

DOI: 10.12209/CAIM202406280001

· 中西医结合临床案例 ·

鼻部刮痧联合耳穴贴压治疗 1 例 儿童变应性鼻炎的护理

肖红¹, 王翠婷², 王采², 王潇²

(1. 北京市昌平区中西医结合医院 儿科, 北京, 102208;

2. 北京中医药大学东方医院 儿科, 北京, 100078)

摘要: 本文总结 1 例鼻部刮痧联合耳穴贴压应用于变应性鼻炎患儿的护理经验。基于中医辨证施护理论, 有针对性的实施鼻部穴位按摩、刮痧和耳穴贴压, 配合饮食指导及健康宣教, 有效地改善了患儿症状, 提高了患儿的舒适度。

关键词: 变应性鼻炎; 刮痧; 耳穴贴压; 中医护理

Nursing care of a child with allergic rhinitis treated with nasal scraping combined with ear acupressure

XIAO Hong¹, WANG Cuiting², WANG Cai², WANG Xiao²(1. Department of Pediatrics, Changping District Hospital of Traditional Chinese and
Western Medicine, Beijing, 102208;2. Department of Pediatrics, Dongfang Hospital Beijing University of
Traditional Chinese Medicine, Beijing, 100078)

ABSTRACT: This article summarizes the nursing experience of a case of nasal scraping combined with ear acupressure applied to a child with allergic rhinitis. Based on the theory of traditional Chinese medicine syndrome differentiation and care, targeted nasal acupoint massage, scraping therapy, and ear point application were implemented, combined with dietary guidance and health education, effectively improving the symptoms of the child and enhancing their comfort level.

KEY WORDS: allergic rhinitis; scraping therapy; ear acupressure; Traditional Chinese Medicine nursing

变应性鼻炎(allergic rhinitis, AR), 又称过敏性鼻炎, 是易感个体接触致敏原后, 主要由免疫球蛋白 E(IgE) 介导, 机体的免疫活性细胞和细胞因子等参与的, 以发作性喷嚏、流涕和鼻塞为主要症状的鼻黏膜慢性炎症性疾病^[1]。据统计, 全球 AR 的患病率为 10~25%, 且随着环境污染的加剧逐年上升。我国儿童 AR 的患病率为 10%^[2]。患儿常因无法集中注意力, 导致学习成绩下降, 更甚者影响颌面部正常生长发育。因此, AR 成为全球关注的健康问题。中医将 AR 称之为“鼻鼽”, 认为此病多由脏腑虚损、卫表不固、风寒异气乘虚而入犯及鼻窍, 邪正相搏, 使肺气不得通调, 津液停聚, 鼻窍壅塞所致^[3]。目前临床针对 AR 的治疗, 主要包括避免接触过敏原、适当的使用抗组胺药物和

糖皮质激素以及口服中药汤剂和中医外治法^[4]。本案例采用鼻部刮痧联合耳穴贴压的方法有效地改善患儿鼻部症状, 解除本病对患儿和家长的困扰, 现将护理体会报告如下。

1 病历资料

1.1 一般情况

患儿女, 4 岁 7 个月, 3 d 前出现鼻痒、鼻塞、流清涕症状, 未与特殊处理; 1 d 前鼻塞症状加重, 影响睡眠, 为求治疗于 2024 年 6 月 3 日至门诊就诊。

1.2 查体

患儿神清, 面色欠荣润, 营养良好, 发育正常; 鼻塞, 流清涕, 鼻痒, 打喷嚏; 晨起偶咳有痰, 张口呼吸, 口干烦热, 纳呆; 小便偏黄, 大便调; 睡眠不

安,入睡打鼾。既往有腺样体肥大病史,粉尘过敏,否认其他食物药物过敏史。专科检查:鼻腔可见水样分泌物,鼻黏膜色红,下鼻甲肿大,咽红,双侧扁桃体未肿大,听诊心肺未见异常。舌质红,苔白,脉数。

1.3 诊断及治疗

中医诊断:鼻鼽,肺经伏热证;西医诊断:变应性鼻炎。中医以宣清肺气,通利鼻窍为治疗原则,予鼻部刮痧治疗,1次/d;耳穴贴压治疗,1次/2~3 d,5 d为1个疗程。第1疗程治疗结束后,患儿鼻塞、流涕及咳嗽等症状明显缓解;第2疗程后,患儿症状消失,家长结束治疗。

