

针灸治疗变应性鼻炎的临床应用与展望

胡玉雅¹, 李 岩^{2*}

¹黑龙江中医药大学研究生院, 黑龙江 哈尔滨

²黑龙江中医药大学附属第一医院耳鼻喉科, 黑龙江 哈尔滨

收稿日期: 2025年4月2日; 录用日期: 2025年5月12日; 发布日期: 2025年5月26日

摘 要

变应性鼻炎(AR)是由IgE介导的鼻黏膜慢性炎症, 以阵发性喷嚏、清水样涕、鼻塞及鼻痒为特征, 常由尘螨、花粉等过敏原诱发, 具有遗传易感性和环境相关性。当前临床治疗以规避过敏原、药物干预(抗组胺药、糖皮质激素、白三烯受体拮抗剂等)及免疫治疗为主。药物治疗虽能快速缓解症状, 但长期使用可能伴随嗜睡、鼻腔干燥等副作用; 免疫治疗作为对因治疗, 面临疗程冗长(2~3年)、患者依从性低等局限。手术治疗仅适用于鼻甲结构异常者, 难以解决免疫失衡的根本问题。针灸疗法在变应性鼻炎的防治中展现独特优势, 作为绿色疗法, 针灸通过刺激特定等穴位, 调节交感与副交感神经平衡, 改善鼻黏膜炎症反应, 从整体上调节免疫紊乱, 与西药相比针灸无全身副作用, 且能通过多靶点调节体质, 降低复发率。本文就针灸治疗变应性鼻炎进行综述, 以期为变应性鼻炎的后续研究奠定基础。

关键词

变应性鼻炎, 中医, 针灸

Clinical Application and Prospect of Acupuncture and Moxibustion in the Treatment of Allergic Rhinitis

Yuya Hu¹, Yan Li^{2*}

¹Graduate School of Heilongjiang University of Traditional Chinese Medicine, Harbin Heilongjiang

²Department of Otolaryngology, First Affiliated Hospital of Heilongjiang University of Traditional Chinese Medicine, Harbin Heilongjiang

Received: Apr. 2nd, 2025; accepted: May 12th, 2025; published: May 26th, 2025

*通讯作者。

文章引用: 胡玉雅, 李岩. 针灸治疗变应性鼻炎的临床应用与展望[J]. 中医学, 2025, 14(5): 2117-2121.
DOI: 10.12677/tcm.2025.145315

Abstract

Allergic rhinitis (AR) is a chronic inflammation of the nasal mucosa mediated by IgE, characterized by paroxysmal sneezing, watery nasal discharge, nasal congestion, and nasal itching. It is often induced by allergens such as dust mites and pollen, and has genetic susceptibility and environmental relevance. The current clinical treatment mainly focuses on avoiding allergens, drug intervention (antihistamines, glucocorticoids, leukotriene receptor antagonists, etc.), and immunotherapy. Although medication can quickly alleviate symptoms, long-term use may be accompanied by side effects such as drowsiness and dry nasal cavity; Immunotherapy, as a targeted treatment, faces limitations such as lengthy treatment courses (2~3 years) and low patient compliance. Surgical treatment is only suitable for patients with abnormal nasal turbinate structure and is difficult to solve the fundamental problem of immune imbalance. Acupuncture and moxibustion therapy shows unique advantages in the prevention and treatment of allergic rhinitis. As a green therapy, acupuncture and moxibustion can regulate the balance of sympathetic and parasympathetic nerves by stimulating specific acupoints, improve the inflammatory reaction of nasal mucosa, regulate the immune disorder as a whole. Compared with western medicine, acupuncture and moxibustion has no systemic side effects, and can regulate the constitution through multiple targets to reduce the recurrence rate. This article reviews the treatment of allergic rhinitis with acupuncture and moxibustion in order to lay a foundation for the follow-up study of allergic rhinitis.

Keywords

Allergic Rhinitis, Chinese Medicine, Acupuncture and Moxibustion

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

变应性鼻炎(Allergic Rhinitis, AR)作为一种全球范围内高发的免疫球蛋白 E(IgE)介导的 I 型变态反应性疾病,严重影响着人们的生活质量。其主要症状包括鼻痒、喷嚏、流涕、鼻塞,这些症状不仅给患者带来身体上的不适,还在一定程度上干扰了患者的日常生活、工作与学习。据统计,全球约有 5 亿人深受鼻炎困扰,且发病率正以每年 20%的速度递增,在我国城市中,AR 的患病率约达 11.1% [1]。

