

中医外治法治疗肺脾气虚型小儿反复 呼吸道感染的研究进展

高敬萧, 陈宏*

黑龙江中医药大学研究生院, 黑龙江 哈尔滨

收稿日期: 2026年3月30日; 录用日期: 2026年4月24日; 发布日期: 2026年5月7日

摘要

反复呼吸道感染是儿科临床多发的呼吸系统疾病, 具有反复发作、病程迁延、病情缠绵难愈的特点。严重影响儿童生长发育与身心健康。肺脾气虚是本病最主要的证型, 病机以卫表不固、脾虚生痰、正虚邪恋为主。西医疗疗多以对症干预与免疫调节为主, 长期应用存在局限; 中药内服虽疗效肯定, 但患儿服药依从性普遍偏低。中医外治法具有无创、安全、易于接受等优势, 近年来在肺脾气虚型反复呼吸道感染干预中应用广泛。本文从中医理论认识、常用外治法、联合干预方案及作用机制等方面进行综述, 总结当前研究进展与不足, 并对未来研究方向进行展望, 为临床优化治疗方案提供参考。

关键词

小儿反复呼吸道感染, 肺脾气虚证, 中医外治法, 穴位贴敷, 推拿

Research Progress on the Treatment of Recurrent Respiratory Infections in Children with Lung-Spleen Qi Deficiency by External Therapies in Traditional Chinese Medicine

Jingxiao Gao, Hong Chen*

Graduate School of Heilongjiang University of Chinese Medicine, Harbin Heilongjiang

Received: March 30, 2026; accepted: April 24, 2026; published: May 7, 2026

*通讯作者。

文章引用: 高敬萧, 陈宏. 中医外治法治疗肺脾气虚型小儿反复呼吸道感染的研究进展[J]. 临床医学进展, 2026, 16(5): 190-195. DOI: 10.12677/acm.2026.1651804

Abstract

Recurrent respiratory infections are a common respiratory disease in pediatric clinical practice, characterized by recurrent episodes, prolonged course, and persistent and difficult to cure conditions and have serious impact on children's growth, development, and physical and mental health. Lung-spleen qi deficiency is the main syndrome type of this disease, and the pathogenesis is mainly characterized by weak defense surface, spleen deficiency leading to phlegm production, and the relationship between positive and negative factors. Western medicine treatment mainly focuses on symptomatic intervention and immune regulation, which has limitations in long-term application; Although traditional Chinese medicine is effective for oral administration, the medication adherence of children is generally low. Traditional Chinese medicine external treatment methods have the advantages of non-invasiveness, safety, and easy acceptance, and have been widely used in the intervention of recurrent respiratory tract infections of lung spleen qi deficiency type in recent years. This article reviews the theoretical understanding of traditional Chinese medicine, commonly used external treatment methods, combined intervention plans, and mechanisms of action, summarizes current research progress, and looks forward to future research directions, providing reference for optimizing treatment plans in clinical practice.

Keywords

Recurrent Respiratory Infections in Children, Lung-Spleen Qi Deficiency Syndrome, External Therapy of Traditional Chinese Medicine, Acupoint Application, Tuina

