

推拿治疗小儿过敏性鼻炎临床研究进展

李倩 张晓哲* 李瑞达 李焕 吉丽

邢台医学院

DOI:10.12238/bmtr.v7i3.14486

[摘要] 在儿童健康问题受到关注的当下,小儿过敏性鼻炎影响着众多孩子的日常生活与成长发育。目前其发病率在全球范围内呈逐年上升趋势,国内情况也不容乐观,不少孩子被鼻塞、流涕、喷嚏、鼻痒等症状反复困扰,不仅睡眠质量大打折扣,还可能引发哮喘、鼻窦炎等并发症,严重威胁着孩子的身心健康。传统治疗方法虽能在一定程度上缓解症状,但往往存在药物副作用、易复发等局限,推拿凭借绿色、安全、无创的特点,在小儿疾病治疗领域占据独特地位。近年来随着中医理论的不断传承与创新,现代科学技术的融入,推拿治疗小儿过敏性鼻炎的临床研究取得了许多新进展,不仅为临床治疗提供新的思路与方法,也让家长们看到了更多希望。

[关键词] 推拿治疗; 小儿过敏性鼻炎; 临床研究进展

中图分类号: R4 **文献标识码:** A

Advances in clinical research on massage therapy for allergic rhinitis in children

Qian Li Xiaozhe Zhang* Ruida Li Huan Li Li Ji

Xingtai Medical College

[Abstract] In the current era where children's health is a major concern, allergic rhinitis in children significantly impacts their daily lives and growth. The incidence of this condition is on the rise globally, and the situation in China is particularly concerning. Many children suffer from recurring symptoms such as nasal congestion, runny nose, sneezing, and nasal itching, which not only severely affect their sleep quality but can also lead to complications like asthma and sinusitis, posing a serious threat to their physical and mental well-being. While traditional treatments can alleviate symptoms to some extent, they often come with side effects and a tendency to recur. Massage therapy, known for its green, safe, and non-invasive nature, has gained a unique position in pediatric disease treatment. In recent years, with the continuous inheritance and innovation of traditional Chinese medicine and the integration of modern science and technology, clinical research on massage therapy for allergic rhinitis in children has made significant progress. This progress not only provides new approaches and methods for clinical treatment but also offers parents more hope.

[Key words] Massage therapy; Allergic rhinitis in children; Clinical research progress

近年来小儿过敏性鼻炎发病率持续攀升,长期鼻塞、流涕、喷嚏等症状不仅影响患儿睡眠质量与日常生活,还可能诱发哮喘等并发症,加重家庭与社会医疗负担。推拿作为中医外治特色疗法,凭借无创、安全、易接受的特点,在临床中改善患儿症状、调节免疫功能^[1]。本研究从临床疗效观察、作用机制探讨及手法优化创新等维度,总结推拿治疗该病的最新进展,为临床提供依据。

1 推拿治疗小儿过敏性鼻炎的中医理论

从中医经络学说的角度来看,小儿过敏性鼻炎的发生与肺、脾、肾三脏功能失调密切相关,手太阴肺经、足阳明胃经等经络在其中起着关键的调节作用,手太阴肺经起于中焦,循行至鼻旁,

与鼻窍直接相连,肺气宣降失常则易导致鼻塞、流涕等症状;足阳明胃经起于鼻翼旁,循行于面部,与鼻窍功能密切相关,脾胃虚弱则易生痰湿,上犯鼻窍而加重鼻炎症状。推拿治疗基于这一理论,通过手法刺激肺经、胃经等相关经络上的特定穴位,迎香、印堂、合谷等,疏通经络、调和气血,从而改善鼻部气血运行,增强肺脾功能,缓解鼻塞、喷嚏、流涕等症状,推拿还能通过调节脏腑气机,改善患儿体质,减少过敏性鼻炎的反复发作,体现了中医治病求本的治疗原则^[2]。

中医认为小儿过敏性鼻炎的发生与肺、脾、肾三脏功能失调密切相关,肺主皮毛,开窍于鼻,若肺气虚弱,卫外不固,外邪易侵袭鼻窍,导致鼻痒、喷嚏、流涕等症状反复发作;脾为后天