目前,传统西医治疗 AR 主要依赖抗组胺药、糖皮质激素及免疫疗法。抗组胺药虽能快速缓解鼻痒、喷嚏、流涕等症状,但长期使用可能导致嗜睡、口干等不良反应;糖皮质激素可有效减轻炎症反应,然而存在药物依赖风险,长期应用还可能引发诸如骨质疏松、肾上腺皮质功能抑制等副作用;免疫疗法虽从病因角度出发,但治疗周期漫长,通常需 3~5 年,且费用高昂,患者依从性较差[2]。

针灸作为中医的特色疗法,有着悠久的历史。早在先秦时期,就有关于针灸治疗鼻部疾病的记载。近年来,随着中医的快速发展,针灸治疗 AR 因其安全性高、副作用小等优势深受患者的青睐。2015 年,美国耳鼻喉指南将针灸列为治疗 AR 的有效方案,这充分肯定了针灸在 AR 治疗中的地位与价值[3]。本文将从治疗方法、作用机制、临床疗效及研究展望等多个方面,系统梳理针灸治疗 AR 的研究进展,以期临床治疗提供更为全面、深入的参考。

2. 针灸治疗变应性鼻炎的方法

2.1. 针法

经典针法在针灸治疗 AR 中占据重要地位, 其中宣肺通窍针法与蝶腭神经节针刺各具特色, 临床应用广泛。

宣肺通窍针法以印堂、上迎香、迎香为主穴, 配合风池、合谷、足三里等穴位, 通过平补平泻手法调节肺气, 达到改善鼻塞、流涕等症状的目的[4]。印堂位于督脉, 督脉为阳脉之海, 刺激印堂可调节阳气, 疏通局部经络气血; 上迎香与迎香均为治疗鼻部疾病的局部要穴, 迎香是手阳明大肠经与足阳明胃经的交会穴, 阳明经气血旺盛, 针刺迎香可激发阳明经气, 使气血通畅, 从而通利鼻窍; 风池为足少阳胆经穴位, 具有祛风解表、通络止痛之功, 可疏散外邪, 缓解鼻痒等症状; 合谷为手阳明大肠经原穴, 能调节面部气血, 辅助治疗鼻部疾病; 足三里为足阳明胃经合穴, 具有健脾和胃、扶正培元的作用, 通过调节脾胃功能, 可增强机体免疫力, 从根本上改善患者体质。

蝶腭神经节针刺则是精准刺激蝶腭神经节, 通过调节自主神经功能来快速缓解鼻塞、鼻痒等症状。蝶腭神经节是人体最大的副交感神经节, 掌管着鼻功能的兴奋和抑制。当蝶腭神经节功能失调时, 会导致鼻部出现各种不适症状。针刺蝶腭神经节可调节其功能, 使交感与副交感神经恢复平衡状态[5]。操作时, 取颞弓下缘与下颌骨冠状突后缘交界进针, 针尖朝对侧太阳穴方向刺入, 当患者出现短暂鼻周放射样感觉, 且鼻腔自觉通气时, 即表明得气, 此时出针即可。该方法每周单侧交替治疗, 近期疗效显著。

2.2. 其他疗法

随着对 AR 研究的深入, 综合疗法逐渐成为针灸治疗的重要方向, “三位一体”疗法与针药结合疗法展现出独特优势。

“三位一体”疗法融合了宣肺通窍针法、蝶腭神经节针刺及自血疗法, 实现了局部症状缓解与全身免疫调节的有机结合。宣肺通窍针法从整体出发, 调节肺气, 改善全身气血运行; 蝶腭神经节针刺则针对局部神经功能进行调节, 迅速缓解鼻部症状; 自血疗法通过肘静脉采血注入足三里, 利用血液中的抗体、激素、微量元素等成分, 产生持续非特异性刺激, 激活免疫应答, 使机体释放更多免疫球蛋白、抗组胺等活性物质, 抑制变态反应, 恢复免疫功能。该疗法中, 针刺蝶腭神经节可在短时间内迅速起效, 提升患者对治疗的信心, 改善其依从性; 宣肺通窍针法和自血疗法从根本上扶助正气、调理体质, 以巩固疗效。临床研究表明, 曾春利, 吕鹤群, 彭拥军等证实[6]采用“三位一体”法治疗中重度 AR 患者, 治疗后 TNSS、TNNSS 评分和症状体征总分均较治疗前降低, 总有效率达 94.3%, 随访时复发率仅为 6.1%, 显示出良好的近期与远期疗效。