Copyright © 2026 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

小儿反复呼吸道感染是指1年内呼吸道感染次数超出正常范围[1]的慢性疾病,多见于婴幼儿及学龄前儿童。该病复发率高、病程较长,不仅可引发咳嗽、发热、喘息等急性症状,长期反复发作甚至诱发哮喘、鼻窦炎、心肌炎、中耳炎、反复腺样体肥大等并发症[2][3],已成为影响儿童健康的重要问题。在临床上,常以抗感染、对症治疗为主,虽然可在短期控制症状,但治标不治本,难以从根本上减少疾病的复发,长期使用西药治疗还可能增加耐药性与不良反应等风险,临床疗效存在局限[4]。中医在易感儿的预防和治疗中,具备显著优势,诊疗手段丰富,并且始终坚持整体观念与辨证论治相结合。结合现代临床与相关文献分析可见,肺脾气虚型为本病临床最常见的证型[5]。赵霞教授[6]依据“四季脾旺不受邪”这一理论,提出儿童反复呼吸道感染在间歇期的关键病机在于脾运失常、肺卫不固。在防治上,强调通过调理脾胃以抵御外邪、补益肺气以增强卫外功能。小儿本身脏腑娇嫩,正气多有不足[7],再加上后天养护失宜、饮食摄取不当,则容易导致肺气虚弱,没有足够的力气去抵御病邪,脾的运化功能也会受到影响,使痰湿内生,最终形成“正虚邪恋”的病理状态,从而导致外邪反复侵入,病情缠绵反复、不易痊愈。因此在治疗本病时,应以健脾益气、补肺固表为主要治则。因易感儿年纪尚小,不能接受药物治疗,故可选择中医外治法。中医外治法[8]具有操作简单、安全性良好、患儿接受度高等优势,在儿科疾病的预防与调理中的应用日趋广泛。现阶段临床上针对肺脾气虚型易感儿所采用的外治手段较为丰富,常用疗法主要包含小儿推拿、中药穴位贴敷、捏脊、耳穴压豆以及中药熏洗等。可通过经络传导、皮肤渗透

等途径直达病所,起到调节脏腑功能、扶助正气、增强体质、减少复发的作用。近年来,围绕中医外治法治疗肺脾气虚型易感儿的临床研究与机制探讨不断增多,但相关文献多集中于单一疗法观察或总体疗效总结,针对“肺脾气虚”这一核心证型的系统梳理与归纳尚不多见。本文就肺脾气虚型小儿反复呼吸道感染的中医认识、常用外治法临床应用、联合干预方案及作用机制等方面进行综述,旨在为临床优化诊疗方案、开展相关科研实践提供一定的参考与依据。

2. 肺脾气虚型小儿反复呼吸道感染的中医理论基础

2.1. 病因病机

肺主一身之气,司呼吸[9],外合皮毛起到卫护肌表的作用;脾则为后天之本,负责气血的化生。小儿肺气未充,卫外功能薄弱,加以喂养不当、病后失调或反复感邪,易致肺脾两虚。若脾气亏虚[10],水谷精微就无法向上去滋养肺脏,也就是“土不生金”,进而肺气愈加不足,腠理疏松,外邪更易侵袭,这就是病情反复发作的根本所在。

若脾失健运,则水湿代谢失常,聚湿生痰,上贮于肺,致使肺的宣降功能失常,表现为咳嗽、痰多、或喉中痰鸣[11]等症。痰浊内停易与外邪胶着,形成伏邪,潜伏于肺络咽喉,每因正气不足或外感致使发病,使病情迁延难愈。

从整体来看,本病为本虚标实之证,缓解期以肺脾气虚为本,发作期则以邪实为标。正虚无力祛邪,邪恋更伤正气,形成“体虚-易感-更虚”的恶性循环,是 RRTI 反复发作的关键病机。

2.2. 辨证要点

肺脾气虚型患儿典型表现为呼吸道感染频繁发作,平素自汗明显,动则尤甚,易因汗出当风而感冒;面色少华或见萎黄,其人常见神疲乏力,食欲不振,脘腹间多有胀满之感,大便偏于溏薄;形体偏瘦或虚胖肌肉松软,活动之后咳喘往往会有所加重。舌脉方面多表现为舌质淡、舌体胖或边有齿痕,苔薄白或白腻,脉细弱,指纹呈淡红色[1]。

2.3. 外治治则

针对本病病机,中医外治从整体出发,以健脾益气、补肺固表、调和脏腑为基本法则。通过刺激相关腧穴与经络,扶助脾气以培土生金,补益肺气以固护卫表,同时祛邪以消除伏邪,实现标本兼顾。以健脾益肺、扶正祛邪为核心,重在增强体质,提高抗病能力,从体质层面减少复发。

