

DOI: 10.12209/CAIM202511200002

· 中西医结合临床案例 ·

1 例过敏性鼻炎患儿的中医外治护理体会

刘琳¹, 姚昕², 侯秀云³, 崔玉红², 杜娜³

(1. 北京天通新苑中医医院 护理部, 北京, 102218;

2. 北京市昌平区中西医结合医院 儿科, 北京, 102208;

3. 北京市昌平区中西医结合医院 护理部, 北京, 102208)

摘要: 本文总结 1 例过敏性鼻炎患儿的护理体会。在常规中西药内服治疗基础上, 联合运用中药膏摩、刮痧、走罐等中医外治法实施个体化中医特色护理, 以达到通鼻窍、祛风邪、补肺脾肾之效。干预后, 患儿鼻塞、咽部黏膜充血及睡眠障碍等症状迅速缓解, 免疫机能提高, 病程缩短, 实现“标本兼治”, 患儿及家属满意度显著提升。本案例体现中医外治护理技术在儿科病症管理中的协同增效作用与独特优势。

关键词: 过敏性鼻炎; 中医外治; 中药膏摩; 刮痧治疗; 走罐

Experience of Traditional Chinese Medicine External Treatment Nursing for a Child with Allergic Rhinitis

LIU Lin¹, YAO Xin², HOU Xiuyun³, CUI Yuhong², DU Na³

(1. Department of Nursing, Beijing Tiantong Xinyuan Hospital of Traditional Chinese Medicine, Beijing, 102218;

2. Pediatrics, Beijing Changping District Hospital of Integrated Traditional Chinese and Western Medicine, Beijing, 102208;

3. Department of Nursing, Beijing Changping District Hospital of Integrated Traditional Chinese and Western Medicine, Beijing, 102208)

ABSTRACT: This article summarizes the nursing experience of a child with allergic rhinitis. On the basis of conventional internal treatment with traditional Chinese and Western medicines, individualized traditional Chinese medicine external treatment methods such as Chinese herbal ointment massage, gua sha, and moving cupping were combined to achieve the effects of unblocking the nasal passages, expelling wind pathogen, and tonifying the lung, spleen, and kidney. After the intervention, the child's symptoms such as nasal congestion, pharyngeal mucosa congestion, and sleep disorders were rapidly relieved, immune function was enhanced, the course of the disease was shortened, and both the symptoms and root causes were treated. The satisfaction of the child and the family was significantly improved. This case demonstrates the synergistic effect and unique advantages of traditional Chinese medicine external treatment nursing techniques in the management of pediatric diseases.

KEY WORDS: allergic rhinitis; Traditional Chinese Medicine external treatment; Chinese herbal ointment massage; gua sha treatment; moving cupping

中医认为过敏性鼻炎属“鼻鼽”范畴, 多因肺、脾、肾三脏虚损, 或感受风寒、气候骤变等外邪诱发^[1]。儿童鼻鼽对应的西医疾病为儿童变应性鼻炎(又称过敏性鼻炎), 是由 IgE 介导的 Th2 型鼻黏膜慢性非感染性炎症。其典型症状包括鼻部瘙痒、鼻塞、频繁打喷嚏、流清鼻涕, 还可伴随眼部、

耳部及咽喉瘙痒, 严重时可引发鼻出血、分泌性中耳炎或腺样体增生等并发症^[2], 且具有春秋季节高发的季节性特征。中医护理以“预防为主、扶正祛邪、护病求本”为核心, 针对疾病本质实施干预, 是慢性病及疑难病症综合管理的重要手段^[3]。本文总结采用中医外治法改善患儿过敏性鼻炎症状的

收稿日期: 2025-11-20

OPEN ACCESS

<https://case.jcme.net.cn>

护理体会,现报告如下。

1 临床资料

1.1 一般资料

患儿男,6岁,于2025年10月14日就诊于我科门诊,主因“鼻塞、咳嗽、咳痰2 d”就诊,既往史无特殊。

1.2 体格检查

就诊当日患儿神志清楚,精神状态尚可,鼻腔黏膜苍白,可见黏涕,咽部黏膜充血,右侧扁桃体Ⅱ度肿大,咽后壁可见淋巴滤泡增生;双肺呼吸音粗,可闻及少许痰鸣音,余体格检查未见明显异常。舌红,苔黄,脉弦细。

