

# 益气活血法治疗过敏性鼻炎研究进展

王海龙<sup>1</sup>, 田理<sup>2\*</sup>

<sup>1</sup>成都中医药大学临床医学院, 四川 成都

<sup>2</sup>成都中医药大学附属医院耳鼻喉科, 四川 成都

收稿日期: 2025年12月7日; 录用日期: 2025年12月30日; 发布日期: 2026年1月9日

## 摘要

过敏性鼻炎(中医称“鼻鼽”)发病率逐年升高, 西医治疗存在易复发、副作用明显等局限, 中医药在调节免疫、降低复发率方面具独特优势。本文从理论基础、临床应用及研究展望三方面综述益气活血法治疗该病的进展: 气虚(肺脾肾虚损)是发病的内在根本, 血瘀为病程迁延的关键病机; 临床中通过中药复方及针药结合等, 有效改善患者鼻部症状、降低复发率。目前研究存在高质量试验少、方药未规范化等不足, 未来需加强循证研究、明确药效物质基础以优化治疗方案。

## 关键词

过敏性鼻炎, 鼻鼽, 益气活血法, 气虚血瘀

# Research Progress in the Treatment of Allergic Rhinitis with Benefiting Qi and Activating Blood Method

Hailong Wang<sup>1</sup>, Li Tian<sup>2\*</sup>

<sup>1</sup>School of Clinical Medicine, Chengdu University of Traditional Chinese Medicine, Chengdu Sichuan

<sup>2</sup>Department of Otorhinolaryngology, Affiliated Hospital of Chengdu University of Traditional Chinese Medicine, Chengdu Sichuan

Received: December 7, 2025; accepted: December 30, 2025; published: January 9, 2026

## Abstract

Allergic rhinitis (known as “biqu” in traditional Chinese medicine, TCM) has an increasing incidence worldwide. Western medicine treatments have limitations such as high recurrence rate and obvious

\*通讯作者。

文章引用: 王海龙, 田理. 益气活血法治疗过敏性鼻炎研究进展[J]. 中医学, 2026, 15(1): 246-251.

DOI: 10.12677/tcm.2026.151034

side effects, while TCM has unique advantages in regulating immune balance and reducing recurrence. This paper reviews the research progress of Benefiting Qi and Activating Blood Method in treating allergic rhinitis from three aspects: theoretical basis, clinical application and research prospects. Qi deficiency (deficiency of lung, spleen and kidney) is the internal root cause of the disease, and blood stasis is the key pathogenesis for the protracted course of the disease. In clinical practice, this therapy can be applied through various forms such as self-made prescriptions and combination of acupuncture and medicine, which can effectively improve patients' nasal symptoms and reduce recurrence rate. At present, the research has shortcomings such as insufficient high-quality trials and non-standardized prescriptions. In the future, it is necessary to strengthen evidence-based research and clarify the pharmacodynamic material basis to optimize the treatment plan.

## Keywords

Allergic Rhinitis, Biqu, Benefiting Qi and Activating Blood Method, Qi Deficiency and Blood Stasis

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(Allergic Rhinitis, AR), 中医称之为“鼻鼽”, 是一种由 IgE 介导的鼻粘膜非感染性慢性炎性疾病, 以阵发性喷嚏、清水样涕、鼻塞和鼻痒为主要临床特征[1]。随着现代工业化进程加速及生活环境的改变, AR 的全球发病率呈逐年上升趋势, 严重影响患者的生活质量及工作效率, 且常伴发哮喘、鼻窦炎等并发症[2]。目前西医治疗主要以抗组胺药、糖皮质激素及免疫疗法为主, 虽能迅速缓解症状, 但存在停药后易复发、长期用药副作用明显以及部分患者对药物不敏感等局限性[3]。相比之下, 中医药在调节机体免疫平衡、改善体质及降低复发率方面具有独特的优势。传统中医多从“肺脾肾虚损”立论, 主张益气固表, 但近年来随着临床观察的深入, 学界逐渐认识到“气虚”仅是本病的发病基础, 而“血瘀”往往是病程迁延不愈的关键病理产物与致病因素。基于“气为血之帅, 血为气之母”及“久病入络”的理论, 益气活血法逐渐成为治疗难治性、慢性过敏性鼻炎的重要法则。为了系统梳理该领域的学术成果, 笔者查阅了近年来中国知网(CNKI)、万方数据知识服务平台及 PubMed 数据库中关于益气活血法治疗 AR 的相关文献, 以“过敏性鼻炎”、“变应性鼻炎”、“益气活血”、“气虚血瘀”等为检索词, 筛选出具有代表性的临床研究实验研究文献, 旨在从理论基础、临床应用及作用机制三个维度进行深入探讨与综述。

