

# 常见中医外治技术治疗慢性呼吸系统疾病的临床应用与研究概况

吴 姣<sup>1</sup>, 毋华会<sup>2\*</sup>

<sup>1</sup>十堰市中医医院肺病科, 湖北 十堰

<sup>2</sup>十堰市中医医院治未病中心, 湖北 十堰

收稿日期: 2026年2月6日; 录用日期: 2026年2月26日; 发布日期: 2026年3月11日

## 摘要

慢性呼吸系统疾病(Chronic Respiratory Diseases, CRDs)是一类以气道慢性炎症、通气功能障碍为主要特征的慢性疾病, 因其患病率、致残率和病死率较高, 严重影响患者生活质量。当前西医治疗以控制气道炎症、对症处理、改善通气功能为主要方法, 常用糖皮质激素、支气管扩张剂、抗生素等药物, 但长期使用易产生耐药性、胃肠道不适、免疫功能下降等不良反应, 且难以根治、复发率较高。中医外治法历史悠久, 包括针刺、艾灸、拔罐、穴位贴敷等多种非药物干预方法, 具有操作简便、副作用小、可长期干预的特点。本研究旨在系统梳理和总结常见中医外治技术在慢性阻塞性肺疾病(COPD)、支气管哮喘、慢性支气管炎等CRDs中的临床应用现状, 并探讨当前研究中存在的不足与未来发展趋势, 为此类疾病的防治提供参考。

## 关键词

中医外治, 慢性呼吸系统疾病, 临床应用, 研究进展

# Overview of Clinical Application and Research on Common External Treatment Techniques of Traditional Chinese Medicine for Chronic Respiratory Diseases

Jiao Wu<sup>1</sup>, Huahui Wu<sup>2\*</sup>

<sup>1</sup>Department of Pulmonary Diseases, Shiyan Hospital of Traditional Chinese Medicine, Shiyan Hubei

<sup>2</sup>The Preventive Medicine Center of Shiyan Hospital of Traditional Chinese Medicine, Shiyan Hubei

Received: February 6, 2026; accepted: February 26, 2026; published: March 11, 2026

\*通讯作者。

文章引用: 吴姣, 毋华会. 常见中医外治技术治疗慢性呼吸系统疾病的临床应用与研究概况[J]. 中医学, 2026, 15(3): 202-206. DOI: 10.12677/tcm.2026.153155

## Abstract

Chronic respiratory diseases (CRDs) are a group of chronic conditions primarily characterized by chronic airway inflammation and ventilation dysfunction. Due to their high prevalence, disability rate, and mortality rate, they significantly impact patients' quality of life. Current Western medical treatments primarily focus on controlling airway inflammation, managing symptoms, and improving ventilation function, commonly utilizing medications such as corticosteroids, bronchodilators, and antibiotics. However, long-term use can lead to adverse effects such as drug resistance, gastrointestinal discomfort, and decreased immune function, and these conditions are difficult to cure with a high recurrence rate. Traditional Chinese medicine (TCM) external treatment methods have a long history and include various non-pharmacological interventions such as acupuncture, moxibustion, cupping, and acupoint application. They are characterized by their simplicity, minimal side effects, and long-term intervention capabilities. This study aims to systematically review and summarize the current clinical application of common TCM external treatment techniques in CRDs such as chronic obstructive pulmonary disease (COPD), bronchial asthma, and chronic bronchitis, and to explore the deficiencies and future development trends in current research, providing a reference for the prevention and treatment of these diseases.

## Keywords

External Treatment in Traditional Chinese Medicine, Chronic Respiratory Diseases, Clinical Application, Research Progress

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

慢性呼吸系统疾病主要包括慢性阻塞性肺疾病(COPD)、支气管哮喘、慢性支气管炎等,据世界卫生组织统计,此类疾病已成为全球第三大致死原因,仅次于心脑血管疾病与恶性肿瘤。我国慢性呼吸系统疾病患病率持续攀升,国家卫生健康委数据显示,目前我国慢性阻塞性肺疾病患者近1亿,40岁以上人群每8人中就有1名患者,60岁以上人群患病率超27%,而整体患病知晓率不足1%[1]。此类疾病病程迁延反复,长期困扰中老年群体及长期接触粉尘、烟雾、有害气体的高危人群,晚期可引发呼吸衰竭、肺心病等严重并发症,不仅降低患者生活质量,更给家庭与社会带来沉重的医疗负担[2]。当前,药物治疗存在不良反应、患者依从性差等问题[3]。在此背景下,寻求安全、有效且易于接受的治疗方法成为临床中急需解决的问题。中医对慢性呼吸系统疾病的认识源远流长,将其归属于“咳嗽”、“喘证”、“肺胀”、“哮证”等范畴。中医外治法作为中医治疗体系的重要组成部分,主要包括针灸、穴位贴敷、拔罐等,因其创伤小、不良反应少、操作相对便捷,尤其适用于不愿或不能接受口服药物治疗的患者。本文对常见中医外治技术在CRDs领域的应用概况、疗效进行探讨,为此病的防治提供参考。

