

# 中醫治療寒濕內困型鼻敏感

病人情況：Tina 年齡：30+ 工作：會計師

生活習慣：由於鼻敏感導致鼻道阻塞，影響呼吸流暢道，睡時更甚，鼻管盡塞，經常要張口呼吸，翌日醒來口乾口苦，由於晚間無法閉嘴呼吸，令細菌、病毒乘機從口腔而入，加上平躺時鼻水倒流，咽喉成為細菌與病毒的集結地，結果攪出個慢性咽喉發炎來。每當夜寐欠佳或不合理飲食（如：飲水不足、進食辛辣、油膩、煎炸、重厚味、甜食、奶類、酒類或香口之品）皆容易使慢性咽炎發作，扁桃腺發炎，繼而出現口乾、口氣和喉嚨不適。每日早起噴嚏、清涕連連，加上習慣性擦鼻和呷鼻，鼻甲腫脹、鼻骨歪斜（右傾）、鼻部皮膚薄弱、脫皮和血管怒張。

## 譚莉英診斷

原凶：鼻骨移位導致寒濕內困型鼻敏感

鼻骨、額骨和上頷骨連接，當中有骨縫，骨縫可儲存相當多的細菌與病毒；同時鼻裏面有鼻竇與篩竇，上有額竇，竇的意思是內有很大的空間，同時凹凸不平，意味着天外有天，除了骨縫外，竇內可藏的細菌與病毒實在數不勝數。當大批細菌、病毒集結在同一個位置生存、繁殖、排泄與死亡（屍體），便成了佔位性病變。他們霸佔的威力，實在有足夠能力把鼻骨推歪。加上鼻水長流，習慣地擦鼻與呷鼻，這便促使患者加把勁去把鼻骨推歪。

然而早起時喪打噴嚏和流清涕，這是經絡排毒的使然。由於目內眦（內眼角）是足太陽膀胱經的起點，而膀胱亦正正是集束人體毒素的集中營。鼻敏感是寒氣侵襲人體而導致的疾病，當一醒覺來（一開眼），人體陽氣最盛，便有力量將膀胱經中的毒素與寒氣排出，所以很多時鼻敏感的患者，以早上開眼時會最辛苦。

## 致病因素：

- 1.鼻骨移位：軟組織、關節、經絡、血管與神經等都慘被壓迫，故使鼻道不暢，氣血運行失調，正氣虛衰，因而發病。
- 2.寒濕侵襲：金匱要略中「濕家，病身疼發熱，面黃而喘，頭痛鼻塞而煩，其脈大，自能飲食，腹中和無病，病在頭中寒濕，故鼻塞，內藥鼻中則愈。」「夫中寒家，喜欠，其人清涕出，發熱色和者，善嚏。」

再者，由於寒濕侵襲使人體正氣虛衰，繼而出現鼻敏感，鼻敏感使鼻骨結構腫脹、移位，變得扁而闊，同時反遺令正氣更虛，寒濕困阻，外寒入侵，於是乎鼻敏感反復纏綿不癒。

以上兩條經文中已明言，濕和寒是主要病因，患者只須避免引起寒濕就多可明顯改善鼻敏感。

3.肺氣虛弱：肺氣有固攝津液的功能，肺氣強，津液便正常地留在身體內循環，肺氣弱，津液則易失固攝而流溢體外。不停地流清涕，其實也是因為肺臟的氣弱了（肺氣虛），肺開竅於鼻，津液失攝而從鼻竅流出所致，只要強化肺氣，流鼻水的症狀便能即刻解除。

4.肝腎虧損：肺開竅於鼻，如果素體本虛，而肺衛不足，陽氣不固，肺氣不宣，那麼呼吸受阻，繼而出現氣逆上衝，使鼻腔淤塞，引起鼻癢、打噴嚏和流清涕。再者，腎為先天之本，倘若腎氣虛衰，納氣和免疫功能都會減弱，所以除了補肺外，補腎也是治療過敏性鼻炎的根本。

## 處理方法：

### 1.處理鼻骨移位。

以手法輕揉推按印堂、迎香、上迎香、睛明和百會等穴，每穴 30 壓，穴位按壓至酸脹度為佳，待經絡和穴位暢通後，以手法復位將鼻骨、額骨、篩骨與上頷骨推回合理的黃金比例，不單止鼻子消腫回復高挺筆直，就連鼻敏感都一併改善或消失。

### 2.內服中藥（1 人份量）

材料：北芪 1 兩，丹參 4 錢，防風 3 錢，白芷 3 錢，川芎 3 錢，蒼朮 3 錢，黃芩 3 錢，五味子 3 錢，辛夷花 3 錢，蒼耳子 3 錢，陳皮 3 錢，法半夏 2 錢，甘草 2 錢

做法：將藥材洗淨，用 6 碗清水浸泡藥材 20 分鐘，以大火煮沸後轉小火煲至 1 碗。

功效：強肺化濕，補肝益腎，通鼻竅。

宜忌：凡表實邪盛、氣滯濕阻、食積內停、陰虛陽亢、癰腫初起或潰後熱毒尚盛者均忌服。孕婦、大病、久病和長期病患者建議服用前先諮詢合資格的註冊中醫。

服法：熱服。每天一劑，連服 7 天，以觀其效。