1.3 诊断

西医诊断:变应性鼻炎(过敏性鼻炎);中医诊断:鼻鼽,风热证。辨证依据:患儿鼻腔黏膜苍白、咽部黏膜充血、扁桃体肿大,伴咳嗽咳痰、双肺呼吸音粗,结合舌红苔黄、脉弦细,符合风热内蕴、肺失宣降之证,故辨证为风热证。

1.4 治疗

西药治疗:予盐酸溴己新口服液2 mL口服,3次/d;孟鲁司特钠咀嚼片5 mg口服,1次/d,均于2025年10月14日开始使用,2025年10月17日完成第一疗程。中医药物治疗:予小儿肺热清颗粒6 g口服,3次/d;蓝芩口服液5 mL口服,3次/d,2025年10月14日开始使用,2025年10月17日疗程结束,患儿症状明显缓解,遵医嘱停药。中医外治护理:予走罐治疗1次,刮痧、中药膏摩治疗1次/d,5次为一个疗程,2025年10月14日首次治疗,2025年10月18日完成第一疗程,患儿症状完全消失,达到临床痊愈标准。

2 护理

2.1 护理评估

2.1.1 鼻部症状评估

采用鼻部症状总评分(TNSS)对患儿鼻部症状进行评估^[4],该量表包含鼻塞、流涕、鼻痒、喷嚏四大核心症状,各症状按严重程度计0~3分(0分为无症状,3分为最严重),总分为0~12分,TNSS总分越高提示鼻炎症状越重。本例患儿具体评分如下:连续喷嚏2分,每日擤鼻次数3分,鼻塞3分,鼻痒2分,总分为10分。

2.1.2 疼痛评分

采用视觉模拟评分法(Visual Analogue

Scale, VAS)评估疼痛程度,使用一条无刻度的10 cm直线,两端分别标注“0分(无痛)”和“10分(剧痛)”,分值越高提示疼痛程度越重^[5]。本例患儿咽部疼痛评分为6分,属于中度疼痛。

2.1.3 睡眠评估

采用BEARS睡眠筛查工具进行睡眠质量评估^[6],该工具包含5项核心维度,即入睡情况(Bed-time, B)、日间过度嗜睡(Excessive Daytime Sleepiness, EDS)、夜间觉醒(Night Awakening, A)、睡眠规律与时长(Regularity and Duration of Sleep, RD)、打鼾(Snoring, S)。通过询问家长患儿的睡眠情况进行筛查,若任一维度回答为“是”,则需进一步评估。本例患儿因鼻塞呼吸不畅,夜间多次觉醒且伴有打鼾,存在2项睡眠问题。

2.2 护理诊断

①低效性呼吸型态:与鼻塞导致的通气不畅有关;②急性疼痛:与咽部黏膜充血有关;③睡眠形态紊乱:与咳嗽、鼻塞引起的呼吸不畅有关;④知识缺乏:与患儿及家长对疾病相关知识认知不足有关。

2.3 护理计划

针对患儿目前症状,制定如下护理计划:①采用刮痧(1次/d)、中药膏摩(1次/d),5 d为一个疗程,以达到缓解鼻塞、改善睡眠质量的目的;②予背部膀胱经走罐1次,以减轻咳嗽咳痰症状及咽部充血引起的干燥疼痛感;③加强患儿及家属的生活护理与健康宣教,提高患儿生活质量。

2.4 护理措施

2.4.1 中医外治护理

2.4.1.1 刮痧疗法联合中药膏摩

协助患儿取仰卧位,操作者洗手后搓热双手,行头面部穴位按摩,头部取穴开天门、推坎宫、运太阳穴,按揉鼻通穴、迎香穴、风池穴及耳后高骨;耳部取穴按揉耳甲艇、耳甲腔,点按内鼻及外鼻穴。按摩手法轻柔舒缓,动作均匀,频率为120~150次/min,按揉时配合轻微旋转动作刺激穴位,用时5 min。取3 g特制介质涂抹于患儿面部及后颈刮痧部位,使用玉石刮痧板薄缘为接触面进行刮痧,重点刮拭山根穴、印堂穴、上星穴、鼻通穴、迎香穴、风池穴及大椎穴。具体操作:以山根穴、印堂穴为起始点,刮至前发际处的神庭穴、上星穴;鼻通穴、迎香穴采用角刮法,以刮痧板尖端对准穴位做小范围点压刮拭,沿迎香穴至地仓穴方向用直线刮法轻刮,每穴刮拭1 min,动作缓慢精