## 2. 慢性呼吸系统疾病的中医理论基础与外治法原理

### 2.1. CRDs的中医病名与病机认识

从中医的角度讲,CRDs属于“咳嗽”、“喘证”、“哮病”、“肺胀”等范畴。中医认为,CRDs

的发病是一个本虚标实、虚实夹杂的复杂过程。本虚为肺、脾、肾三脏功能失调, 导致卫外不固、气机升降失常。肺主气, 司呼吸, 为病变之中心脏腑; 脾为生痰之源, 脾虚则运化失司, 水湿停聚成痰; 肾为气之根, 肾虚则摄纳无权, 导致气逆作喘。标实则是疾病发作或加重的直接原因, 多由外感六淫、内生痰浊、水饮、血瘀等病理产物壅滞于肺所致[4]。

## 2.2. 中医外治法的作用原理

中医外治技术最早可追溯至《黄帝内经》中“其有邪者, 渍形以为汗”、“病在肌肤, 针石之所及也”的记载, 经过历代医家的实践与革新, 形成了穴位贴敷、艾灸、推拿、拔罐、耳穴疗法等多种治疗技术。上述方法无需口服给药, 减轻药物对脏腑的损伤[5]。经络是运行气血、联络脏腑、沟通内外、贯通上下的通路。腧穴则是脏腑经络之气输注于体表的特殊部位。通过对穴位施加物理或药物刺激, 可以起到疏通经络、扶正祛邪、调整阴阳的作用, 从而影响相应脏腑的生理功能, 达到治疗疾病的目的。

## 3. 常见中医外治技术的临床应用

### 3.1. 穴位贴敷

穴位贴敷是将中药经炮制后制成膏、散、糊、丸等剂型, 贴敷于人体特定经络穴位, 通过药物透皮吸收与穴位刺激的协同作用, 实现治疗疾病的目的。该疗法以“天人相应”理论为指导, 尤其适用于慢性疾病的季节性调理, 临床中的三伏贴、三九贴, 通过在夏季三伏天、冬季三九天贴敷, 顺应时节变化, 温阳散寒、化痰平喘、扶正固本, 借助自然界阳气的盛衰, 调节人体正气, 减少慢性呼吸系统疾病的复发。贴敷药物多以辛温走窜、温阳散寒、化痰止咳、扶正固本之品为主, 肺脾气虚证患者可增加黄芪、党参等益气健脾之品; 阳虚寒凝证可加重附子、肉桂的用量, 增强温阳散寒功效; 痰湿阻肺证可增加半夏、茯苓等化痰祛湿类药物。研究表明, 慢性阻塞性肺疾病(COPD)是穴位贴敷疗法应用最广泛的慢性呼吸系统疾病之一, 尤其适用于处在稳定恢复期患者。COPD 稳定期多表现为肺脾气虚、阳虚痰阻证, 患者常见咳嗽、咳痰、气短、乏力、畏寒怕冷等症状, 穴位贴敷可通过温阳健脾、化痰止咳、扶正固本, 改善患者临床症状与肺功能, 降低急性加重次数。临床多选用肺俞、膻中、膏肓、脾俞、肾俞、足三里等穴位, 贴合肺、脾、肾三脏调理的需求。研究表明, 穴位贴敷的安全性较好。大多数患者无明显不良反应, 或仅出现轻微的发红、瘙痒、轻微刺痛感或起泡等局部皮肤反应, 通常无需特殊处理即可自行缓解。孙培琴[6]认为, 穴位贴敷联合吐纳呼吸操治疗支气管哮喘慢性持续期中的疗效较好, 优于单一穴位贴敷治疗。李琪等[7]认为, 穴位贴敷对于痰湿阻肺型尘肺病在减轻临床发作症状, 减少发作次数上作用显著; 肺气虚型尘肺病在降低  $INF-\alpha$  上作用显著。