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^[5],0分为无症状,3分为最严重,四大症状

总分为0~12分,详见表1。本例患儿总得分为10分,1次连续打喷嚏的个数得分为2分,每日擤鼻次数得分为3分,鼻塞得分3分,鼻痒得分2分。

2.1.2 咳嗽评估

使用咳嗽程度评分表(Cough Evaluation Test, CET)进行咳嗽评估^[6]。采用Likert 五分量表法,每个条目为1~5分,量表总分为5~25分,得分越高,表明咳嗽越严重。患儿总得分9分。

2.1.3 睡眠质量评估

使用BEARS睡眠筛查工具(BEARS Sleep Screening Tool)进行睡眠质量评估^[7],根据入睡情况(Bedtime)、日间过度嗜睡(Excessive daytime sleepiness)、夜间觉醒(night Awakening)、睡眠习惯和时间(Regularity and duration of sleep)及打鼾(Snoring)五个方面询问家长患儿的睡眠情况。如果得到“是”的回答,则引起注意,需要进一步询问。患儿入睡时间>20 min,平均夜间觉醒2次,整夜打鼾,存在3项睡眠问题。

表1 鼻部症状总评分

评分标准	喷嚏/个	流涕/次	鼻塞	鼻痒
0分	无	无	无	无
1分	3~5	≤4	有意识吸气时感觉鼻塞	间断鼻痒
2分	6~10	5~9	间歇性交替性鼻塞	蚁行感,但可忍受
3分	≥11	≥10	几乎全天张口呼吸	蚁行感,难以忍受

注:喷嚏指1次连续打喷嚏的个数;流涕指每日擤鼻次数

2.2 护理诊断

①清理呼吸道无效与呼吸道过敏有关;②睡眠型态紊乱与分泌物过多有关;③有皮肤完整性受损的危险,与分泌物过多频繁擦拭有关。

2.3 护理计划

①中医特色治疗:予鼻部刮痧治疗,1次/d,耳穴贴压治疗,1次/2~3 d,5 d为1个疗程,持续2个疗程的治疗。治疗1疗程后鼻塞、流涕症状缓解,无咳嗽,2个疗程后症状消失。②健康宣教:针对患儿生活起居护理,饮食护理、气道护理及皮肤护理进行重点宣教,5 d内家长掌握家庭护理要点。

2.4 护理措施

2.4.1 中医特色护理

2.4.1.1 鼻部刮痧

遵医嘱予患儿鼻部刮痧治疗。首先按摩鼻部周围主要穴位,患儿仰卧位,洗手后搓热双手,使用维生素E乳等介质涂抹于患儿面部以润滑。头部取穴开天门,推坎宫,运太阳穴,按揉鼻通穴、迎香穴,按揉神庭、上星穴、百会穴,按揉风池穴;搓

宝瓶,双手拇指指腹着力由印堂至迎香单向搓揉。耳部取穴按揉大、小周天,点按内外鼻,按揉心肺反射区。按摩手法轻柔舒缓,以患儿耐受为宜,用时5 min。使用玉石刮痧板以散结的手法刮痧,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。以山根穴、印堂穴为起始点,刮至前发际处的神庭、上星穴;用角刮法刮拭鼻通穴、迎香穴;辅以直线刮天门穴、坎宫穴、运太阳穴。鼻部刮痧1次/d,15 min/次,5 d为1个疗程,持续2个疗程的治疗。

2.4.1.2 耳穴贴压

患儿取坐位,术者以75%酒精进行耳部皮肤消毒,一手固定患儿耳廓,一手持探测棒在取穴处寻找阳性点。主穴取内鼻、肺、气管、支气管、肾上腺、风溪、内分泌及耳尖,配穴取大肠、耳迷根、交感、神门及皮质下。取王不留行籽胶布贴对准穴位阳性点贴紧并稍加压力,患儿局部有酸麻胀痛或发热感即可。告知患儿家属每日双耳按压3~5次,每次每穴30 s,每次贴压后保持3 d。耳穴贴

压治疗 1 次/3 d, 每次单耳贴压, 双耳交替使用, 2 次治疗之间间隔 1 d, 直至症状消失。

2.4.2 常规护理

①生活起居护理: 日常生活中避免接触过敏原; 外出时佩戴口罩, 及时增减衣物; 卧室定时通风, 2 次/d, 30 min/次; 适当运动, 增强体质; 避免挖鼻孔、揪鼻毛、用力擤鼻涕等不良习惯。②饮食护理: 饮食清淡易消化, 多食清润肺气、健脾和胃的食物, 如莲藕、荸荠、银耳、莲子、山楂、淮山及秋葵等。避免生冷寒凉、肥甘厚腻、辛辣刺激的食物, 少食甜食。③气道护理: 使用生理盐水或海盐水冲洗鼻腔, 2 次/d, 清除鼻涕, 缓解鼻塞。④皮肤护理: 使用柔软的纸巾、湿巾擦拭鼻涕, 动作轻柔, 避

