



# 鄰舍輔導會錢仲展紀念中醫診所 中醫保健資訊

2011年8月號

## 淺說鼻敏感

梁家俊中醫師

坊間常聽到食物敏感、腸胃敏感、皮膚敏感、鼻敏感等名詞，但事實我等中醫如何看法呢？這次先談談鼻敏感，日後或有機會再談其他的。

祖國醫學對此病並沒有專列病名，但其相近內容卻有詳細記載，「內經」稱之為「鼻鼈」，而「河間六書」稱之為「鼻塞」，其他文獻亦見其踪影。主要由於有敏感的潛在體質，加上體能狀況不佳，受到致敏原的侵襲，再加上呼吸道感染而成。此病多從兒童5-8歲起見到，但現今空氣與環境日差、運動量的減少及抗生素之濫用，導致1-2歲小兒也會得此病。因小兒體質柔嫩嬌弱，易受外感，一旦感染六淫疫病，即凝久難解，化而成膿。到了後期，身體日衰伴隨而來，因之曠時日久，難以告癒或有幸者發育日趨健全之時，此病得以解除，但也易於復發。其臨床表現可分為：

1. 持續性頭痛與局部疼痛及悶痛，伴以壓迫沉重感，多在低頭用力跳躍、揉涕及咳嗽時更甚。
2. 鼻塞持續在清盡積涕之後，通氣也可緩解一個短時間，但不久再阻塞起來。
3. 流涕：流大量黏液稀薄如水後，漸轉為黃厚膿性鼻涕，時為一側，時為兩側或會流灌咽部，所以，病人常主訴為多痰，更甚者偶混有血絲或腥臭之味。
4. 嗅覺障礙：障礙程度以遲鈍至完全失嗅，同時伴有頭腦脹痛，多為暫時性，病情緩解後即減。
5. 全身症狀：一般表現在記憶力日差，思想不集中，食慾不振，大便秘結，乏力無神，睡眠不足，煩躁不安，營養不良等。

這些症狀是鼻子過敏所引起的，由於鼻子有著過濾功能，空氣中的塵埃微粒常有沉積在鼻腔黏膜，如果空氣不佳：太髒、太冷、太乾等，鼻會即時以噴嚏或流涕來示警保護，因而做成日常生活中的困擾。中醫師認為此病與「肺」、「脾」和「腎」失調有關。肺關係到整個呼吸系統的運作，脾為消化營養的源頭，腎為先天之本，所以至關重要。

現在試從日常所見症狀以藥物治療，至於常用方劑和具體診治，還需由各自主治醫師處理。

1. 鼻塞流涕或為黃涕，頭暈頭痛，口苦咽乾，苔薄黃，脈平或數，証屬風邪犯肺，久鬱化熱，上炎消竅，治以散風清熱，取蒼耳子散加減常用藥物：蒼耳子、辛夷花、白芷、薄荷、藿香、連翹、梔子等。
2. 突然鼻塞、鼻癢、噴嚏頻頻，伴有鼻流清涕，苔薄白，脈細或浮細，証屬風寒乘虛犯於肺系，治以疏散風寒，取川芎茶調散加減常用藥物：川芎、荊芥、防風、羌活、薄荷、白芷、細辛、蒿本、蘇葉等。
3. 鼻塞、鼻乾、頭痛劇烈、嗅覺不靈或有鼻臭、咽喉乾痛、苔黃脈數，証屬肺經燥熱，薰灼鼻竅所致，治以解肌清熱祛風，取柴葛解肌湯加減常用藥物：柴胡、葛根、白芷、羌活、白芍、前胡、竹茹、蟬衣、路路通等。



梔子



路路通

### 推拿

1. 拇指與食、中指用力，高低往返捏鼻翼兩旁，約30次。
2. 用指側面，來回按擦迎香穴(鼻翼外緣中點，旁開0.5寸，相當鼻唇溝中)。

### 食療

1. 辛夷煮雞蛋：扶正通竅，止膿涕，祛頭痛。用辛夷花4錢入鍋，加清水2碗，煎取1碗，另雞蛋煮熟去殼，倒入藥汁煮沸同煮片刻浸透後飲湯吃蛋。
2. 黃耆粥：扶正行氣衛肺，用北耆1兩、大棗2粒、生薑2片、大米適量同煮。
3. 辛夷蘇葉：通竅收涕用辛夷花2錢、蘇葉2錢、陳皮1錢，磨製成粗末用紗布包好，以沸水沖泡代茶。