针药结合是将针灸与中药联合应用, 发挥两者的协同增效作用, 达到标本兼治的目的[7]。针灸通过刺激穴位, 调节经络气血, 改善局部症状; 中药则根据患者的具体辨证情况, 进行个体化治疗, 从整体上调节机体功能。例如, 益肺健脾补肾方剂可增强机体免疫力, 改善患者的过敏体质。冯荣昌[8]等研究表明, 92 例变应性鼻炎患者, 通过针药结合的方式治疗, 总有效率超过 90%, 且复发率更低。在临床实践中, 对于肺气虚寒型 AR 患者, 可在针灸治疗的基础上, 给予玉屏风散加减, 以益气固表; 对于脾气虚弱型患者, 可加用参苓白术散, 以健脾益气; 对于肾气不足型患者, 可选用金匮肾气丸, 以补肾纳气。通过针药结合, 既能快速缓解患者的临床症状, 又能从根本上改善患者的体质, 减少疾病的复发。

3. 针刺治疗变应性鼻炎的机制

3.1. 中医治疗机制

从中医理论来看, 变应性鼻炎主要与肺、脾、肾三脏功能失调密切相关[9]。《灵枢·本神》中提到

“肺气虚则鼻塞不利少气”，肺主气，司呼吸，开窍于鼻，肺气虚弱则卫外不固，外邪易侵袭鼻窍，导致鼻痒、流涕等症状。《素问·玉机真藏论》指出“脾为孤脏……其不及，则令人九窍不通”，脾为后天之本，气血生化之源，脾虚则气血不足，不能上荣于鼻窍，使鼻窍失养，易引发鼻炎。《医法圆通·鼻流清涕》中记载“肾络通于肺，肾阳衰而阴寒内生，不能收束津液，而清涕亦出”，肾为先天之本，主纳气，肾阳不足则不能温煦肺脏，导致津液不固，出现流涕等症状。

针灸疗法基于经络学说，通过刺激特定腧穴可调控气血运行状态，从而纠正机体阴阳失衡，提升正气以增强抗邪能力。位于足太阳膀胱经的背俞穴与相应脏腑存在特定关联，其中肺俞、脾俞、肾俞三穴分别对应肺脾肾三脏生理功能。临床运用针刺或艾灸等治疗手段作用于这些腧穴，可有效调补脏腑精气：刺激肺俞穴能增强肺系卫外固表能力，提升呼吸道防御机制；施治于脾俞穴可健运中焦，改善气血生化之源；而肾俞穴的温补作用既可固本培元，又能通过命门之火温养周身阳气。这种靶向性治疗体现了中医“以穴调脏”的核心治疗理念。风池、迎香等局部穴位则具有祛风通窍的作用。风池位于颈部，为风邪易侵之处，针刺风池可疏散风邪，缓解鼻痒、喷嚏等症状；迎香为治疗鼻部疾病的要穴，能通利鼻窍，改善鼻塞、流涕等症状[10]。

3.2. 现代治疗机制

3.2.1. 免疫调节

在现代医学中，免疫调节是针灸治疗 AR 的重要作用机制之一。AR 的发生与机体免疫功能失调密切相关，主要表现为 Th1/Th2 失衡，Th2 型细胞因子过度表达，导致 IgE 合成增加，引发过敏反应。研究表明，针灸可降低血清 IgE 水平，抑制 Th2 型细胞因子(如 IL-4、IL-5)分泌，同时增强 Th1 型免疫应答，恢复 Th1/Th2 平衡[11]。针刺肺俞、脾俞、肾俞等穴位，可调节机体的免疫功能，降低 IgE 水平，减轻过敏反应。艾灸也具有类似的作用，艾灸关元、气海等穴位，可增强机体的免疫力，调节免疫细胞的功能，抑制过敏反应的发生。

3.2.2. 神经调节

神经调节在针灸治疗 AR 中也起着关键作用。针刺蝶腭神经节可双向调节交感与副交感神经，减少鼻黏膜腺体分泌，从而缓解鼻塞、流涕等症状。蝶腭神经节是人体最大的副交感神经节，与鼻部的感觉、运动和分泌功能密切相关。当蝶腭神经节功能失调时，会导致鼻部出现各种不适症状[12]。针刺蝶腭神经节可调节其功能，使交感与副交感神经恢复平衡状态，减少鼻黏膜腺体的分泌，改善鼻部症状。刺激鼻腔局部穴位，如迎香、鼻通等，可降低 P 物质等神经肽水平，减轻炎症反应。P 物质是一种神经肽，在 AR 的发病过程中，P 物质的释放会导致鼻黏膜血管扩张、通透性增加，引发炎症反应。针刺鼻腔局部穴位可抑制 P 物质的释放，减轻炎症反应，缓解鼻部症状。