免过度用力; 使用维生素 E 乳等润肤乳涂抹于鼻部, 以保湿润肤。

2.5 护理评价

第 1 次治疗结束后, 家长反馈患儿当晚睡眠好转明显, 未张口呼吸, 未夜醒, 偶尔打鼾, 咳嗽症状减轻。经过 1 个疗程的治疗, 患儿鼻塞、流涕、打喷嚏症状明显好转, 未出现张口呼吸、打鼾、鼻痒、咳嗽的情况, 鼻腔分泌物明显减少, 鼻黏膜转为正常, 下鼻甲不肿, 咽不红, 双侧扁桃体未肿大, 听诊心肺未见异常。经过 2 个疗程规范的治疗后, 患儿精神状态明显好转, 流涕、鼻塞、咳嗽症状消失, 偶有喷嚏, 二便正常, 饮食可, 眠安, 舌淡红, 薄苔, 详见表 2。

表 2 疗效评估

评估项目	治疗前	治疗 1 疗程后	治疗 2 疗程后	评定标准
TNSS/分	10	5	0	无鼻部症状
CET/分	9	5	5	无咳嗽
BEARS	3 项回答“是”	1 项回答“是”	无	睡眠质量好

3 结果和随访

本案例通过鼻部刮痧和耳穴贴压的干预后, 有效地控制患儿打喷嚏、鼻塞及流涕的症状, 改善患儿的睡眠。教会家长和患儿迎香穴、鼻通穴的位置以及按揉方法。治疗结束一周后, 予电话随访, 家属诉患儿鼻塞、咳嗽症状消失, 眠安。中医特色护理有效改善患儿的临床症状, 提高患儿的生活质量, 缓解家长的焦虑情绪。

4 讨论

小儿生理特点为“肺常不足, 脾常不足, 肾常虚”, AR 的发病与肺脾肾三脏虚损紧密相关^[8]。《灵枢·本神篇》认为“肺气虚则鼻塞不利”, 脾气虚弱, 生化不足, 肺气亦虚, 则鼻窍失养, 外邪或异气从口鼻侵袭, 停聚鼻窍而发为鼻鼽。而肺气之根在于肾, 肾虚则摄纳无权, 气不归元, 风邪得以内侵。此外, 肺经素有郁热, 肃降失职, 邪热上犯鼻窍, 亦可发为鼽^[9]。

本案患儿为肺经伏热型变应性鼻炎, 其治疗应以宣清肺气, 通利鼻窍为主要原则^[10]。通过轻柔的按摩, 激活穴位、调动气血流通, 同时消除患儿对治疗的恐惧心理, 易于患儿接受。按摩实现“以指代针”, 通过刺激局部皮肤, 舒缓肌肉, 加快该部位的血液循环, 带来营养物质及带走代谢产物, 使该部位病灶消除^[11]。刮痧是一种中医传

统疗法, 具有活血化瘀、清热解毒的功效。玉石特制的刮痧板质地温润光滑, 而且玉有润心肺、养五脏、柔盘强骨、利血脉的作用, 适合用于鼻部刮痧。通过刮拭体表经络腧穴打开腠理、疏通经络, 起到润肤生肌、镇静安神、辟邪散浊的作用。刮痧刺激力度大, 在刺激腧穴经络的同时, 也能促进局部血液循环, 加速炎症的吸收和消散^[12-13]。王采等研究表明采用局部刮痧治疗鼻鼽, 效果显著^[14]。

天门穴为督脉之经穴, 与任脉相通, 络一身之阴, 为天人合一之门, 取其天人相应之意, 有开经穴之功效^[15]。《小儿推拿广意》中认为推坎宫具有调理脏腑阴阳, 疏风散寒, 通利鼻窍之功效。上星穴、山根穴、印堂穴位于督脉循行之线上, 具有疏通气血、宣通鼻窍的作用。鼻通穴为经外奇穴, 具有宣鼻通窍, 调和阴阳气血之功效。迎香穴归属手阳明大肠经, 具有散风清热、通利鼻窍之功效。风池穴归属足少阳胆经, 既可驱外风清利头目, 又能消内风平肝抑胆。通过刺激上述穴位, 可疏通患儿鼻部经络, 调动气血运行, 改善其鼻塞流涕的症状。《灵枢·口问篇》曰: “耳者宗脉之所聚也”。十二经脉直接或间接上达于耳, 全身各大脉络汇聚于耳, 通过对耳穴的刺激可以达到诊断和治疗疾病的目的^[16]。耳穴贴压技术是在中医全息理论的基础上结合现代医学解剖, 以辨证施治的观点选取脏腑相应的耳部反射区穴位进行贴压, 达到脱敏止痒、调和脏腑的目的^[17], 解决患儿过敏引起

