

# 春季过敏性鼻炎平衡针灸干预技术

王文远

北京中医药大学，北京

DOI:10.62836/nursing.v3n1.1098

**摘要:** 春季过敏性鼻炎呈现全国患病率持续攀升、北方地区高发的态势，已成为重大公共卫生问题。最新数据显示：我国过敏性鼻炎患者总数已由2020年超2亿人增至目前约2.4亿人，全国患病率增加，儿童群体更为突出，很多儿童受过敏问题困扰。春季主要过敏原为柏树、杨树、柳树等风媒花粉，3月柏科花粉对北京、天津、山东等北方地区影响最为显著。平衡针灸以脑科学理论为核心，通过刺激外周神经靶点激活大脑中枢调控功能，快速纠正机体免疫与神经失衡，为春季过敏性鼻炎的即时缓解与长期防控提供安全高效的干预方案。

**关键词:** 过敏性鼻炎；平衡针灸；花粉过敏原；神经靶点；快速干预

---

## Balanced Acupuncture Intervention Technique for Spring Allergic Rhinitis

Wenyuan Wang

Beijing University of Chinese Medicine, Beijing

**Abstract:** The prevalence of spring allergic rhinitis continues to rise across China, with a high incidence in northern regions, making it a major public health problem. The latest data shows that the number of patients with allergic rhinitis in China has increased from more than 200 million in 2020 to approximately 240 million at present, with a national prevalence rate exceeding 20%. The condition is particularly common among children, as more than 40% of children suffer from allergic problems. The main allergens in spring are anemophilous pollens from cypress, poplar, willow and other plants. In March, cypress pollen has the most significant impact on northern areas such as Beijing, Tianjin and Shandong. Centered on brain science theories, balanced acupuncture activates the regulatory function of the cerebral center by stimulating peripheral nerve targets, rapidly correcting immune and nervous system imbalances in the body. It provides a safe and efficient intervention plan for the immediate relief and long-term prevention and control of spring allergic rhinitis.

**Keywords:** diagnostic basis; physical manifestations; pathogenic inducing factors; acupoint selection; rapid acupuncture

---

\*作者简介：王文远教授，国家中医药管理局适宜技术职业化培训工程推广专家。

## 1 诊断依据

春季过敏性鼻炎诊断需结合症状、体征与过敏原检测三项指标。

1.症状标准：具备阵发性喷嚏、清水样涕、鼻痒、鼻塞四大症状中2项及以上，这是医生临床经验观察患者发现的一个规律，每日症状持续或累计一个小时以上，可伴随眼痒、流泪、眼红等眼部症状，发作与春季树木花粉接触具有明确相关性。

2.体征表现：鼻黏膜苍白、水肿，鼻腔可见大量清水样分泌物，为过敏性鼻炎典型体征。

3.过敏原检测：春季花粉类过敏原皮肤点刺试验或血清特异性IgE检测至少一项结果呈阳性[1]。

## 2 发病诱因

春季过敏性鼻炎发作是外周过敏原刺激与大脑中枢调控失衡共同作用的结果，这一结果源于在临床治疗过敏性鼻炎的过程当中总结得出：当花粉、尘螨等过敏原进入鼻腔，免疫系统会将其误判为“入侵者”，释放大量组胺等炎性物质。直接导致打喷嚏、流清水鼻涕、鼻塞、鼻痒。从医学的角度诊断这是典型的I型变态反应，也就是我们通常理解的“过敏”。人体的神经系统（包括交感神经和副交感神经）负责调节鼻腔的血管舒缩和腺体分泌。正常情况下，大脑会维持鼻腔的“稳定状态”。在长期过敏或精神压力[2]、情绪波动、睡眠不足等影响下，这种神经调节会“失灵”。总之核心诱因包括：

1.核心过敏原：春季柏树、杨树、柳树、桦树等树木花粉为主要诱因，花粉颗粒轻、传播距离远，可直接刺激鼻黏膜神经末梢。

2.环境诱发因素：气温回升、湿度增加导致室内尘螨大量繁殖，杨絮、柳絮、粉尘等加重鼻黏膜神经敏感性。

3.中枢与免疫失衡：过敏本质为大脑中枢对免疫功能调控紊乱，导致免疫系统对外界无害物质产生过度应答；熬夜、精神压力、免疫力低下会进一步降低中枢调控能力，诱发或加重症状。

## 3 平衡针灸干预技术操作

平衡针灸以中枢调控理论为指导，不直接治疗病变局部，而是通过针刺外周神经靶点，将信号上传至大脑高级中枢，启动大脑基因自我修复程序，这一结论的科学性源于，多年的临床经验证明，某些物质如药物、特定的生理信号，针灸刺激可以调控人体特定基因程序的良性转归，实现快速干预。