## 2. 益气活血法治疗过敏性鼻炎的理论基础

### 2.1. 气虚是 AR 发病的内在根本

中医学将过敏性鼻炎归属于“鼻鼽”范畴, 其发病机制虽错综复杂, 涉及外感风寒异气与内伤脏腑虚损等多个方面, 但历代医家与现代研究均趋向于认为, “正气存内, 邪不可干”, 正气不足即“气虚”是本病发生的内在根本与始动因素。鼻鼽的病理性质主要表现为本虚标实, 其中以肺、脾、肾三脏之气虚损为本, 风寒湿邪侵袭为标[4]。气虚导致机体卫外功能低下, 腠理疏松, 使得风寒异气得以乘虚而入, 客于鼻窍, 引动伏痰, 从而诱发鼻痒、喷嚏、流清涕等一系列临床症状[5]。因此, 深入剖析肺、脾、肾三脏气虚在 AR 发病中的具体机制, 对于理解“益气活血法”的理论依据至关重要。

肺气虚寒是鼻鼽发病的直接病理基础。中医理论指出“肺主气, 司呼吸, 开窍于鼻”, 鼻作为呼吸之门户, 直接与自然界之气相通, 故最易受外邪侵袭。肺之生理功能在于宣发卫气, 卫气充盈则能温养皮肤、固密腠理、抵御外邪。若肺气虚弱, 卫表不固, 犹如门户洞开, 风寒之邪便可长驱直入[6]。《素问·金匱真言论》有云: “故春气者, 病在头”, 意指气虚之人易受风邪侵袭头面鼻窍。当肺气不能循经输布津液, 致使津液停聚, 加之风寒束肺, 肺失宣降, 津液便凝聚为痰饮, 外溢则为大量清涕; 肺气虚则无力主宰呼吸之道, 鼻窍失于温煦, 稍遇冷空气刺激便出现鼻塞、喷嚏频作[7]。因此, 肺气虚不仅降低了鼻黏膜对外界环境变化的适应能力, 更是导致鼻部局部症状反复发作的直接原因。

脾气虚弱是导致肺气不足与湿浊内生的重要根源。根据五行学说, “脾为土, 肺为金, 土能生金”, 脾胃为后天之本, 气血生化之源。若脾气健运, 则水谷精微得以上输养肺, 肺气自充; 反之, 若脾气虚弱, 运化失司, 一方面导致“土不生金”, 肺气由此更虚, 卫外功能进一步削弱; 另一方面, 脾虚则水液代谢障碍, 水湿停聚而成痰浊。所谓“脾为生痰之源, 肺为贮痰之器”, 脾虚所生之湿浊随经脉上干于肺, 壅滞鼻窍[8]。在临床上, 许多过敏性鼻炎患者不仅表现为鼻部症状, 常伴有纳少便溏、肢体困倦、面色萎黄等脾气虚证候[9]。这种因脾虚导致的水湿泛滥, 使得鼻鼽患者鼻涕量多且缠绵难愈, 单纯治肺往往难以奏效, 必须脾肺同治, 培土生金, 方能杜绝生痰之源, 巩固疗效。