的症状,使机体得到整体的调理。内鼻是病灶所在,刺激内鼻可以促进炎症消退,提高抵抗外邪的能力。耳尖、风溪、肾上腺及内分泌具有抗炎、抗过敏的作用,刺激这些穴位可增强机体免疫力。耳迷根为治疗变应性鼻炎的经验穴。肺、气管具有益气固表,宣肺通窍,止咳平喘的作用。肺与大肠相表里,刺激大肠可降气止咳。神门、皮质下具有镇静消炎止痛的作用,交感可缓解气管平滑肌痉挛^[18-19]。通过中医辨证论治,使机体对过敏原的反应降低,纠正患者过敏体质,消除本病反复发作的病因,从而达到治疗疾病的目的。

综上所述,鼻部刮痧和耳穴贴压在儿童变应性鼻炎的治疗中具有独特的优势,这两种中医外治法联合使用方便简单、易于推广,且毒副作用小,绿色安全。但个案分析样本量较小,存在局限性,在今后的研究中可进一步扩大样本量,提高研究的可靠性和有效性。

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] 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.
Chinese Journal of Otolaryngology Head and Neck Surgery Editorial Committee Nasal Department Group, Chinese Medical Association Otolaryngology Head and Neck Surgery Branch Nasal Science group, 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)
- [2] 李雪萍, 郝亚薇, 吴旭丽. 儿童过敏性鼻炎的中医非药物治疗[J]. 青春期健康, 2023, 21(16): 36-37.
LI X P, (CHI/XI) Y W, WU X L. Non-drug treatment of allergic rhinitis in children with traditional Chinese medicine [J]. Adolesc Health, 2023, 21(16): 36-37. (in Chinese)
- [3] 宣海娟, 张真真, 宋姗姗. 儿童过敏性鼻炎的危险因素及治疗方法研究进展[J]. 健康之家, 2024(2): 101-103.
XUAN H J, ZHANG Z Z, SONG S S. Research progress on risk factors and treatment of allergic rhinitis in children [J]. Health Home, 2024(2): 101-103. (in Chinese)
- [4] 王军. 中医外治法治疗变应性鼻炎的近况[J]. 甘肃中医, 2010, 23(9): 76-78.
WANG J. Recent progress on the external therapies of TCM in the treatment of allergic rhinitis [J]. Gansu J Tradit Chin Med, 2010, 23(9): 76-78. (in Chinese)
- [5] 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)
- [6] 中华医学会儿科学分会临床药理学组, 国家儿童健康与疾病临床医学研究中心, 中华医学会儿科学分会呼吸学组, 等. 中国儿童咳嗽诊断与治疗临床实践指南(2023 基层版)[J]. 中华儿科杂志, 2024, 62(4): 292-302.
Clinical Pharmacology Group, Pediatrics Society of Chinese Medical Association, National Clinical Medical Research Center for Child Health and Disease, Group Respiratory, Pediatrics Society of Chinese Medical Association, et al. Clinical practice guidelines for the diagnosis and management of children with cough in China (version 2023 for primary care) [J]. Chin J Pediatr, 2024, 62(4): 292-302. (in Chinese)
- [7] 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.
Children's Sleep Group of Sleep Professional Committee of Chinese Medical Doctor Association, Children's Health Group of Pediatrics Branch of Chinese Medical Association, and Children's Health Professional Committee of 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)
- [8] 张圆, 刘园, 任勤, 等. 儿童变应性鼻炎中医治疗进展[J]. 天津中医药大学学报, 2022, 41(1): 131-136.
ZHANG Y, LIU Y, REN Q, et al. Progress in tradi-

