

小议点刮治疗在过敏性鼻炎中的临床运用

狄冬军, 李微, 兰青

新疆维吾尔自治区第三人民医院中医科, 新疆 乌鲁木齐

收稿日期: 2025年11月29日; 录用日期: 2025年12月22日; 发布日期: 2025年12月31日

摘要

过敏性鼻炎是人类生活中常见且随时可能发作的疾病, 从其中医发病特点中了解病因病机, 结合中医外治特色疗法研究治疗优势, 根据临床疗效需优化治疗方案。点刮治疗属于中医常规点穴 + 刮疗结合运用, 在临床过程中发现点穴或刮疗均对过敏性鼻炎有效, 但两者结合运用可进一步提高临床疗效, 目前临床较少, 同时发现其简单方便易于操作, 有推广价值。

关键词

鼻鼽, 过敏性鼻炎, 点刮治疗, 理论

A Brief Discussion on the Clinical Application of Acupoint Stimulation and Gua Sha Therapy in Allergic Rhinitis

Dongjun Di, Wei Li, Qing Lan

Department of Traditional Chinese Medicine, The Third People's Hospital of Xinjiang Uygur Autonomous Region, Urumqi Xinjiang

Received: November 29, 2025; accepted: December 22, 2025; published: December 31, 2025

Abstract

Allergic rhinitis is a common disease in human life that can occur at any time. Point scraping therapy is a combination of traditional Chinese medicine's point pressing and scraping therapy. It has been found in clinical practice that both point pressing and scraping therapy are effective for allergic rhinitis, but their combined application can further improve the clinical efficacy. Currently, this method is rarely used in clinical practice. At the same time, it is found to be simple, convenient, and easy to operate, with promotion value.

Keywords

Nasal Rhinitis, Allergic Rhinitis, Point Scraping Therapy, Theory

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

过敏性鼻炎即变应性鼻炎(allergic rhinitis, AR) [1]，是一种由人体接触变应原引起的、特异性免疫球蛋白 E 介导的 Th2 类型鼻黏膜慢性非感染性炎症反应，临床表现为鼻痒、喷嚏、流涕和鼻塞等。AR 近年来成年人患病率不断增加，在北方草原地区，季节性花粉诱导的 AR 患病率高达 32.4% [2]。AR 的全球平均患病率高达 20% 左右，不仅严重影响患者的生活质量，也是诱发哮喘的一个独立危险因素。目前临床多以西医治疗为主：糖皮质激素、抗组胺药、白三烯受体拮抗剂，免疫治疗[3]、手术治疗；从指南中发现随着目前人们饮食结构改变，过敏性鼻炎发病率逐年升高，已达到 1/5 左右，是一个全球性健康问题。可见西医药治疗不能完全控制疾病，临床又会导致二次伤害，久而不愈，发作时影响生活，而中医药治疗可弥补其不足，多种治疗均可达到和药物相同的效果，发挥其有效无副作用优势，点穴治疗和刮痧治疗均对过敏性鼻炎治疗有效，根据临床两者结合运用效果更优，更能发挥中医药优势。

2. 中医对鼻鼽(过敏性鼻炎)的认识

过敏性鼻炎属于“鼻鼽”的范畴，《素问玄机原病式》论：“鼽，出清涕也……嚏，鼻中因痒而气喷作于声也。”，鼽嚏出自《礼记·月令》：民多鼽嚏。临床以鼻中阵发性奇痒流涕，喷嚏不止为主。受外因为风寒之邪侵害和花粉螨虫刺激等影响；内因影响主要和肺、脾、肾三脏相关。过敏性鼻炎的中医药治疗方法多，包括中药汤药、刮痧、针灸、穴位注射、推拿、点穴、艾灸、火针等，治疗都有其优势；相对于临床指南治疗而言，中医治疗讲究整体观念与辨证施治，具有副作用低、耐药性低、操作方便的特点。目前中医治疗本病存在不足：依靠经验总结而缺乏统一、客观的诊断分型，故对科学的产生疗效机制尚不明确[4]。因此，许多临床医学家多采用中西医结合治疗，取长补短，治疗本病若能在中医理论的指导下与现代药理实验相结合，进一步分析整体与局部产生疗效的机制。根据以上过敏性鼻炎的中医病因病机分析、目前发病人群特点、接受中医治疗程度等情况，结合临床我们发现点穴有改善鼻炎症状的疗效、同时可随时调节患者舒适度，避免了针刺、穴位注射等治疗的疼痛不适及影响患者依从性治疗；刮痧治疗过敏性鼻炎有快速改善患者症状的作用、同西药用药的效果相同，故点穴刮痧两者结合应用更符合临床实际，且方便易操作。

