觉模拟评分(VAS)均低于对照组,且观察组治疗总有效率为 96.00%显著高于对照组的 72.00%。

5. 总结

带状疱疹后神经痛(PHN)作为带状疱疹常见且棘手的并发症,严重影响患者生活质量。针灸疗法作为传统中医疗法,在 PHN 治疗中展现出独特优势与潜力。大量临床研究证实,无论是传统毫针刺、艾灸、火针,还是电针、腕踝针等特色疗法,均能有效缓解 PHN 患者的疼痛程度、减少镇痛药物用量、改善睡眠质量与焦虑抑郁情绪,并提高整体生活质量。其作用机制研究已从单纯的镇痛效应,逐步深入到调节炎症因子表达、修复受损神经、调节中枢及外周敏化、以及调控相关信号通路等分子层面,为针灸的临床应用提供了初步的科学依据。但目前关于针灸治疗本病的研究存在一定局限性,部分临床试验设计存在样本量偏小、盲法实施困难、缺少标准化假针刺对照等问题,可能影响结论的可靠性。未来研究可聚焦以下具体方向:其一,开展多中心、大样本的纵向队列研究,深入探究针灸治疗不同病程带状疱疹后神经痛(PHN)患者的疗效变化规律;其二,进行动物实验,运用先进神经科学技术,剖析针灸调节脊髓背角神经元兴奋性的分子机制;其三,设计并实施基于人工智能的针灸选穴方案优化研究,通过大数据分析提升针灸治疗 PHN 的精准性与有效性,推动针灸在该领域的规范化与科学化发展。

参考文献

- [1] 王平,王丽,孟威威.桃红四物汤加减辅治带状疱疹后遗神经痛气虚血瘀型临床观察[J].实用中医药杂志,2025,41(8):1634-1637.
- [2] 许楠楠.电针结合星状神经节阻滞治疗颈面部带状疱疹后遗神经痛临床观察[J].实用中医药杂志,2025,41(8):1587-1589.
- [3] 谢芳,丘雅丹,付梦思,等.夹脊穴温针灸对肾虚型带状疱疹后神经痛大鼠脊髓 NF- κ B 及促炎细胞因子的影响[J].贵州中医药大学学报,2025,47(4):33-42.
- [4] 李霞,王丽华.带状疱疹后遗神经痛病因分析及干预[J].中国实用神经疾病杂志,2010,13(17):53-54.
- [5] 蒋香玉,栗胜勇,母叶,等.针灸治疗带状疱疹后遗神经痛机制研究概况[J].河南中医,2020,40(2):304-307.
- [6] 郑贤程,惠志远,贾菁楠,等.毫针结合七星针治疗带状疱疹后神经痛 29 例[J].中国针灸,2022,42(7):765-766.
- [7] 李佳静.毫火针联合穴位注射治疗气虚血瘀型带状疱疹后遗神经痛的临床观察[D]:[硕士学位论文].张家口:河北北方学院,2021.
- [8] 于勇刚,左甲,杨改琴,等.电针治疗带状疱疹后神经痛的机制研究进展[J].上海针灸杂志,2022,41(9):949-953.
- [9] 张悦毓.电针夹脊穴联合皮内针治疗带状疱疹后神经痛的临床研究[D]:[硕士学位论文].武汉:湖北中医药大学,2023.
- [10] 陈体高,许传勤,相勇,等.毫火针联合中药口服治疗气滞血瘀型带状疱疹后遗神经痛的临床研究[J].中国当代医药,2016,23(24):139-141.
- [11] 谢汰钟,隆红.火针点刺心俞、膈俞穴治疗带状疱疹后遗神经痛的临床观察[J].内蒙古中医药,2020,39(11):131-132.
- [12] 吴文,孙阁.孙阁应用腕踝针及延伸法治疗带状疱疹后遗神经痛经验及验案举隅[J].中国民间疗法,2022,30(20):24-27.
- [13] 梅群丽,张微,宋祖琪,等.腕踝针联合针刺夹脊穴治疗带状疱疹后遗神经痛的疗效及对 VAS 评分影响[J].四川中医,2020,38(9):198-200.
- [14] 黄秀琴,陈琦,李强,等.理气活血通络汤联合埋线疗法治疗中老年带状疱疹后遗神经痛 29 例[J].江西中医药,2019,50(6):59-61.
- [15] 黄石玺,毛湄,浦晶晶,等.毫火针配合温和灸治疗带状疱疹后神经痛临床研究[J].中国针灸,2014,34(3):225-229.
- [16] 孔羽,刘俊,蔡萱,等.梅花针扣刺联合热敏灸治疗老年带状疱疹后遗神经痛的效果[J].中国当代医药,2019,26(17):154-156.