3. 常用中医外治法临床应用进展

3.1. 穴位贴敷疗法

穴位贴敷[12]属于中医外治法里常用的手段,是将中药加工成膏剂或饼剂,贴敷在人体特定穴位上,借助药物的作用与穴位刺激的协同效应,起到预防与治疗相关疾病的作用。针对肺脾气虚型易感儿,在药物选择上,多选用防风、白芥子、细辛、肉桂等。研成粉末制成穴位贴,敷于膻中、双侧肺俞、定喘、大椎及双侧脾俞等穴位上[13],多选取背俞穴与健脾益肺要穴,以疏通经络、直达病所。

贴敷时机以缓解期为主,三伏贴、三九贴最为常用,可顺应四时阴阳变化扶助正气。临床研究表明,规范贴敷可显著降低呼吸道感染复发次数,改善自汗、纳差、咳嗽等症状,提高患儿生活质量[14]。其不良反应发生率较低,多表现为局部皮肤轻微发红、瘙痒等症状,通常情况下无需特殊处理即可自行缓解,整体安全性较高,适合患儿长期调理使用。

3.2. 小儿推拿疗法

小儿推拿在操作中多以补法为核心, 借助不同的手法刺激来调节脏腑机能。常用的手法有补脾经、补肺经[15]、还有揉肺俞、揉脾俞、再配合摩腹、按揉足三里、捏脊等。补脾经、补肺经能够益气固表、扶助机体正气; 摩腹和按揉足三里可以起到健脾和胃、帮助运化消食的作用; 按揉肺俞、脾俞则能疏通经络、调和脏腑。

根据相关文献及临床数据表明, 推拿可明显改善患儿食欲、体力及多汗[5]等症状, 降低年发病次数, 同时推拿还可以提升血清 IgA、IgG 水平, 调节 T 淋巴细胞亚群的比例, 从而增强机体免疫功能。而且推拿无创无痛, 患儿的依从性较高, 与中药贴敷一样适合在家庭中长期辅助调理使用。

3.3. 耳穴压豆疗法

耳穴与脏腑经络密切相关, 针对肺脾气虚型易感儿着重选择肺、脾、气管, 咽喉等穴位, 以王不留行籽进行按压。通过持续刺激可调节脏腑功能, 利肺以减轻咳嗽痰多, 健脾以改善食欲不振, 操作简便, 适合居家巩固治疗, 可作为干预的辅助手段。

3.4. 中药熏洗与足浴

中药熏洗与足浴多选用黄芪、白术、防风、桂枝、艾叶、紫苏叶等药物, 以温经散寒、益气固表为目的。通过温热刺激与药物透皮吸收, 调和营卫、发散风寒以祛外邪、扶正固表, 避免口服给药不适, 适合体质虚弱、难以配合其他治疗的婴幼儿。

3.5. 其他外治法

艾灸、拔罐[16]、中药雾化等也常用于本病调理。艾灸肺俞、脾俞、足三里这三个穴位可以起到温阳益气的作用; 拔罐则适用于痰湿偏重、咳嗽痰多的人群; 中药雾化可使药物直接作用于气道, 减轻局部炎症反应, 与其他外治法联用可进一步提高疗效。

4. 联合干预方案研究

4.1. 外治法联合应用

临床常常会将两种及以上的外治法联合使用, 以增强疗效。穴位贴敷联合推拿[17]是常用方案, 推拿即时调节脾气和肺气, 贴敷作用持久, 二者协同可显著提高总有效率, 降低复发频率。贴敷联合艾灸[18], 可温通经脉兼顾调理脏腑, 适合卫外不固、外感风邪的患儿。由于多法连用能够从多靶点、多途径进行协同干预, 相较于单一疗法, 作用更全面, 疗效也更为稳定。

4.2. 外治联合中药内服

外治联合内服是目前疗效较优的方案。临床治疗中常用的内服方剂有玉屏风散、六君子汤、人参五味子汤等, 诸方均以健脾补肺、益气固表为主要功效。外治疏通经络、调和气血, 内服补益脏腑、扶正固本, 内外协同可更快改善症状, 缩短病程, 提高免疫功能, 减少远期复发次数。