现代医家对此病经验也常为不同，具体有如下几点：(1) 从“风”论治：风邪善动不居、游移不定，具有轻扬、升发、向上向外等特点，风气借助肝经能流窜多个脏腑和经脉，导致相关疾病。沈氏[5]认为风为阳邪，轻扬开泄，易袭阳位，致病每易上扰清窍，侵犯头面和肌表。(2) 从肺论治：鼻为肺之窍，肺主一身之表，司腠理开阖，通过口鼻皮毛与自然界相通，李氏等[6]认为肺气充沛，宣降功能正常，津液、卫气上注于清窍，感受外来冷风异气的侵袭，春季多外风，风为阳邪，易袭阳位，致病每易侵犯头面和肌表而发。(3) 从肝论治：肝为风木之脏，风气通于肝，风易入之。诸风掉眩、皆属于肝，肝经与鼻相通。风借助肝经影响到鼻而致鼻窍失司。又因肝主疏泄，调畅情志，过敏性鼻炎与情志变化互为因果[7]。(4) 从脾论治：脾主运化水湿。脾运化水谷精微供肺中所需的津气，人体清浊之气的升降，药物的作用及营

养依赖于脾胃之气的输布，故而补益脾胃对于本病患者尤为重要[8]。(5) 从“寒”论治：寒为阴邪、具有凝滞、收引、易伤阳气的特点，袁卫玲等[9]认为过敏性鼻炎的发病可由寒邪而致，寒邪侵犯人体首先犯肺，上窍于鼻。(6) 从“痰饮”论治：痰饮通俗讲就是体内水液代谢失常的病理产物，刘氏[10]认为鼻涕与咳嗽之痰同出一源，皆从呼吸道而出。肺欲祛邪外出则反复打喷嚏、鼻痒，深伏之邪夹杂痰饮阻塞鼻窍则有鼻塞。(7) 从“伏邪”论治：伏邪具有潜藏体内、伺机而动的特性，故孙路路等[11]认为伏邪致病，其发病为感受外邪，治不得法，表邪深入内里，表未解而误用攻补；或正气虚损，致邪出不尽而潜藏于体内，暂不发病，伏邪聚积日久，由多种诱因所引发。从以上可见本病涉及外环境和内环境因素较多，最终都和人体阳气运行息息相关，为我们在优化创新中医治疗方法选择上提供了依据。

3. 点刮治疗的思路及现代研究

头为诸阳之会，有手阳明大肠、足阳明胃经、手太阳小肠经、足太阳膀胱经、手少阳三焦、足少阳胆经，加之颠顶部为厥阴肝经分布区，符合了过敏性鼻炎的发病特点及病机特点，故在头部行中医外治特色治疗、有疏风散寒祛湿等作用就可以起到温肺益阳健脾疏肝通络效果，点刮治疗符合中医临床治疗理论和临床实践应用。

刮痧疗法，是以中医经络腧穴论为核心治疗过敏性鼻炎，根据不同部位通过特制刮痧器具和专业刮痧手法，蘸取介质在体表进行重复性的循环刮动和摩擦，直至皮肤局部区域出现红色粟粒状血点，达到活血透痧的目的，可以迅速改善过敏性鼻炎病情，并在后续不定期进行刮痧疗法，可确保过敏性鼻炎得到有效控制不会反复发作[12]。但本病治疗强调：刮而欲透痧状态。现代研究发现进一步证明：刮痧能够让血液与淋巴液的循环增加，局部的营养代谢得到好转，能够使血管的弹性和血管粘膜的渗透性变化，淋巴循环和代谢加快，细胞的吞噬功能得到提高，机体免疫应答功能增强，使得人体的新陈代谢加速，达到增强人的抵抗力[13]。可达保阳散寒之态。根据以上分析本文所说的刮疗之特点是刮不用介质、刮不出痧。