# 夏日三伏之天灸治療

楊啟琛中醫師

天灸療法是運用中醫「冬病夏治」與「治未病」的理念，順應天時而實行灸法，通常在夏季「三伏天」即夏季最炎熱的天氣，或冬季「三九天」即冬季最寒冷的天氣，對疾病進行治療，特別是對過敏性鼻炎、支氣管哮喘、慢性支氣管炎、虛人感冒等病進行治療和預防。

天灸療法有著悠久的歷史，是傳統醫學中較為獨特的外治法，有數千年歷史，一直沿用至今，近代稱為藥物穴位敷貼療法。通過藥物對穴位及患處皮膚的刺激和吸收作用，借經絡的傳導，調節人體的經絡臟腑功能，疏通經絡，行氣活血，協調陰陽，而達到防病治病，內治外效的作用。

## 天灸療法的功效

1. 溫經通絡，可用於治療寒凝血，滯寒濕閉阻，經絡痺阻引起病証，如跌打挫傷、手腳麻木痺痛、經期腹痛、胃痛、腰痛等。
2. 健脾和胃，能促進脾胃功能旺盛，祛除寒積，用於治療呃逆、泄瀉等病症。
3. 溫肺祛痰，通過藥物的作用，溫通陽氣，調和脾胃，宣肺化痰而達到降氣平喘，化痰順氣，常用於鼻敏感、哮喘、慢性支氣管炎。
4. 利尿消腫，借助藥物的溫熱刺激，促進氣機通暢，通調水道，使小便通利而達到利尿消腫的目的。可用治療浮腫、腹水、黃疸等症。

**天灸常用的中藥：**麻黃、延胡、製附子、丁香、肉桂、白芥子、吳茱萸、細辛、威靈仙、辣椒、胡椒、生薑、蒼朮、膽南星等。



延胡



膽南星



白芥子



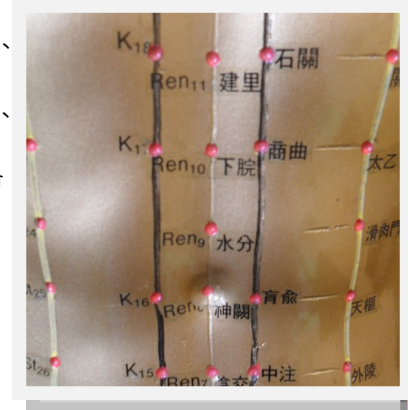
丁香



細辛

天灸常用的中藥：麻黃、製附子、丁香、肉桂、白芥子、吳茱萸、細辛、威靈仙、辣椒、胡椒、生薑、蒼朮、膽南星等。

天灸常用的穴位：百會、太陽、印堂、風池、頰車、地倉、天突、大橫、大椎、命門、腰陽關、肝俞、脾俞、腎俞、關、氣海、神關、中脘、曲池、手三里、合谷、足三里、陽陵泉、陰陵泉、三陰交、太沖、湧泉。一般會按照不同之証型及症狀，選取相關的穴位。



天灸的正常反應：皮膚發紅、灼熱、刺麻癢、疼痛、發泡，

有關反應可能持續 4-5 日。

天灸的禁忌証：對體弱、患嚴重心臟病和有藥物過敏史者，不宜使用。對眼部、乳頭、陰部、小兒肚臍、陰囊、會陰部等禁用，對臉部、近心臟部位和大血管附近的穴位要慎用。

梁家俊中醫師駐診時間

星期一、二、四、五及六

早上九時至下午一時

下午二時至晚上七時半

星期三

早上九時至下午一時

楊啟琛中醫師駐診時間

星期一

下午二時至晚上七時半

星期三、五

早上九時至下午一時

下午二時至晚上七時半



鄰舍輔導會錢仲展紀念中醫診所

電話: 2323 4404

地址: 黃大仙親仁街地下

提供中醫內科、針灸科、跌打骨傷科及推拿科診治服務，並設有傳統中藥及免煎中藥配發服務。