4. 临床疗效

李昕蓉等[13]在研究国内相关数据库，针灸治疗 AR 具有显著的疗效，多项随机对照试验(RCT)研究证实，针灸治疗 AR 的总有效率可达 70%~98%，显著优于安慰剂组。其中，中重度患者经 10 周“三位一体”疗法治疗后，症状体征总分降低 50%以上，且疗效可持续 6 个月以上。采用“三位一体”法治疗，包括宣肺通窍针法、针刺蝶腭神经节和自血疗法，治疗后鼻症状总分(TNSS)、鼻伴随症状总分(TNNSS)评分和症状体征总分均较治疗前显著降低，总有效率为 94.3%，随访时复发率仅为 6.1%。这充分展示了“三位一体”疗法在改善患者症状、提高生活质量以及降低复发率方面的优势。

针刺蝶腭神经节在快速缓解症状方面表现突出。王志福等[14]的研究表明，改良针刺蝶腭神经节可有效缓解患者鼻塞、鼻痒、打喷嚏、流清涕等症状，能在短时间内迅速起效，提升患者对治疗的信心，改善

其依从性,经典针法如宣肺通窍针法,以印堂、上迎香、迎香为主穴,配合其他穴位,也能显著降低 TNSS 及 TNNSS,对 AR 患者的症状改善起到了积极作用。

5. 总结

针灸治疗 AR 目前在临床已广泛应用且疗效较为显著,但仍存在部分问题,在标准化研究上,需开展大样本、多中心临床试验,整合资源制定统一规范的针灸治疗方案,提升研究重复性与可靠性。机制研究领域,结合单细胞测序、代谢组学等前沿技术,从微观层面解析作用原理。在临床应用拓展方面,探索针灸联合生物制剂等协同治疗模式,发挥优势、减少不良反应,拓展应用范围。未来,针灸有望成为 AR 防治的重要补充手段,为患者提供更优治疗选择。

参考文献

- [1] 顾之燕,顾瑞金. 变应性鼻炎及其相关基本知识的再认识[J]. 临床耳鼻咽喉科杂志, 2003, 17(2): 124-127.
- [2] 尹静,谢强. 变应性鼻炎的中西医治疗综述[J]. 中医耳鼻喉科学研究, 2011(3): 32-33.
- [3] 王蕊,林淑琴. 变应性鼻炎针灸治疗近况[J]. 安徽中医药大学学报, 2005, 24(6): 56-59.
- [4] 骆斌,骆庆峰,赵京宁,等. 宣肺通窍法治疗变应性鼻炎临床观察[J]. 北京中医药大学学报, 2005, 28(6): 80-82.
- [5] 陈陆泉,杨宇洋. 通过蝶腭神经节治疗变应性鼻炎的临床研究进展[J]. 北京中医药, 2012, 31(8): 631-633.
- [6] 曾春利,吕鹤群,彭拥军. “三位一体法”治疗变应性鼻炎体会[J]. 针灸临床杂志, 2023, 39(11): 86-91.
- [7] 张军华,田浩,谢飞,等. 针药结合治疗肺脾虚寒型变应性鼻炎临床研究[J]. 河南中医, 2016, 36(12): 2208-2210.
- [8] 冯荣昌,龙文. 针药结合治疗变应性鼻炎 92 例[J]. 上海针灸杂志, 2005, 24(10): 28-29.
- [9] 王伟明,施嘉祥,高宁,等. 彭建中辨治变应性鼻炎(鼻鼈病)经验探析[J]. 现代中医临床, 2024, 31(6): 63-66.
- [10] 虞旻珍,宣丽华. 针灸治疗变应性鼻炎的选穴规律探讨[J]. 山西中医学院学报, 2016, 17(2): 15-16, 19.
- [11] 江银丽,朱新华. 免疫治疗在变应性鼻炎免疫调节机制中的作用研究[J]. 临床耳鼻咽喉头颈外科杂志, 2018, 32(18): 1440-1443.
- [12] 杨才德,赵达,于灵芝,等. 蝶腭神经节埋线治疗变应性鼻炎[J]. 中国中医药现代远程教育, 2015, 13(13): 62-64.
- [13] 李昕蓉,张勤修,刘敏,等. 针灸治疗变应性鼻炎系统评价[J]. 辽宁中医药大学学报, 2013, 15(3): 51-57.
- [14] 王志福,郑美凤,陈跃,等. 针刺蝶腭神经节治疗变应性鼻炎综述[J]. 康复学报, 2006, 16(3): 59-60.