点穴疗法是将外在能量通过穴位接受点经络的通道输送到患者体内，从而达到扶正，祛邪，调节失调的脏腑功能、本病主要为肺脾肝；具有简便、无副作用、疗效确切、病人乐于接受的特点，是治疗过敏性鼻炎的一种较为理想的方法[14]。点穴疗法对人体的作用是多方面的，主要是以经络、脏腑以及气血学说等为理论基础，通过手法与经络穴位相互结合，调节气血的循行，作用并影响于脏腑，调整人体内的不平衡状态，以达到维持生理功能的协调一致，消除症状，使机体得以康复；从现代医学研究认识，其主要是通过调节神经系统的功能，改变有关的系统内能以及信息调整等，反射性地改善病变部位的血液循环和一系列的新陈代谢，促进病变部位组织细胞的修复与再生能力，从而达到治愈疾病的目的[15]。

点穴和刮痧结合方式治疗目前也有研究，王敏玲点穴配合头面刮痧治疗眶上神经痛[16]：点穴疗法根据中医辨证循经取穴，具有疏通经络，行气活血，调整脏腑功能，直接点按穴位、可调节营卫、祛湿通络，既减少毫针刺痛感、易接受；刮痧疗法属于中医传统循经走穴的治疗，能起祛风排毒作用，更能将刮痧效果渗透患部肌肉和组织，达到软坚散结，疏通经络，改善局部血液循环，增加局部营养供应，达益气升阳散寒之效。可见手指点穴和刮疗结合治疗优势互补即可达到升阳散寒祛风化瘀作用、又可调节肺脾肝失调之态，同时符合现代人们的接受治疗理念：无毒副作用、无恐惧感、简便省力，应该在临幊上发扬光大。点刮疗法在治疗过敏性鼻炎时，点穴常选取风池、天柱、百会等，刮疗常选用督脉及头部两侧经络，每次持续约5~10分钟，频率常以80~100次/分为准，力度以局部酸胀无痛为宜，14天为一个疗程。

4. 典型病例(已获患者知情同意)

病例1：曾某，男性，25岁，大专、186 cm、83 kg，过敏性鼻炎2年。本次因气候变化而诱发，治

疗前症状: 经常喷嚏、鼻涕、鼻痒、鼻塞, 味觉减退、有时流泪咽痒、皮肤瘙痒、形寒肢冷, 症状不能忍受、影响日常生活和睡眠, 查体鼻粘膜充血水肿。脉左寸略濡关细紧尺弱右寸略濡略紧关细紧弦尺弱、舌红略暗有瘀点苔白, 提示患者长期伏邪蕴体, 风寒之邪易扰, 肺失宣发、脾失健运、风借助肝经影响到鼻而致鼻窍失司。点刮治疗 14 次后症状减轻: 有时喷嚏、鼻涕鼻塞、无鼻痒流泪咽痒、皮肤瘙痒、形寒肢冷, 易于忍受、正常生活, 查鼻粘膜轻度水肿。脉左寸略紧关细紧尺弱右寸略紧关略弦紧尺略濡、舌红略淡少量瘀点苔白。提示患者阳气升、风邪去、脾健运, 寒气缓。属于过敏性疾病、同时检测血常规示嗜酸细胞百分比: $5.30\% \rightarrow 4.30\%$; 总 IgE 测定 $310.7 \text{ IU/mL} \rightarrow 262.8 \text{ IU/mL}$, 提示点刮治疗既可以改善患者临床症状、也可以改善过敏血液指标, 有短期疗效、也有长期作用。