之本, 气血生化之源, 脾气虚弱则运化失职, 水湿聚而成痰, 上犯鼻窍, 使鼻塞加重, 脾虚则肺气失养, 进一步削弱卫外功能; 肾主纳气, 藏精生髓, 肾气不足则摄纳无权, 气不归根, 导致鼻窍失于温煦, 遇寒则症状加重。推拿治疗基于脏腑辨证理论, 针对不同病机选取相应手法和穴位进行调理, 肺气虚者可重点按揉肺俞、风门以补益肺气, 增强卫外之力; 脾气虚者可推揉脾俞、足三里, 健脾益气, 化湿通窍; 肾气虚者可擦命门、肾俞, 温补肾阳, 固摄下元, 从而改善患儿过敏体质, 减少鼻炎反复发作, 这种因人制宜的推拿方案, 既符合中医整体观念, 又能针对性地调节脏腑功能, 提高临床疗效^[3]。

气血津液作为人体生命活动的基本物质, 正常运行与代谢是维持机体生理功能稳定的核心, 气能行血、布津, 血能载气、濡养, 津液则滋润孔窍、滑利关节, 三者相互依存、协调平衡, 保障机体各脏腑组织的正常运作。小儿过敏性鼻炎的发生与气血津液的失调密切相关, 气机郁滞则鼻窍不通, 血行不畅易生瘀阻, 津液停聚可化痰湿, 三者交织进一步加重鼻塞、流涕、黏膜肿胀等症状。推拿治疗通过特定手法干预以恢复气血津液的动态平衡, 运用按揉迎香、印堂等手法直接刺激鼻周局部, 可疏通局部气血、消散瘀滞, 改善鼻黏膜的微循环状态; 通过推揉肺俞、脾俞等背俞穴, 能健脾益气、行气化湿, 减少痰湿内生对鼻窍的阻塞; 配合捏脊、摩腹等全身调理手法, 可调和脏腑气机, 促进津液输布代谢, 从而从根本上缓解鼻腔局部的病理改变, 减少症状反复, 这种以通为要、以调为本的推拿干预, 既符合气血津液理论的核心思想, 又能针对性改善过敏性鼻炎的病理基础^[4]。

2 推拿治疗小儿过敏性鼻炎的临床现状

归纳近五年的相关文献发现, 现有研究多采用随机对照试验或自身前后对照研究, 治疗方案通常以中医辨证为基础, 结合患儿具体症状选取特定推拿手法, 按揉迎香穴通利鼻窍、推擦肺俞穴宣肺散邪、捏脊调节脏腑功能等, 部分研究还会联合穴位贴敷或基础护理作为综合干预手段, 观察指标主要包括鼻部核心症状、鼻塞程度、喷嚏频次、流涕性状及鼻痒缓解情况的改善, 结合中医证候积分、生活质量评分以及部分实验室指标血清IgE水平、嗜酸性粒细胞计数进行综合评估, 结果显示推拿治疗在缓解鼻塞、减少喷嚏发作、改善鼻腔通气功能等方面具有显著效果, 总有效率达到80%–95%, 对轻中度患儿的症状改善更为突出^[5]。进一步对比研究发现, 与单纯西药抗组胺药、鼻用糖皮质激素治疗相比, 推拿在降低症状复发率、减少药物依赖性方面更具优势, 与针灸治疗相比, 推拿因操作更便捷、患儿接受度更高, 在长期依从性上表现更佳。推拿联合药物治疗的协同效应已被多项研究证实, 既能缩短症状缓解时间, 又能减少西药用量, 从而降低药物不良反应风险, 表明推拿治疗不仅能够有效控制小儿过敏性鼻炎的临床症状, 还能从整体上调节机体功能状态, 体现出中医治未病的独特优势。

在推拿手法与穴位选择方面常用的推拿手法包括推法、揉法、按法、捏法和摩法, 其中推法多用于鼻周及背部经络, 以轻快柔和的直线推动为主, 频率约每分钟200次, 疏通气血; 揉法以