准;天门穴、坎宫穴、太阳穴采用直线刮法,自印堂穴刮至太阳穴,左右两侧对称操作,每侧刮拭1 min。鼻部刮痧1次/d,15 min/次。刮痧后,取清热化痰通窍中药膏剂10 g均匀涂抹于以上穴位,根据患儿耐受程度调整力度(以患儿感到酸胀但能耐受为宜),使用指摩法顺时针环形按摩5 min。刮痧疗法联合中药膏摩,1次/d,5次为一个疗程。

2.4.1.2 走罐疗法

协助患儿取俯卧位,充分暴露背部,将润肤油均匀涂抹于整个背部走罐区域,治疗取穴大椎穴、肺俞穴、风门穴,选用真空罐置于大椎穴上方,抽气至罐体适度吸附皮肤。操作者一手固定罐具,另一手扶住患儿,以轻柔、均匀的力度将罐具沿膀胱经路径缓慢上下移动(每次移动约4 cm),反复操作10次。操作中密切观察患儿表情及皮肤颜色变化,以皮肤微微泛红、出现温热感为最佳效果,避免出现深红或紫红色瘀斑。

2.4.2 健康宣教

生活起居护理:治疗结束后6 h内不宜洗澡,注意避风防寒、保暖,适度锻炼;指导患儿外出时佩戴口罩,避免接触过敏原及相关诱发环境。饮食护理:建议清淡饮食,忌食辛辣、生冷食物,宜多食用补肺益气之品;少量多次饮用温凉白开水,每次5~10 mL以保持咽部湿润;可适量增加维生素与膳食纤维摄入,提高机体抵抗力。情志护理:关心安慰患儿及家属,讲解疾病相关知识,告知鼻渊(过敏性鼻炎)治疗疗程较长,做好解释工作以解除其思想顾虑,帮助树立治疗信心。

2.5 护理评价

经过5 d治疗后,再次对患儿进行鼻部症状、疼痛及睡眠质量进行评估,详见表1。

表1 疗效评估

评估项目	治疗前	治疗1 d后	治疗5 d后
TNSS/分	10	6	0
VAS/分	6	4	0
BEARS	2项回答“是”	1项回答“是”	无

3 结果和随访

经过上述中医外治护理综合干预1次后,患儿咳嗽、鼻塞、咽痛症状明显缓解。连续治疗5次(1次/d)后,咳嗽、咳痰、咽部充血及右侧扁桃体肿大等症状基本消失,精神状态及睡眠质量改善,患儿日常生活恢复正常,家属对治疗满意度高。

4 讨论

祖国医学将过敏性鼻炎归属于“鼻鼽”范畴。部分学者认为该病的发生以脾肾亏虚、肺气虚弱为内因,外邪侵袭为诱因^[7-8]。典型症状包括鼻塞、阵发性喷嚏、鼻痒、流清涕,并可伴有眼、咽、耳等部位症状,严重时影响睡眠质量^[9]。常规过敏性鼻炎护理通过构建良好的护理环境,提供用药及饮食指导,可避免患儿接触致敏物质,减轻鼻腔刺激,进而缓解鼻塞、流涕等症状,但护理过程中对患儿遵医嘱依从性关注不足,在病情控制方面存在局限性^[10-11]。患儿长期鼻塞且为常年性过敏性鼻炎,可增加口腔呼吸频率,导致无法调节吸入气体温度,刺激呼吸道黏膜,加重病情并影响预后^[12]。