病例 2: 谢某, 女性 38 岁, 未婚, 酒店管理, 过敏性鼻炎 10 年, 血压 $98/64 \text{ mmHg} \sim 87/53 \text{ mmHg}$, 面部出现多发斑片状黄色斑块、干痒疼痛不适, 饮食欠佳, 睡眠欠佳, 二便通畅。本次因受凉后复发, 加之贪食海鲜辛辣之品而加重, 治疗前症状具显: 经常喷嚏每天数次发作、6~8 个/次、大量鼻涕不自主流出、双侧鼻塞、伴咽痒鼻痒流泪、双眼酸胀、有时耳痒皮肤瘙痒、影响睡眠, 兼有形寒肢冷、听力下降、腹胀、口干、出汗、头疼、气短音低, 症状明显, 令人厌烦, 但可以忍受。查鼻粘膜充血水肿, 舌红有瘀点苔白边有齿痕, 脉右寸略细紧弦关细紧尺略濡左寸细紧关尺弱。患者中年女性, 肝经不畅, 平时喜食海鲜发物, 工作熬夜和饮冷清热为常态, 故素有伏邪、本次寒凝之气诱发, 脉舌提示患者心肺胃肠肝胆系统寒凝之气较重, 与症脉相合。治疗第 1 天反应明显、治疗过程中鼻涕明显、双眼酸胀不适、自感双眼酸困、结束后患者自感仍有流涕、较前减轻, 无难受感, 全身较前通畅、头脑较前清醒, 之后患者每次治疗中有欲打喷嚏感、双眼酸困逐渐好转, 第 3 天患者晨起流涕明显缓解, 第 14 天患者流涕鼻塞均明显好转, 无双眼酸困。治疗后症状轻微可以忍受, 症见喷嚏少量、1~3 个/次、伴少量鼻涕鼻痒鼻塞、无流泪, 偶有咽痒耳痒、皮肤瘙痒, 可安静入睡, 兼形寒肢冷、听力下降、腹胀、口干、出汗、头疼等均较前改善, 查鼻粘膜略充血, 舌红苔白边略有齿痕, 脉右寸略紧关略细紧尺弱左寸略濡略紧关细紧尺濡。提示患者寒气改善、心脾肾出现湿气, 考虑寒化有关, 故阳升肝疏脾健, 全身症状好转, 检测血液全血细胞计数: 嗜酸细胞百分比: $1.4\% \rightarrow 1.4\%$, 嗜碱细胞百分比: $0.3\% \rightarrow 0.2\%$; 总 IgE 测定: $689 \text{ IU/mL} \rightarrow 642 \text{ IU/mL}$; 可见点刮治疗对严重过敏鼻炎有效: 症状及血液均较前改善。此患者治疗中明显发现点刮疗法短期治疗仍有快速改善过敏症状作用、长期治疗也有降低过敏体质的趋势。

病例 3: 李某: 女性、47 岁、自由职业、网红言语较多、情绪激动, 过敏性鼻炎、易感冒, 饮食可, 睡眠欠佳, 二便通畅。治疗前: 舌淡红略暗苔白厚, 脉右寸略紧细关略紧尺弱左寸尺弱关略紧, 症状: 总是恶寒鼻塞、经常喷嚏每天数次发作、10 个/次、大量鼻涕不自主流出右侧明显, 需大量纸巾、痛苦、味觉减退、经常口干气短音低、形寒肢冷、夜尿频、小便清长、腰膝酸困、大便溏, 有时鼻涕、咽痒鼻痒流泪、耳痒、皮肤瘙痒、不寐、听力下降、纳呆、腹胀、出汗、头疼、耳鸣、症状不能忍受、影响日常生活和睡眠、鼻粘膜充血水肿。患者女性、易肝气不畅、加之脾虚寒凝阻络, 素有阳气不足, 职业习惯: 网红易和网友发生口角, 性格特点: 情绪不稳, 故症状频发、久则及肾, 治疗后: 舌淡红苔白, 脉右寸略紧关濡尺弱左寸关略濡尺弱、鼻粘膜轻度水肿, 症状: 无喷嚏流泪咽痒耳痒皮肤瘙痒, 纳呆腹胀改善、寐欠安、口干气短音低缓解, 无出汗头疼、有时鼻痒鼻塞、味觉减退改善、形寒肢冷改善、夜尿频小便清长减轻, 腰膝酸困大便溏减轻、但仍有听力下降、耳鸣。症状轻微、易于忍受、鼻粘膜轻度水肿。肝气不畅改善、肺脾寒气减轻, 脉症趋势相符合, 血液检测: 全血细胞计数: 嗜酸细胞百分比: $3.6\% \rightarrow 3.0\%$, 嗜碱细胞百分比: $0.1\% \rightarrow 0.0\%$; 总 IgE 测定: $218 \text{ IU/mL} \rightarrow 226 \text{ IU/mL}$; 血液变化未见改善, 但患者开始右侧流涕明显, 左侧鼻塞, 治疗 3 天后患者右侧流涕减轻、左侧流涕无鼻塞, 患者症状均明显好转, 但患者网红生活起居不能规律, 治疗结束时不慎外感、离异情志不畅, 故血液检测结果变化不大, 影响结果。