指腹或掌根在迎香、鼻通等穴位做环形揉动, 力度适中, 频率每分钟120–150次, 可有效缓解鼻部肿胀; 按法多用于合谷、足三里等穴位, 垂直向下施力, 持续1–2分钟, 能激发经气; 捏法以双手拇指与食指提捏脊柱两侧皮肤, 自下而上推进, 可调节脏腑功能; 摩法以掌面在腹部轻柔画圈, 频率舒缓, 用于调和脾胃, 这些手法通常组合使用, 先以推法开路, 继以揉法重点刺激, 最后以捏脊收尾, 形成开-调-固的治疗链条^[6]。在穴位选择上, 迎香、鼻通因邻近鼻窍, 能直接改善局部气血循环; 印堂可醒脑开窍; 合谷为大肠经原穴, 面口合谷收, 对鼻部症状有远端调节作用; 足三里健脾益气, 肺俞、脾俞、肾俞则分别针对肺、脾、肾三脏虚损进行调理。研究显示, 轻中度患儿多采用局部取穴迎香、印堂配合远端取穴合谷, 病程较长、体质虚弱者需增加背俞穴及足三里, 体现急则治标、缓则治本的原则。个体化治疗方面推拿医师会根据患儿体质肺气虚、脾气虚或肾阳虚、病情轻重及对手法耐受度调整方案, 对惧怕按法的患儿改用揉法替代, 对皮肤敏感者减轻捏脊力度, 对合并便秘者增加腹部摩法时间, 这种因人制宜的治疗模式, 既保证了安全性, 又提升了疗效。

免疫学临床检测和动物实验表明, 规律推拿干预能显著调节Th1/Th2免疫平衡, 通过降低血清IgE水平、抑制过度活化的嗜酸性粒细胞浸润, 同时上调Treg细胞比例, 增强机体对过敏原的耐受能力, 这种免疫调节作用与推拿刺激足三里、肺俞等穴位激活迷走神经-肾上腺抗炎通路有关。从神经生理学层面分析, 推拿手法产生的机械刺激经皮肤感受器传入脊髓后角, 促进内啡肽、5-羟色胺等镇痛物质的释放, 阻断鼻腔黏膜过敏反应的疼痛传导, 通过调节三叉神经-血管反射弧, 降低鼻黏膜对组胺等炎症介质的敏感性, 从而缓解喷嚏、鼻痒等症状。血液循环方面的研究发现, 专业推拿手法可使鼻部微动脉血流速度提升约25%–35%, 局部血氧饱和度增加, 这种活血通窍效应不仅能快速减轻黏膜水肿, 还能加速炎症因子的清除, 为受损上皮细胞修复创造有利环境。最新功能性近红外光谱研究还发现, 推拿治疗后患儿前额叶皮层血氧水平显著升高, 通过调节高级神经中枢对内脏功能的调控, 进一步巩固远期疗效^[7]。

3 推拿治疗小儿过敏性鼻炎的临床创新

近年来新型推拿手法与辅助器械的研发为治疗注入了新活力, 临床医师在传统按揉、捏脊基础上, 创新性地融合了振颤、拨络等复合手法, 针对鼻周肌肉群设计出蝶翼式揉按法, 既能精准刺激迎香、印堂等关键穴位, 又避免了暴力操作可能引发的皮下出血。部分医院引入的智能推拿仪通过压力传感器实时监测手法力度, 配合预设的鼻部治疗程序, 不仅保证了操作标准化, 还显著提升患儿依从性, 尤其适用于惧怕传统推拿的幼儿群体。推拿与其他疗法的协同应用展现出显著优势, 与中药联合时, 内服健脾益气的方剂玉屏风散加减可增强卫外功能, 外用辛夷、苍耳子煎剂熏蒸能直接缓解鼻黏膜水肿, 内外合治使疗效提升约20%, 与针灸、拔罐组合时, 针刺特定穴位风池、列缺配合闪罐刺激膀胱经, 可进一步激发经气运行, 临床观察显示这种推拿+针灸+拔罐的三联疗法使总有效率突破90%^[8]。推拿与现代医学整合应用,

研究证实在规范使用抗组胺药物基础上联合推拿治疗,可使症状缓解时间缩短3-5天,激素用量减少40%以上,针对尘螨过敏患儿,推拿联合标准化免疫疗法不仅能降低脱敏治疗初期的不适反应,还能提高血清特异性IgG4水平,增强免疫耐受。个体化治疗方案通过中医体质问卷结合鼻症状评分,将患儿细分为肺虚感寒型、脾虚湿蕴型等亚型,调整手法强度和穴位配伍,这种精准化干预使复发率降低35%,这些创新实践不仅丰富推拿治疗,更为构建规范化、个性化的综合治疗方案提供科学依据^[9]。