中医外治护理的核心思路是辨证施护、整体观念。刮痧可疏通经络、祛邪外出、调节阴阳平衡,同时通过刮擦皮肤解表发汗,促进浊毒排出,发挥疏风解表、清热解毒的功效。“肺开窍于鼻”,迎香穴(鼻翼外缘中点旁,鼻唇沟中)为手阳明大肠经与足阳明胃经的交会穴,大肠与肺相表里(五行同属金),胃属土,故该穴既能通过培土生金、养肺固涕以治本,又能宣通鼻窍、止痒止涕以治标;鼻通穴(经外奇穴)可醒脑开窍、清热散风,达到宣发肺气、固护卫表之效;风池穴为“祛风要穴”,大椎穴为“诸阳之会”,两穴合用可形成强大的防风屏障,缓解鼻塞、流涕症状。开天门、推坎宫、运太阳、揉耳后高骨为“头部四大手法”,能开窍醒脑、安神助眠,发挥镇静安神作用。膏摩疗法最早见于《金匱要略》,历史悠久且用途广泛^[13];先通过刮痧使局部毛细血管扩张,再行膏摩可显著促进药物成分吸收,增强疗效,事半功倍。走罐疗法作用于背部督脉及足太阳膀胱经,加强对肺俞、大椎、风门等穴位的刺激,能宣肺化痰、清热利气,缓解咽痛、咳嗽症状。诸穴协同配合,共奏疏风通窍、宣肺固表之效。中医护理的整体观念和辨证施护理念,与“为人民群众提供全方位全周期健康服务”的目标完全契合^[14]。

本例通过刮痧、中药膏摩、走罐疗法联合干预,可缓解患儿症状、改善免疫系统功能、提高机体机能,最终达到培元固本、增强抗邪能力、预防病情复发的目的。临床实践中,不仅需关注当下疾病的处置,更应重视患儿长远健康状态,从根本上巩固疗效,实现标本兼治、防治结合。但本文仅