总体患者治疗后症状减轻未见加重复发。

5. 小结

综上所述，将点穴和刮疗结合运用治疗过敏性疾病可有如下鄙见。疾病方面：患者鼻塞、鼻痒、鼻涕为常见症状，临床遇到有此症状的鼻鼽患者时，中医辨证可从风寒湿与伏邪杂合等多方面考虑，点刮疗法符合其复杂病机的治疗。治疗方面：纵观点刮治疗在鼻鼽、即过敏性鼻炎中的临床疗效，在临幊上凡是遇到符合此症状多病机患者，配合去因管理，均能获得较好疗效。此方法操作简便、无副作用、疗效确切、病人乐于接受。对症状改善快，随着治疗时间增加每日发作时间逐渐缩短，复发症状逐渐减轻，长期治疗和疗效成正比关系趋势，有待进一步研究，同时可改善过敏指标，具有良好的临床应用前景。

参考文献

- [1] 顾瑜蓉, 李华斌. 《中国变应性鼻炎诊断和治疗指南(2022 年, 修订版)》解读[J]. 中国眼耳鼻喉科杂志, 2022, 22(2): 209-211.
- [2] Zhang, Y., Lan, F. and Zhang, L. (2021) Advances and Highlights in Allergic Rhinitis. *Allergy*, **76**, 3383-3389. <https://doi.org/10.1111/all.15044>
- [3] Reitsma, S., Subramaniam, S., Fokkens, W.W.J. and Wang, D.Y. (2018) Recent Developments and Highlights in Rhinitis and Allergen Immunotherapy. *Allergy*, **73**, 2306-2313. <https://doi.org/10.1111/all.13617>
- [4] 彭桂香, 王从俭. 过敏性鼻炎的中医治疗研究进展[J]. 现代中医药, 2019, 39(5): 119-123.
- [5] 沈烨. 从风论治过敏性鼻炎探讨[J]. 实用中医药杂志, 2014, 30(7): 663-664.
- [6] 李媛媛, 张国霞. 从肺肝论治过敏性鼻炎的春季易感性[J]. 辽宁中医杂志, 2015, 42(4): 732-733.
- [7] 谭程, 王燕平. 从情志变化试论过敏性鼻炎的针灸取穴思路[J]. 广州中医药大学学报, 2011, 28(3): 317-319.
- [8] 孙雅玲, 龚东方. 从《脾胃论》论点试论过敏性鼻炎的取穴思路[J]. 社区医学杂志, 2014, 12(21): 39-40.
- [9] 丁琦, 袁卫玲, 刘华. 从寒论治过敏性鼻炎的理论探讨[J]. 辽宁中医杂志, 2016, 43(5): 942-943.
- [10] 刘嘉杰. 从痰饮论治过敏性鼻炎三法[J]. 江苏中医药, 2017, 49(1): 61-62.
- [11] 孙路路, 褚瑞萌. 从“伏邪致病”论治变应性鼻炎浅析[J]. 河北中医, 2017, 39(6): 912-915.
- [12] 中医外治法治疗过敏性鼻炎研究进展[J]. 内蒙古中医药, 2020, 39(5): 165-166.
- [13] 申霖來. 针刺配合刮痧治疗腰肌劳损的临床疗效观察[D]: [硕士学位论文]. 北京: 中国中医科学院, 2012.
- [14] 许慧锁. 点穴治疗过敏性鼻炎 327 例疗效分析[J]. 医学理论与实践, 1996(11): 496-497.
- [15] 齐振熙, 许书澣. 试析传统点穴疗法的作用机理[J]. 中国中医骨伤科杂志, 1989, 5(4): 13-15.
- [16] 王敏玲, 郝小波. 点穴配合头面刮痧治疗眶上神经痛[C]//中华中医药学会, 广西中医药大学. 中华中医药学会第八次外治学术会议论文集. 广西中医药大学第一附属医院, 2012: 430-432.