肾阳不足、摄纳无权是气虚致病的深层体质因素。肾为先天之本, 内寓元阴元阳, 是一身阳气之根本。前人论述鼻鼽, 多强调“其本在肾”。肾主纳气, 若肾气亏虚, 摄纳无权, 则气不归根, 气浮于上, 易致喷嚏频作; 肾阳具有温煦全身脏腑的作用, 若肾阳不足, 命门火衰, 则不能温煦脾土与肺金, 导致脾肺虚寒之象更甚。此外, 肾主水, 肾阳不足则气化不利, 寒水上泛, 溢于鼻窍则为清涕如注[10]。这种体质往往具有遗传倾向, 解释了为何过敏性鼻炎常具有家族聚集性且难以根治。对于病程较长、反复发作的患者, 其气虚之态往往由肺脾累及于肾, 形成肺脾肾三脏俱虚的复杂局面, 此时唯有温补肾阳, 充实元气, 才能从根本上改变患者的特禀体质(即过敏体质)[11]。

## 2.2. 血瘀是 AR 病程迁延的关键病机

基于“气为血帅, 血为气母”的理论, 气虚必然导致血行不畅[12]。气推动血液在脉管内运行, 若肺脾肾三脏气虚, 推动无力, 血液便会滞涩于脉络之中, 形成瘀血。在 AR 的病理演变中, 初期多为气虚卫外不固, 受邪后肺失宣降; 随着病程延长, 气虚益甚, 无力行血, 致使鼻部脉络瘀阻[13]。叶天士提出的“久病入络”理论深刻揭示了慢性病的病机特点。过敏性鼻炎具有反复发作、经久不愈的特性, 病邪由气分逐渐深入血分, 最终客于鼻部细小络脉[14]。这种病理状态在临床上常表现为鼻黏膜色泽暗红或紫暗、鼻甲实质性肥大、表面凹凸不平呈桑葚状, 以及患者自觉鼻塞持续加重、嗅觉减退甚至伴有头痛等症状, 这些均为典型的瘀血阻滞鼻窍之征象。此时, 瘀血占据络脉, 新血不生, 鼻窍失养, 单纯补气药力难以抵达病所, 故非化瘀无法通络。

从现代医学的病理生理学角度审视, “血瘀”的微观机制得到了充分印证。研究表明, 长期的变态反应性炎症会导致鼻黏膜微循环障碍。AR 患者鼻黏膜处于持续的慢性炎症状态, 由于组胺、白三烯等炎性介质的持续释放, 血管通透性异常增加, 血管扩张充血, 血流速度减慢, 血液处于高凝或高黏状态[15]。这种局部血液流变学的改变, 导致红细胞聚集、血小板活化及微血栓形成, 与中医“瘀血”的概念高度契合。此外, 长期的炎症刺激还引起鼻黏膜上皮细胞脱落、基底膜增厚及纤维组织增生, 导致下鼻甲发生不可逆的组织重塑(Remodeling), 这种解剖结构上的实质性改变, 正是中医视之为“有形之瘀”的物质基础[16]。

更为重要的是, 血瘀一旦形成, 便会反过来加重气虚, 形成“气虚致瘀、瘀阻气伤”的恶性循环。瘀血阻滞于鼻窍脉络, 不仅直接导致鼻塞不通, 还会阻碍气机的正常升降出入与津液的输布, 使得新血无

法生成, 脏腑组织得不到濡养, 进而导致正气进一步亏虚, 抗病能力更弱。这种病理性的因果交织, 使得单纯益气如隔靴搔痒, 唯有打破这一循环方能取效。因此, 在益气活血法的指导下, 于补气药中佐以活血化瘀之品, 不仅能够改善鼻黏膜的微循环障碍, 降低毛细血管通透性, 减轻组织水肿, 还能通过“祛瘀生新”促进受损黏膜的修复与逆转组织重塑。综上所述, 血瘀是 AR 从功能性病变向器质性改变转化的关键环节, 活血化瘀是解决 AR 病程迁延、提高临床治愈率不可或缺的治疗策略。