### 3.2. 艾灸疗法

艾灸疗法是以艾绒为主要材料, 辅以生姜、大蒜、盐等辅料, 通过燃烧产生的温热效应与药物作用, 刺激人体穴位或局部组织, 达到温经散寒、活血通络、扶正固本、止咳平喘的功效。中医认为, 艾灸的温热之气可渗透肌肤, 沿经络传导, 调节经络气血运行, 改善脏腑功能, 尤其适用于虚寒型慢性呼吸系统疾病, 可改善内伏痰浊、温补阳气、增强正气, 缓解肺失宣降所致的咳嗽、喘息、气短、畏寒等症状。常用的艾灸方式包括艾条灸、艾柱灸、温针灸、隔姜灸、隔蒜灸、隔盐灸等, 其中隔姜灸、隔蒜灸在慢性呼吸系统疾病中应用较多, 隔姜灸可增强温阳散寒、化痰止咳的效果, 适用于阳虚痰阻证; 隔蒜灸具有清热解毒、化痰平喘的功效, 适用于痰湿化热或合并感染的患者。随着中医外治法的不断发展, 电子艾灸仪等设备逐步应用于临床, 可通过红外温控系统实时监测皮肤温度, 动态调整加热强度, 避免烫伤并提升疗效稳定性; 支气管哮喘缓解期多以肺肾亏虚、阳虚寒凝为主要病机, 患者常见喘息、胸闷、咳嗽、畏

寒怕冷、腰膝酸软等症状, 艾灸可通过温补肾阳、宣肺散寒、扶正固本, 降低哮喘发作频率。在慢性阻塞性肺疾病稳定期, 艾灸可针对肺脾气虚、阳虚痰阻证, 通过健脾益气、温阳化痰, 改善患者气短、乏力、咳嗽、咳痰等症状, 增强机体抵抗力与运动耐力。慢性支气管炎患者若表现为畏寒怕冷、咳嗽痰多、痰液清稀、遇寒加重, 多为虚寒证, 艾灸可通过温肺散寒、化痰止咳, 缓解临床症状。屈艺卓等[8]认为, 艾灸“肺俞”“天枢”穴可能通过调控 M2 型巨噬细胞极化, 调节血清中促纤维化相关因子的含量, 进而改善哮喘模型大鼠的肺纤维化程度。

### 3.3. 推拿疗法

在临床中, 推拿疗法常应用于小儿慢性呼吸系统疾病的治疗, 因儿童脏腑娇嫩、敏感性较高, 因此, 选用温和、无创, 易被患儿及家长接受的推拿手法至关重要。对于小儿慢性支气管炎, 临床常采用揉肺俞、膻中、脾俞, 推三关、运内八卦、捏脊等手法, 健脾化痰、宣肺止咳, 改善患儿长期咳嗽、咳痰症状, 增强脾胃功能, 减少痰液生成, 同时调节机体免疫功能, 降低呼吸道感染的发生率。在成人慢性呼吸系统疾病中, 推拿多作为联合治疗方法, 达到缓解咳嗽、喘息、胸闷等症状的目的。对于慢性阻塞性肺疾病稳定期患者, 采用揉肺俞、按膻中、推揉足三里、搓胸胁等手法, 可疏通经络、调理肺脾功能, 改善气短、乏力、咳嗽等症状, 提高患者生活质量与运动耐力。此外, 推拿还可缓解慢性呼吸系统疾病患者因长期咳嗽、喘息导致的胸背部肌肉紧张、疼痛, 改善患者躯体舒适度, 提升治疗依从性。王凯莉等[9]认为, 小儿慢性咳嗽痰湿蕴肺证应以调肺运脾小儿推拿法进行治疗, 总有效率高达 95.12% 远高于口服西药的 75.61%。

### 3.4. 拔罐疗法

拔罐疗法是利用闪火、抽气等方式使罐内产生负压, 吸附于人体体表穴位或局部组织皮肤表面, 通过负压刺激、温热作用, 达到疏通经络、活血化瘀、祛湿化痰、宣肺止咳的功效。该疗法可通过负压吸附, 促进局部气血循环, 祛湿化痰, 缓解气道阻塞, 改善肺气的宣降功能。在临床中, 常用的拔罐方式包括留罐、走罐、闪罐、刺络拔罐等, 其中留罐适用于慢性期患者, 可增强祛湿化痰、扶正固本的效果; 走罐适用于背部经络疏通, 可广泛刺激背部膀胱经穴位, 调理脏腑功能; 闪罐刺激性较弱, 适用于体质虚弱、儿童及老年患者; 刺络拔罐在慢性呼吸系统疾病急性加重期应用较多, 可通过点刺出血后拔罐, 增强祛瘀化痰、清热平喘的效果, 适用于痰多黏稠、胸闷明显的患者。李静等[10]刺络拔罐对急慢性支气管炎有较好的临床疗效, 远优于常规治疗。