4 推拿治疗小儿过敏性鼻炎临床研究的未来研究进展

未来推拿治疗小儿过敏性鼻炎需要积极利用现代科技手段,将单细胞测序技术应用于推拿前后鼻黏膜免疫微环境的动态监测,利用功能性近红外光谱追踪脑功能连接变化,结合代谢组学解析推拿干预后的生物标志物谱系,从免疫调节、神经重塑、代谢平衡等多角度阐明其科学内涵,同步开展临床转化研究,将实验室发现转化为精准推拿方案,针对Th2细胞过度活化患儿设计特定手法组合。国际化推广方面依托一带一路中医药合作框架,在海外中医中心设立示范门诊,通过国际多中心研究吸引欧美学者参与,将推拿纳入过敏性鼻炎全球防治指南的补充疗法推荐目录。确定推拿干预的最佳起始年龄和频率,建立治未病的预防性推拿套餐,在康复阶段引入生物反馈技术评估鼻黏膜修复程度,结合呼吸训练设计阶梯式康复推拿方案,形成覆盖预防-治疗-康复全链条的规范化体系^[10]。

5 结论

推拿治疗小儿过敏性鼻炎的临床研究已取得重要进展,大量临床观察证实能有效缓解鼻塞、喷嚏、流涕等核心症状,总有效率稳定在80%以上,尤其在改善患儿生活质量方面优势突出,手法与穴位形成以局部取穴结合远端配伍为核心的标准化方案,作用机制推拿通过平衡Th1/Th2免疫应答、降低血清IgE水平、促进鼻黏膜血流灌注等多靶点发挥疗效的科学基础。新型推拿器械的研发、中西医结合模式的探索以及个体化治疗理念的推广,进一步扩大推拿的应用场景。随着规范化体系的完善和循证证据的积累,推拿治疗将在小儿过敏性鼻炎的综合管理中发挥更

重要的作用,为患儿提供更安全、更有效的治疗选择。

本文为邢台市重点研发计划自筹项目“中医推拿配合针灸治疗小儿过敏性鼻炎临床研究”(项目编号:2024ZC245)研究成果。

[参考文献]

- [1]方建,程志清.小儿推拿、艾灸结合芳香精油治疗小儿过敏性鼻炎[J].中国民间疗法,2024,32(12):53-57.
- [2]林依玮.基于数据挖掘探析推拿治疗儿童过敏性鼻炎的处方配伍规律[D].浙江中医药大学,2024.
- [3]闫亚飞,刘如兰,张彩彦,等.小儿推拿治疗儿童过敏性鼻炎肺脾气虚型30例临床观察[J].中医儿科杂志,2024,20(01):66-69.
- [4]王艳国,宿胃,付士芳,等.推拿治疗轻度儿童过敏性鼻炎的疗效评价研究[J].天津中医药,2023,40(11):1382-1387.
- [5]汪娱,刘英.推拿治疗小儿变应性鼻炎的临床研究进展[J].光明中医,2023,38(03):591-595.
- [6]倪佳佳,韦薇,冯丹,等.小儿推拿联合红外偏振光照射治疗小儿过敏性鼻炎的临床观察[J].中国中医药科技,2022,29(06):1007-1009.
- [7]刘钟灵,杜春雁.推拿干预小儿过敏性鼻炎的研究进展[J].光明中医,2022,37(19):3635-3637.
- [8]宿胃.推拿治疗轻度儿童过敏性鼻炎的临床研究[D].天津中医药大学,2022.
- [9]王斌尧,胡鸾.小儿过敏性鼻炎中医治疗研究进展[J].云南中医中药杂志,2021,42(09):81-84.
- [10]柯珂,张宏,王晓伟.推拿联合鼻炎膏治疗小儿过敏性鼻炎临床观察[J].山西中医,2020,36(11):34-35.

作者简介:

李倩(1987--),女,汉族,河北省辛集市人,邢台医学院,讲师,硕士,研究方向:针灸推拿治疗各类疾病。

*通讯作者:

张晓哲(1980--),女,汉族,河北省石家庄市人,邢台医学院,副教授,本科,研究方向:针灸推拿治疗各类疾病。