### 3. 益气活血法的临床应用研究现状

在临床实践中, 众多学者根据益气活血理论自拟方剂治疗 AR, 取得了显著疗效。大量随机对照试验(RCT)显示, 采用益气活血法治疗的观察组在改善鼻部症状总积分(TNSS)及伴随症状方面优于单纯使用西药治疗的对照组。例如韩丽颖等运用活血祛瘀、益气通窍联合补肾疏风法治疗过敏性鼻炎, 中西医结合治疗组治疗有效率达 96% 优于单纯西药治疗对照组有效率 76% [17]。井云娇运用益气通窍散治疗小儿过敏性鼻炎优于单纯西药治疗对照组[18]。赵雪飞运用自拟益气温阳方治疗肺脾两虚型过敏性鼻炎治疗有效率为 87.5% 优于单纯西药依巴斯汀片对照组治疗[19]。柳青运用芪丹益肺颗粒治疗过敏性鼻炎优于单纯使用氯雷他定片的西药患者。方中重用黄芪大补脾肺之气, 辅以牡丹皮、川芎、赤芍等活血化瘀之品[20]。研究结果表明, 这种配伍不仅能迅速缓解患者的喷嚏、流涕症状, 更重要的是对于改善因下鼻甲肥大引起的持续性鼻塞效果尤为突出。部分回顾性研究还指出, 对于病程超过 3 年以上的患者, 单纯益气药效果往往进入瓶颈期, 而加入莪术、地龙等破血通络药物后, 能显著缩小鼻甲体积, 改善通气功能[21]。这些研究通过详实的数据证实, 益气活血法能够兼顾标本, 既通过益气提升机体免疫力, 又通过活血改善局部病理状态, 是治疗中重度、持续性 AR 的有效方案。

除了单纯口服中药汤剂外, 益气活血法的应用形式日益多样化, 其中针药结合已成为提升临床疗效的重要手段。多篇文献报道了“中药内服 + 针刺”的综合治疗模式, 针刺选穴多以迎香、印堂、合谷、足三里为主。迎香、印堂为局部取穴, 可直接疏通鼻部经络气血, 改善鼻腔通气; 足三里、合谷则为远端取穴, 能补益后天之气、增强脾胃运化功能, 从而辅助益气活血药物的全身调节作用[22]-[25]。相关临床研究对比发现, 针药并用组在降低复发率方面具有显著优势, 尤其对于儿童及青少年患者, 其疗效更为持久。这是因为针刺的物理刺激能即时改善鼻腔局部血液循环, 降低毛细血管通透性, 配合内服药物的全身免疫调节, 起到了内外同治、气血双调的作用[26]。

此外, 部分学者探索了穴位注射(如使用黄芪注射液、丹参注射液)和中药熏蒸疗法等外治手段。这些方法同样遵循益气活血的原则, 通过直接将药物作用于鼻部相关穴位或黏膜, 避免了口服药物经过消化道的代谢损耗, 提高了生物利用度。例如, 黄芪注射液足三里注射可增强机体免疫功能, 丹参注射液迎香穴注射则能直接缓解鼻黏膜充血水肿, 尤其适用于脾胃虚弱不耐受口服药的患者[27]。随访数据的统计分析显示, 接受综合疗法的患者在停药半年后的复发率明显低于单用西药组, 进一步验证了该治法在远期疗效上的稳定性。一项 RCT 指出, 皮内针联合中药治疗 AR 的总有效率显著高于单纯中药或西药组( $P < 0.05$ ), 且安全性良好[28]。这表明, 益气活血法的多元化应用不仅丰富了治疗手段, 也为 AR 的个体化治疗提供了新思路。

### 4. 总结与展望

益气活血法治疗过敏性鼻炎具有坚实的中医理论基础和丰富的临床循证依据。现有研究表明, 该法紧扣 AR “本虚标实、气虚血瘀”的核心病机, 通过益气以固表实卫、调节免疫, 活血以化瘀通络、改善微循环, 实现了标本兼治、扶正祛邪的治疗目的[29]。无论是在改善鼻塞、喷嚏等临床症状, 提高患者生活质量, 还是在降低远期复发率方面, 益气活血法均显示出优于单纯西药治疗的潜力。



