



## 【祝君健康】

### 治未病—過敏性鼻炎的防治

過敏性鼻炎是耳鼻喉科的常見病、多發病，占全部鼻病的40%左右。可發生於任何年齡，但多見於青少年。一年四季均可隨時發病，以秋冬氣候改變時多見，或在氣候突變和異氣、異味刺激時發作。中醫治療方法頗多，有一定的效果。

過敏性鼻炎可分為常年性和花粉性兩類。通常，具有以下三種情況易患過敏性鼻炎：

一是特異性個體。通俗地說就是個體差異或過敏體質，只有這樣的人群才會患變應性疾病，並有一定的遺傳因素。

二是特異性抗原。主要是可吸入的花粉、昆蟲、塵蟎、皮毛、真菌和各種化學物質等，甚至一些食物，如蛋、牛奶、魚蝦和化妝品，也可致敏。

三是過敏體質的人與過敏原相接觸。也就是說可能患病的人接觸到可能引起患病的東西，從而發生過敏性鼻炎。

中醫是如何治療過敏性鼻炎的呢？首先，要遠離過敏原。盡可能避免接觸塵蟎、真菌、動物皮毛、羽毛、棉花絮等致敏性物質。常年性鼻炎者要改善居室環境，停養貓狗、花鳥，撤換地毯、羽毛褥墊，注意室內通風。適當的運動可以增強體質，減少發作。

過敏性鼻炎的治療以急則治標，緩則治本，或標本兼治的原則，治標以祛邪止涕通竅為主，治本以益氣補肺、健脾溫腎為主。通常分為三個證型：

一是肺氣虛弱型。表現為稍遇風寒便鼻癢打噴嚏，鼻塞流清涕。採用溫肺固表、祛風散寒法治療。常用藥物有黃芪、白術、防風、白芷、辛夷、蒼耳子、石菖蒲、細辛等。

二是肺脾氣虛型。表現為除打噴嚏流清涕外，鼻塞較嚴重，伴前額疼痛，或眉心墜痛感，嗅覺減退。採用健脾補氣、化濕通竅法治療。常用藥物有黃芪、白術、陳皮、辛夷、黨參、桂枝、白芍、細辛、五味子等。

三是腎元虧虛型。表現為鼻塞、噴嚏、流清涕。形寒怕冷，手足不溫，每感涼意就會發作。採用溫腎壯陽、補肺止涕法治療。常用藥物有熟地、桂枝、淮山、澤瀉、山萸肉、茯苓、黃芪、白術、防風辛夷等。

除了上述藥物治療外，中醫根據“冬病夏治”的原則，用三伏天灸療法，提高人體的抗病能力，也有較好的療效。

科大醫院  
劉夢光醫生  
2008.7.16