### 3.5. 耳穴疗法

耳穴疗法是基于“耳为宗脉之所聚”的中医理论, 通过刺激耳朵上与脏腑、经络对应的区域, 调节脏腑功能、疏通经络气血, 实现治疗疾病的目的。中医认为, 耳朵与人体各脏腑、经络密切相关, 是人体的“缩影”, 其中肺、气管、支气管、咽喉、膻中、神门、脾、肾等耳穴均与呼吸系统疾病密切相关, 通过按压、贴压等方式刺激耳穴, 可调节肺的宣降功能, 缓解咳嗽、喘息、胸闷等症状, 同时调节机体免疫功能, 降低疾病的复发率。常用的耳穴疗法包括耳穴贴压、耳针等, 其中耳穴贴压多采用王不留行籽、磁珠等作为贴压材料, 贴压于相应耳穴后, 以局部酸胀、麻木为度, 增强刺激效果。因操作简便、无创、副作用小、可自行贴压, 在临床应用较为广泛。对于慢性支气管炎患者, 耳穴贴压肺、气管、咽喉、脾、神门等穴位, 可宣肺化痰、健脾益气, 缓解长期咳嗽、咳痰症状, 尤其适用于老年患者及口服药物依从性差的患者。符梦楠等[11]证实, 耳穴贴压可有效提高慢性支气管炎急性期患者的临床疗效, 缓解症状, 减少住院日。

## 4. 总结

慢性呼吸系统疾病病程迁延、复发率高, 西医常规治疗虽能快速缓解症状, 但长期使用易引发不良反应, 而中医外治技术凭借无创、便捷、副作用小的优势, 成为此类疾病的最优治疗方案。综上所述, 以穴位贴敷、针灸、拔罐等为代表的中医外治技术, 作为治疗慢性呼吸系统疾病的重要方法, 已取得相应的临床进展, 显示出其独特的优势。尽管中医外治技术在该领域的应用与研究取得显著进展, 但仍存在诸多亟待解决的问题。研究设计规范性不足、缺乏多中心大样本的随机对照试验, 导致研究结果的可靠性与重复性受限; 疗效评价标准尚未统一, 不利于结果横向对比; 未来亟需设计和实施大规模、多中心、长周期的随机对照试验, 采用适当的安慰剂对照和盲法设计, 为此病的防治提供参考。现有呼吸系统疾病外治法研究存在诸多局限。操作标准化难, 因个体差异大、操作手法多样; 安慰剂效应难控制, 外治形式特殊, 盲法实施困难; 还缺乏长期随访数据, 难评估远期疗效。解决方法上, 可制定统一操作规范, 借助现代技术辅助盲法, 建立长期随访机制, 从而推动该领域研究发展。

## 参考文献

- [1] 郭婷婷, 于莹. 穴位贴敷的作用机制及在慢性呼吸道疾病中的应用[J]. 中国中医药现代远程教育, 2022, 20(11): 108-109.
- [2] 梁达豪, 黄佳园, 梁永祥. 补肺汤治疗慢性阻塞性肺疾病伴急性下呼吸道感染的临床疗效观察[J]. 现代医学与健康研究电子杂志, 2024, 8(22): 32-35.
- [3] 童林荣, 肖路生, 康美玲, 等. 慢性阻塞性肺疾病患者呼吸道感染致病菌分布及耐药性分析[J]. 中国病原生物学杂志, 2024, 19(11): 1349-1353.
- [4] 谢香婷, 严秋风. 慢性阻塞性肺疾病急性加重期并发下呼吸道感染患者病原菌分布特点及耐药情况分析[J]. 黑龙江医学, 2024, 48(18): 2236-2238.
- [5] 周元江. 不同病程慢性阻塞性肺疾病并发下呼吸道感染的病原菌分布特点与耐药情况分析[J]. 抗感染药学, 2024, 21(2): 211-214.
- [6] 孙培琴. 吐纳呼吸操联合穴位贴敷在支气管哮喘慢性持续期中的实施效果[J]. 当代医药论丛, 2025, 23(12): 149-152.
- [7] 李琪, 曹殿凤, 郑艳艳, 等. 季节因素及辨证分型对穴位贴敷辅助治疗尘肺病疗效影响的研究[J]. 职业与健康, 2024, 40(3): 325-329+336.
- [8] 屈艺卓, 周竞颖, 来奕恬, 等. 艾灸“肺俞”“天枢”穴对支气管哮喘模型大鼠肺组织巨噬细胞 M2 极化的影响[J]. 中医杂志, 2025, 66(19): 2037-2044.
- [9] 王凯莉, 章文字, 方雪婷. 调肺运脾小儿推拿法辅助治疗小儿慢性咳嗽痰湿蕴肺证 41 例临床观察[J]. 中医儿科杂志, 2025, 21(4): 78-81.
- [10] 李静, 张金相. 刺络拔罐辅助治疗急慢性支气管炎的疗效观察及护理[J]. 光明中医, 2015, 30(5): 1091-1092.
- [11] 符梦楠, 赵光强, 王彬, 等. 耳穴贴压干预慢性支气管炎急性期的疗效观察[J]. 上海针灸杂志, 2020, 39(3): 262-268.