然而, 审视目前的研究现状, 仍存在一些不可忽视的不足与空白点。首先, 在临床研究方面, 虽然文献数量众多, 但高质量、大样本、多中心的双盲随机对照试验相对较少, 且疗效评价标准尚不统一, 主观指标多而客观量化指标(如鼻阻力、鼻声反射等)应用不足, 这在一定程度上影响了研究结果的公认度与推广性[30]。在方药规范化方面, 现有研究多采用自拟方, 药物组成及剂量随医者经验变化较大, 缺乏标准化的协定处方, 这给药物作用机制的深入挖掘和新药开发带来了困难[31]。

基于此, 未来的研究应致力于以下几个方向的拓展: 一是开展严格设计的循证医学研究, 建立包含主客观指标的综合评价体系, 特别是加强对远期疗效和复发机制的追踪观察; 二是利用系统生物学、代谢组学等现代技术, 筛选益气活血方的核心有效成分群, 明确其药效物质基础, 推动组分中药的研发; 三是深入挖掘“气虚血瘀”的生物学内涵, 结合表观遗传学、粘膜免疫学等新理论, 探索益气活血法在逆转气道重塑、调节神经-免疫网络方面的深层机制。通过不断的科研创新, 有望进一步优化益气活血治疗方案, 为过敏性鼻炎的临床防治提供更高级别的循证依据和更有效的治疗手段。

## 参考文献

- [1] Bernstein, D.I., Schwartz, G. and Bernstein, J.A. (2016) Allergic Rhinitis: Mechanisms and Treatment. *Immunology and Allergy Clinics of North America*, **36**, 261-278. <https://doi.org/10.1016/j.iac.2015.12.004>
- [2] 张玉玲, 卢佳佳, 陈倩. 舌下粉尘螨滴剂治疗过敏性鼻炎的临床观察[J]. 临床合理用药杂志, 2022, 15(8): 148-151.
- [3] 胡思洁, 魏萍, 寇巍, 等. 变应性鼻炎患病率及危险因素 Meta 分析[J]. 临床耳鼻咽喉头颈外科杂志, 2017, 31(19): 1485-1491.
- [4] 刘大新. 浅论中医对于鼻鼽与肺脾肾的辨证关系[C]//中医耳鼻喉科学研究——世界中医药学会联合会耳鼻喉口腔科专业委员会成立大会暨第一届学术研讨会论文集汇编. 北京: 北京中医药大学, 2006: 65-67.
- [5] 朱世强. 中医对过敏性鼻炎病因病机的认识[J]. 内蒙古中医药, 2017, 36(6): 26-27.
- [6] 李萌, 魏肖云, 汪受传. 小儿过敏性鼻炎中医药辨治研究进展[J]. 浙江中医药大学学报, 2013, 37(3): 220-222.
- [7] 薛珊珊, 郑冰若, 孙忻宸, 等. 经典名方辛夷散治疗肺虚感寒型鼻鼽的临床研究[J]. 南京中医药大学学报, 2025, 41(2): 257-262.
- [8] 杜昊雨, 闫永彬, 丁樱, 等. 基于“脾为之卫”辨治儿童变应性鼻炎[J]. 中医杂志, 2025, 66(15): 1610-1613+1628.
- [9] 代子晴. 芪参通窍汤治疗儿童过敏性鼻炎(肺脾气虚证)的临床观察[D]: [硕士学位论文]. 哈尔滨: 黑龙江中医药大学, 2025.
- [10] 赵琼, 潘伟娟, 邓树文, 等. 基于“病痰饮者, 温药和之”探讨过敏性鼻炎的证治思路[J]. 山西中医药大学学报, 2023, 24(3): 335-337.
- [11] 马卉, 岳园, 郝雅妮, 等. 王书臣从肺肾论治过敏性鼻炎经验介绍[J]. 新中医, 2021, 53(20): 217-220.
- [12] 肖兴东, 尹杰, 刘永峰, 等. 贫血的中医辨证诊治[J]. 中国医药指南, 2014(6): 180-181.
- [13] 任国微, 田理. 益气活血通窍治疗变应性鼻炎的研究进展[J]. 中国中西医结合耳鼻喉科杂志, 2014(6): 478-479, 421.
- [14] 孙唯嘉, 张路, 秦玲利, 等. 基于“久病入络”理论探讨痰瘀对鼻窦炎的嗅觉障碍的影响[J]. 北京中医药大学学报, 2023, 46(8): 1100-1105.
- [15] Svensson, C., Andersson, M., Alkner, L.G.U. and Persson, C.G.A. (1995) Exudative Hyperresponsiveness of the Airway Microcirculation in Seasonal Allergic Rhinitis. *Clinical & Experimental Allergy*, **25**, 942-950. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2222.1995.tb00396.x>
- [16] Castelnovo, P., Tajana, G., Terranova, P., Digilio, E., Bignami, M. and Macchi, A. (2015) From Modeling to Remodeling of Upper Airways: Centrality of Hyaluronan (Hyaluronic Acid). *International Journal of Immunopathology and Pharmacology*, **29**, 160-167. <https://doi.org/10.1177/0394632015582316>
- [17] 韩丽莹, 于占文, 曹雅红, 等. 活血祛瘀、益气通窍联合补肾疏风法治疗过敏性鼻炎效果观察[J]. 中国现代医生, 2020, 58(27): 129-132.
- [18] 井云娇. 益气通窍散治疗肺脾气虚型儿童变应性鼻炎的临床疗效观察[D]: [硕士学位论文]. 南京: 南京中医药大学, 2025.