- tional Chinese medicine treatment to allergic rhinitis in children [J]. *J Tianjin Univ Tradit Chin Med*, 2022, 41(1): 131–136. (in Chinese)
- [9] 崔光娜. 小儿推拿联合耳穴埋豆、揸针疗法治疗小儿过敏性鼻炎的个案护理[DB/OL]. 中西医结合临床案例库, 2023. DOI: 10.12209/CAIM202310130005.
- CUI G N. Case report on pediatric allergic rhinitis treated with pediatric massage combined with ear acupoint embedding and pressing needle therapy [DB/OL]. *Clinical Archives of Integrative Medicine*, 2023. DOI: 10.12209/CAIM202310130005. (in Chinese)
- [10] 王帅, 高冬华, 唐玲. 1例肺经伏热型变应性鼻炎患者的护理体会[DB/OL]. 中西医结合临床案例库, 2023. DOI: 10.12209/CAIM202307180004.
- WANG S, GAO D H, TANG L. Nursing of a patient with allergic rhinitis of latent heat in lung meridian syndrome[DB/OL]. *Clinical Archives of Integrative Medicine*, 2023. DOI: 10.12209/CAIM202307180004. (in Chinese)
- [11] 陈冬青, 刘丹丹. 儿童过敏性鼻炎中药联合穴位按摩治疗效果观察[J]. *大健康*, 2022(9): 95–97.
- CHEN D Q, LIU D D. Effect of Chinese medicine combined with acupressure on allergic rhinitis in children [J]. *Great Health*, 2022(9): 95–97. (in Chinese)
- [12] 郑涵尹, 刘建材, 李传芬, 等. 刮痧疗法临床研究现状与展望[J]. *光明中医*, 2024, 39(6): 1225–1228.
- ZHENG H Y, LIU J C, LI C F, et al. Clinical research status and prospect of scrapping therapy [J]. *Guangming J Chin Med*, 2024, 39(6): 1225–1228. (in Chinese)
- [13] 李静, 杨静, 赵婷, 等. 杨继军面部十线刮痧法治疗头面疾病的应用[J]. *河北中医药学报*, 2024, 39(1): 31–34.
- LI J, YANG J, ZHAO T, et al. Application of professor Yang jijun's facial ten-line scraping method in treatment of head and face diseases [J]. *J Hebei Tradit Chin Med Pharmacol*, 2024, 39(1): 31–34. (in Chinese)
- [14] 王采, 常明思. 局部通窍刮痧技术治疗1例肺脾气虚型变应性鼻炎患儿的护理体会[J]. *中西医结合护理*, 2022, 8(6): 5.
- WANG C, CHANG M S. Nursing experience of local resuscitate Gua Sha technique in treatment of allergic rhinitis with lung–qi deficiency [J]. *Combine traditional Chinese and western medicine nursing*, 2022, 8(6): 5. (in Chinese)
- [15] 严蕴华, 廖彩凤. 推拿辅助治疗儿童过敏性鼻炎临床观察[J]. *光明中医*, 2023, 38(17): 3414–3416.
- YAN Y H, LIAO C F. Massage-assisted therapy in the treatment of allergic rhinitis in children [J]. *Guangming J Chin Med*, 2023, 38(17): 3414–3416. (in Chinese)
- [16] 钟业敏, 肖茜, 伍先飞. 耳穴压豆联合苍耳子炒麻油滴鼻治疗儿童过敏性鼻炎临床观察[J]. *光明中医*, 2024, 39(9): 1771–1774.
- ZHONG Y M, XIAO Q, WU X F. Auricular point pressing bean therapy combined with cocklebur seed frying sesame oil nasal drops in the treatment of allergic rhinitis in children [J]. *Guangming J Chin Med*, 2024, 39(9): 1771–1774. (in Chinese)
- [17] 何佳薇, 刘瑶, 罗永丽, 等. 耳穴疗法的研究进展[J]. *中国疗养医学*, 2023, 32(12): 1317–1320.
- HE J W, LIU Y, LUO Y L, et al. Research progress in auricular acupoint therapy [J]. *Chin J Conval Med*, 2023, 32(12): 1317–1320. (in Chinese)
- [18] 胡鸾, 赵志勇, 张吉, 等. 鼻部按摩配合耳穴贴压干预儿童过敏性鼻炎的临床观察[J]. *云南中医中药杂志*, 2022, 43(10): 73–75.
- HU L, ZHAO Z Y, ZHANG J, et al. Clinical observation on nasal massage combined with auricular point sticking to intervene allergic rhinitis in children [J]. *Yunnan J Tradit Chin Med Mater Med*, 2022, 43(10): 73–75. (in Chinese)
- [19] 刘继洪. 耳穴诊疗入门[M]. 北京: 中国中医药出版社, 2020.

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 4.0 BY-NC-ND)许可协议, 作者可在其他媒体再次发表。