### 3.1 核心穴位选择

#### 3.1.1 鼻炎穴

定位：颧骨下缘中点处。

功效：通利鼻窍、抗过敏、抗炎止痛，直接调控鼻面部神经与中枢传导通路。

取穴与操作：左病取右、右病取左，向鼻翼方向平刺，深度2cm-4cm，(这个针刺的深度属于临床治疗的技术规范，已经为过敏性鼻炎患者有效治疗多年)，快速针刺得气后即刻出针 [3,4]。

#### 3.1.2 过敏穴

定位：下肢股骨内侧中间。

功效：调节大脑中枢免疫调控功能，排毒抗过敏，提升机体稳态。

取穴与操作：左右交替取穴，快速针刺刺激神经支。

### 3.2 操作特点

全程遵循快速针刺、不留针原则，针刺时间仅需3秒以内，通过刺激外周神经干/神经支产生特异性针感，将生物电信号快速传入大脑中枢，不产生后遗症感，依从性高。

## 4 平衡针灸干预原理

平衡针灸核心理论为大脑中枢调控学说，即人体一切生理功能与病理反应均由大脑中枢支配，过敏性鼻炎的本质是中枢神经系统对鼻黏膜、免疫系统的调控失衡。平衡针灸通过外周靶点刺激，实现大脑中枢的相对平衡状态，其作用机制如下：

### 1. 中枢神经调控机制

针刺鼻炎穴、过敏穴等外周神经靶点，产生生物电信号上传至大脑中枢调控系统，激活中枢神经自我调节自我修复功能，使失调、紊乱的功能瞬间恢复到平衡状态。瞬间纠正鼻黏膜神经功能紊乱，解除鼻黏膜血管痉挛与水肿，实现喷嚏、鼻痒、鼻塞等症状的快速缓解。

### 2. 中枢免疫调节机制

临床研究观察表明，针刺治疗过敏性鼻炎能够提高机体免疫力。通过针刺信号调控大脑免疫调节中枢，抑制免疫系统过度活化，减少组胺、白三烯等炎症介质释放，降低鼻黏膜过敏炎症反应，从中枢层面阻断过敏进程，而非单纯外周对症处理。

### 3. 即刻效应与远期巩固效应

基于脑科学的快速中枢激活，医学领域将近半个世纪的临床经验证实，运用平衡针灸即时见效率可达95%以上[5]，可快速改善急性发作症状；通过规范疗程干预，能够修复并稳定大脑中枢调控功能，重建机体免疫平衡，降低春季花粉期复发率，实现长效防控。

## 5 临床注意事项

### 1. 适应症与禁忌把控

明确过敏性鼻炎诊断，排除鼻部器质性病变；严重心脑血管疾病、出血倾向、孕妇等人群慎用平衡针灸干预。在紧急抢救患者生命的时候，可以使用平衡针灸挽救患者的生命，某些特殊情况的患者，平时患者的病情稳定的时候，谨慎使用。

### 2. 规范操作要求

严格无菌操作，针刺手法精准、快速；炎症水肿期禁止对鼻局部进行重刺激，遵循不刺激病变局部、只调控中枢的平衡针灸原则。

### 3. 中枢-外周联合防控

干预期间配合环境控制，减少花粉、尘螨接

触，降低外周刺激负荷，辅助大脑中枢恢复稳定调控状态；症状持续不缓解或出现呼吸道加重情况，及时联合综合诊疗。

### 4. 治疗频次管理

急性发作期以快速纠正中枢失衡为主，可适当增加干预频次；缓解期以巩固中枢调控功能、提高机体耐受性为主，规律巩固治疗。

## 6 结论

春天过敏性鼻炎虽然高发且症状恼人，但通过规范的诊断和综合干预，完全可以实现良好的控制。过敏性鼻炎的核心病理基础是大脑中枢神经-免疫调控失衡，平衡针灸以脑科学理论为核心，通过针刺外周神经靶点，激活大脑中枢自我修复与调节功能，实现神经调控与免疫调节的双重效应，具有起效快、无痛苦、不留针、安全性高等优势，对成人及儿童春季过敏性鼻炎均具备确切疗效，能够有效提高患者生活质量。然而，治疗过程中必须坚持环境防控与规范操作并重，建立“预防-治疗-随访”的全程管理，才能让患者安稳度过春季过敏高发季。

(此文由王文远教授亲传弟子原济南军区首保专家于波主任协助整理。)

## 参考文献

- [1] 王文远,毛效军,张利芳,等.平衡针灸治疗原发性高血压的大样本研究[J].世界中医药,2011,6(6):491-493.
- [2] 佚名.黄帝内经·灵枢[M].北京:人民卫生出版社,2015.
- [3] 皇甫谧.针灸甲乙经[M].北京:人民卫生出版社,2012.
- [4] 王文远.平衡针治疗颈肩腰腿痛[M].北京:中国中医药出版社,2010.
- [5] 王文远,毛效军,张利芳,等.平衡针灸治疗肩周炎8895例临床研究[J].中国中医药现代远程教育,2008,6(4):297-298.