- 
- [19] 赵雪飞. 益气温阳方治疗肺脾两虚型过敏性鼻炎的临床效果[J]. 临床合理用药杂志, 2022, 15(2): 132-134.
- [20] 柳青. 芪丹益肺通窍颗粒治疗常年性变应性鼻炎的临床疗效观察及网络药理学研究[D]: [硕士学位论文]. 成都: 成都中医药大学, 2023.
- [21] 王宝玉, 王成祥, 徐红日, 等. 周平安教授应用验方“芪银三两三”临床经验[J]. 环球中医药, 2022, 15(9): 1589-1593.
- [22] 梁卓潼, 温智旭, 于涛. 于氏颅针健脾升阳方治疗肺气虚寒型变应性鼻炎临床研究[J]. 新中医, 2025, 57(22): 113-117.
- [23] 廖腾炬. 靳三针结合小青龙汤治疗肺气虚寒型变应性鼻炎临床观察[D]: [博士学位论文]. 广州: 广州中医药大学, 2023.
- [24] 王佳悦. 加味麻黄附子细辛汤联合揶针治疗肺气虚寒型变应性鼻炎的临床疗效观察[D]: [硕士学位论文]. 济南: 山东中医药大学, 2020.
- [25] 徐聪. 任脉隔药铺姜灸联合鼻三针治疗脾气虚弱型过敏性鼻炎的临床观察[D]: [硕士学位论文]. 济南: 山东中医药大学, 2024.
- [26] 任铁林. 鼻内针刺治疗鼻鼾的临床疗效观察[D]: [硕士学位论文]. 北京: 北京中医药大学, 2024.
- [27] 常盛. 针刺联合穴位注射治疗过敏性鼻炎的临床观察及对血清 IL-4、VCAM-1 水平的影响[J]. 中国中医药科技, 2019, 26(6): 877-878.
- [28] 倪国勇, 钮雪松, 曾瀚琳, 王平. 皮内针联合中药治疗过敏性鼻炎临床随机对照研究[J]. 中华养生保健, 2020, 38(5): 29-31.
- [29] 唐光俊. 克敏芪丹鼻喷剂“三九”防治常年性变应性鼻炎的临床疗效及机制研究[D]: [博士学位论文]. 成都: 成都中医药大学, 2021.
- [30] 张卫庆. 十味芪术通窍合剂联合鼻内镜下高选择性翼管神经阻断术治疗变应性鼻炎的临床观察[D]: [硕士学位论文]. 合肥: 安徽中医药大学, 2025.
- [31] 许根. 基于中医传承辅助平台总结儿童过敏性鼻炎用药规律[D]: [硕士学位论文]. 长春: 长春中医药大学, 2024.