4.3. 外治联合生活调护

治疗同时需配合饮食、作息与运动的调护, 可巩固疗效[19]。饮食方面应以健脾益气为原则, 多食温和易消化之品, 忌食生冷、油腻及损伤脾胃之物同时保证患儿睡眠充足, 适度进行户外活动以增强体质; 注意根据气候变化增减衣物, 避免汗出当风, 减少交叉感染, 形成综合防治体系。

5. 作用机制研究现状

5.1. 调节机体免疫功能

外治法可提升患儿血清 IgA、IgG 水平, 增强呼吸道黏膜防御能力, 减少病原体入侵。同时可调节 CD3⁺、CD4⁺、CD8⁺T 淋巴细胞亚群比例, 提高 NK 细胞活性, 改善细胞免疫功能, 增强机体抗病能力 [20] [21]。

5.2. 改善肺脾功能与体质状态

外治可通过调节胃肠功能, 促进脾胃运化, 提高食欲与营养吸收能力, 改善患儿体虚状态。同时可调节自主神经功能, 减少异常出汗 [5], 固护卫气, 增强肌表防御能力, 从根本上改善肺脾气虚体质, 降低易感倾向。

6. 存在问题与展望

6.1. 现存问题

临床实践中, 中医外治法治疗肺脾气虚型小儿反复呼吸道感染仍存在争议, 主要集中在三伏贴与三九贴的选择及小儿推拿手法的个体化调整两方面。三伏贴以培补阳气、固护卫表为主, 适用于肺脾气虚、畏寒多汗的患儿; 三九贴以温散寒邪、扶正御邪为要, 多用于冬季发病频繁者。二者单用或联合应用的优劣尚无高级别证据, 且贴敷剂量、留贴时间、安全阈值等尚未统一。小儿推拿虽以补脾经、补肺经、捏脊、足三里为核心, 但手法补泻、力度、时长多依赖于临床经验, 缺乏统一标准; 兼夹证时是否配伍清泻手法, 各家观点不一。如何在统一方案基础上实现个体化、规范化调整, 仍是临床关键问题。

目前研究存在的其他不足: 如临床研究多为小样本观察, 大样本、多中心、随机对照试验较少, 证据不足, 难以形成高级别循证依据; 多数研究仅是近期症状改善, 缺乏 6 个月以上、1 年以上的长期随访, 对改善体制的远期效果评估不足; 由于小儿群体的特殊性, 贴敷、推拿等外治法难以实施安慰剂/空白对照实验, 导致部分研究缺乏有效对照, 疗效易受主观因素的干扰。

6.2. 展望

未来应多开展多中心、大样本、长期随访的高质量临床研究, 应建立统一、规范的外治方案, 明确小儿推拿的最佳手法组合、操作频率、单次时长与疗程; 优化穴位贴敷的药物配伍、剂量、留置时间及适用年龄; 开展 1~3 年的长期随访, 重点评估外治法对年复发次数、抗生素使用频率、再住院率的远期影响; 结合现代生物学技术, 深入阐释外治法作用机制, 借助分子生物学、免疫学等, 探究穴位贴敷、推拿对肺肠轴的调控作用, 以阐明“培土生金”的微观机制; 构建“预防-治疗-康复”一体化外治体系, 推动中医外治法在本病中的规范化、普及化应用。

7. 结语

肺脾气虚是小儿反复呼吸道感染的主要证型之一, 而且外治法因其具有安全、有效、依从性高等优势, 在临床防治中有着重要的价值。穴位贴敷、推拿、捏脊等方法, 可以通过补益脾肺、固护卫表、化痰祛湿, 来调节免疫功能, 改善患儿体质, 从而减少呼吸道感染的复发。尽管现阶段的相关研究已经取得了一定成果, 但仍存在不少问题, 如临床干预方案还不够统一、研究质量参差不齐、机制研究方面也相对欠缺等问题。未来还需要加强标准化建设与机制探索, 争取建立起更完善的综合防治体系, 为肺脾气虚型易感儿提供更高效、更规范的干预策略。