为单病例报告,存在一定局限性,未来可开展多中心、大样本临床研究,以进一步验证其科学性与可靠性。

患者知情同意:病例报告公开得到患者或家属的知情同意。

利益冲突声明:作者声明本文无利益冲突。

参考文献

- [1] 林震溪, 陈志耿, 高嘉骏. 鼻鼾从五脏论治发微[J]. 中医药通报, 2019, 18(5): 28-30, 60.
LIN Z X, CHEN Z G, GAO J J. A study on the treatment of nasal Qiu from the five Zang organs[J]. Tradit Chin Med J, 2019, 18(5): 28-30, 60. (in Chinese)
- [2] 中华耳鼻咽喉头颈外科杂志编辑委员会鼻科组, 中华医学会耳鼻咽喉头颈外科学分会鼻科学组、小儿学组. 儿童变应性鼻炎诊断和治疗指南(2022年, 修订版)[J]. 中华耳鼻咽喉头颈外科杂志, 2022, 57(4): 392-404.
Editorial Committee of Chinese Journal of Otorhinolaryngology Head and Neck Surgery, Group Rhinology, Otorhinolaryngology Head and Neck Surgery Branch of Chinese Medical Association, Group Pediatric. Guideline for diagnosis and treatment of pediatric allergic rhinitis (2022, revision)[J]. Chin J Otorhinolaryngol Head Neck Surg, 2022, 57(4): 392-404. (in Chinese)
- [3] 陈秀香, 邹泰基, 张书山, 等. 过敏性鼻炎中西医结合诊疗综述[J]. 中国医药导刊, 2019, 21(3): 148-151.
CHEN X X, ZOU T J, ZHANG S S, et al. Review on the diagnosis and treatment of allergic rhinitis by integrating traditional Chinese and western medicine[J]. Chin J Med Guide, 2019, 21(3): 148-151. (in Chinese)
- [4] 孟娟, 徐睿, 叶菁, 等. 变应性鼻炎的分类和诊断专家共识(2022, 成都)[J]. 中国眼耳鼻喉科杂志, 2022, 22(3): 215-224.
MENG J, XU R, YE J, et al. Expert consensus on classification and diagnosis of allergic rhinitis (2022, Chengdu)[J]. Chin J Ophthalmol Otorhinolaryngol, 2022, 22(3): 215-224. (in Chinese)
- [5] 戴明, 陈静, 陈碧松, 等. 温和灸联合运动训练治疗膝骨关节炎临床研究[J]. 上海针灸杂志, 2022, 41(2): 154-159.
DAI M, CHEN J, CHEN B S, et al. Clinical study of mild moxibustion combined with sports training for knee osteoarthritis [J]. Shanghai J Acupunct Moxibustion, 2022, 41(2): 154-159. (in Chinese)
- [6] 中国医师协会睡眠专业委员会儿童睡眠学组, 中华医学会儿科学分会儿童保健学组, 中国医师协会儿童健康专业委员会, 等. 中国6岁以下儿童就寝问题和夜醒治疗指南(2023)[J]. 中华儿科杂志, 2023, 61(5): 388-397.
The Children's Sleep Group of the Sleep Professional Committee of the Chinese Medical Doctor Association, the Children's Health Care Group of the Pediatrics Branch of the Chinese Medical Association, the Children's Health Professional Committee of the Chinese Medical Doctor Association, et al. Chinese guideline for the treatment of bedtime problems and night wakings in children under 6 years of age (2023) [J]. Chin J Pediatr, 2023, 61(5): 388-397. (in Chinese)
- [7] 信莉, 杨翼, 陈慧. 皮内针联合布地奈德鼻腔冲洗治疗成人过敏性鼻炎的疗效及对血清嗜酸性粒细胞的影响[J]. 世界中西医结合杂志, 2022, 17(4): 761-764.
XIN L, YANG Y, CHEN H. Clinical efficacy of intradermal needle combined with budesonide nasal irrigation in treatment of allergic rhinitis in adults and its effect on serum eosinophils [J]. World J Integr Tradit West Med, 2022, 17(4): 761-764. (in Chinese)
- [8] 郑晓骏, 陈旭青, 蒋中秋. 中西医结合治疗过敏性鼻炎的临床研究进展[J]. 医学综述, 2022, 28(10): 1983-1987.
ZHENG X J, CHEN X Q, JIANG Z Q. Clinical research progress of combination of traditional Chinese and western medicine in treatment of allergic rhinitis [J]. Med Recapitul, 2022, 28(10): 1983-1987. (in Chinese)
- [9] 陶睿, 黄应鹏, 姜嫄嫄, 等. 高忠英应用柴五苍耳子散治疗过敏性鼻炎经验[J]. 实用中医药杂志, 2025, 41(4): 874-876.
TAO R, HUANG Y P, JIANG Y Y, et al. Gao zhongying's application of Chaiwu Cangerzi Powder in allergic rhinitis [J]. J Pract Tradit Chin Med, 2025, 41(4): 874-876. (in Chinese)
- [10] 嵇华夏, 周勤, 孙书明. 哮喘-慢性阻塞性肺疾病重叠的临床研究和诊断标准进展[J]. 中国呼吸与危重监护杂志, 2017, 16(4): 407-413.
JI H X, ZHOU Q, SUN S M. Progress in clinical research and diagnostic criteria of asthma-chronic obstructive pulmonary disease overlap [J]. Chin J

- Respir Crit Care Med, 2017, 16(4): 407-413. (in Chinese)
- [11] DEY S, LU W Y, WEBER H C, et al. Differential airway remodeling changes were observed in patients with asthma COPD overlap compared to patients with asthma and COPD alone [J]. Am J Physiol Lung Cell Mol Physiol, 2022, 323(4): L473-L483.
- [12] 皇惠杰, 侯晓玲, 任亦欣, 等. 儿童支气管哮喘和过敏性鼻炎稳定控制的相关因素研究[J]. 中华全科医师杂志, 2022, 21(7): 668-674.
- HUANG H J, HOU X L, REN Y X, et al. Factors related to the control and stability of asthma and allergic rhinitis in children[J]. Chin J Gen Pract, 2022, 21(7): 668-674. (in Chinese)
- [13] 费鹏飞. 温阳行气通腑方腹部膏摩治疗肿瘤 OIC 患者阳虚秘的临床研究[D]. 北京: 北京中医药大学, 2019.
- [14] 唐玲. 传承创新发展, 全面提升中医护理能力: 北京市中医护理能力提升工程专栏导语[J]. 中西医结合护理, 2021(3): 1-3.
- TANG L. Inheritance and innovation to comprehensively improve the Traditional Chinese Medicine nursing competence: an introduction[J]. Chin J Integr Nurs, 2021(3): 1-3. (in Chinese)

声明: 此案例经过本平台同行评议, 全文开放获取, 采用知识共享(CC BY 4.0)许可协议, 作者可在其他媒体再次发表。