参考文献

- [1] 崔霞, 梁峻铭, 郭简宁. 儿童反复呼吸道感染中医诊疗指南(2024 版) [J]. 中医杂志, 2024, 65(21): 2275-2280.
- [2] 谢仁芬, 吕波, 申晓东, 等. 血清 HNL、BATF、Ficolin-2 水平与儿童反复呼吸道感染的相关性[J]. 分子诊断与治疗杂志, 2026, 18(0): 336-338, 342.
- [3] 史伟. 小儿反复呼吸道感染中医调理和预防[J]. 妈妈宝宝, 2024(12): 44-45.
- [4] 高秀红. 基于儿科呼吸系统反复感染的治疗分析[J]. 心血管病防治知识(学术版), 2016, 6(10): 144-146.
- [5] 李江珊, 张昊, 陈金田, 等. “肺脾同治”理论小儿推拿对反复呼吸道感染伴自汗的疗效研究[J]. 天津中医药, 2026, 43(2): 170-176.
- [6] 蔡迎, 赵霞. 从“四季脾旺不受邪”探讨儿童反复呼吸道感染间歇期的证治思路[J]. 南京中医药大学学报, 2026, 42(1): 46-52.
- [7] 黄传镇, 林伟兰, 叶玲. 中医药治疗小儿慢性咳嗽的研究进展[J]. 中国民间疗法, 2024, 32(23): 104-107.
- [8] 徐娜. 中药外敷配合针刺四缝穴治疗小儿厌食举隅[J]. 中国实用乡村医生杂志, 2021, 28(5): 75-76.
- [9] 刘金霞, 李英会, 秦鑫. 疏化固卫汤联合细菌溶解产物对反复呼吸道感染肺脾气虚证患儿肺功能及免疫功能的影响[J]. 中医药学报, 2026, 54(2): 98-102.
- [10] 康梦妍. 银翘退热汤对急性上呼吸道感染发热(风热证)患儿的退热效果研究[D]: [硕士学位论文]. 天津: 天津中医药大学, 2025.
- [11] 王禧, 尚莉丽. 基于“中气”理论探讨小儿慢性咳嗽之辨治[J]. 江苏中医药, 2026, 58(3): 45-48.
- [12] 李敏, 胡锦涛, 丁丹丹. 穴位敷贴干预小儿反复呼吸道感染专家共识[J]. 中国中医药信息杂志, 2019, 26(9): 1-3.
- [13] 霍莉莉, 虞坚尔, 夏以琳, 等. 穴位敷贴防治小儿反复呼吸道感染方案优化[J]. 中国妇幼保健, 2014, 29(2): 218-222.
- [14] 刘卫红, 胡晶, 张会娜, 等. 三伏贴防治小儿反复呼吸道感染的随机对照研究[J]. 中医杂志, 2015, 56(8): 667-671.
- [15] 李涵. 小儿推拿治疗反复呼吸道感染的临床效果[J]. 中国城乡企业卫生, 2025, 40(11): 1-3.
- [16] 赵芸鹤, 崔霞, 王静, 等. 儿童反复呼吸道感染的外治法研究概述[J]. 现代中医临床, 2018, 25(1): 56-60.
- [17] 马卫申. 基于“肺常不足”理论探讨小儿推拿联合穴位贴敷治疗小儿反复呼吸道感染的临床疗效观察[C]//中国医药教育协会. 医学临床实践与优质护理学术交流会议论文集. 邯郸: 河北省大名县妇幼保健院, 2025: 176-181.
- [18] 徐琳. 穴位贴敷、脐灸联合中药香囊治疗虚寒型体虚易感的疗效[J]. 中国卫生标准管理, 2022, 13(3): 111-114.
- [19] 骆长永, 闫雨柔, 于河, 等. 李素卿教授治疗儿童反复呼吸道感染用药规律的多维度分析[J]. 中国中医药信息杂志, 2021, 28(10): 51-56.
- [20] 沈探越. 益肺健脾推拿手法在学龄前易感体质儿童保健中的应用研究[D]: [硕士学位论文]. 杭州: 浙江中医药大学, 2022.
- [21] 刘丽平, 杨明, 张岩. 穴位贴敷对小儿反复呼吸道感染的治疗作用及对 T 细胞亚群的影响[J]. 中国妇幼保健, 2015, 30(20): 3411-3412.