

哮喘與過敏性鼻炎

黃碧松

中華民國中醫肝病醫學會理事長

中華民國傳統醫學會名譽理事長



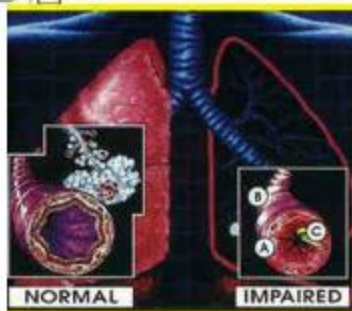
 **哮喘**，一般指呼吸急促，喘鳴有聲，胸憋悶脹，嚴重時張口抬肩，難以平臥而言。

每年**5月3日**為世界氣喘日
盼人人皆能自由呼吸



● 常見的小兒過敏疾病——氣喘

過敏是指生物體對外來(界)的異物(即抗原)所產生的一種不適當反應而言，此種引起過敏反應的異物我們通稱為過敏原，而我們身體會對過敏原產生過敏性抗體，即通常所稱IgE抗體。過敏是孩童期最常見的疾病之一，包括支氣管氣喘、過敏性鼻炎(枯草熱)、食物過敏、昆蟲螫刺過敏、皮膚過敏(濕疹、蕁麻疹、血管性水腫和接觸性皮膚炎)和藥物過敏等，其中氣喘是11歲以下孩童活動受限制之最大原因，每年有無數的孩童因此而不能上學。尤其值得一提的是在近十年當中，氣喘病幾乎增加5倍。



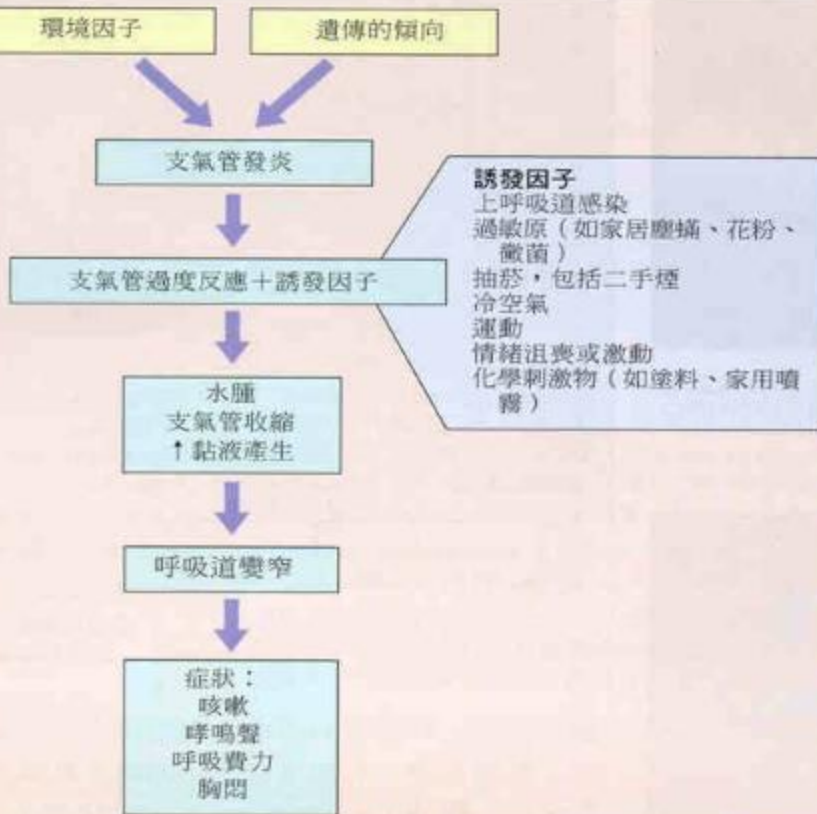
氣喘全球創始會 (Global initiative for Asthma) 對氣喘的定義為：

- 氣喘是一種呼吸道慢性病及發炎性疾病，主要由漿細胞、嗜伊性白血球及T淋巴球等多種細胞扮演組成，其發炎症狀使人哮喘，呼吸困難，胸部憋悶及咳嗽，尤其是夜間和晨起時最容易發生，以上症狀會引起或輕或重的呼吸量改變，但是可自行部份緩解或是經由治療而得到部份緩解，另外，呼吸道發炎現象會因不同的過敏原（刺激物）引發而加劇。



氣喘的病理生理學

4



●常見引發氣喘的過敏原



能夠引發氣喘的常見過敏原

有花粉、黴菌、家塵及塵蟎、動物髮屑、羽毛、昆蟲、舊棉絮、

棉花子和工廠的化學品(如防腐劑和

色素)。食物方面如豆類、麥、貝殼類、巧克力、蛋和牛乳等。

在台灣，引起小兒氣喘最重要的空氣中過敏原以家塵及塵蟎最多(90%)，以下順序為黴菌、舊棉絮、稻草、蟑螂和花粉。食物則大部分和濕疹及蕁麻疹有關。

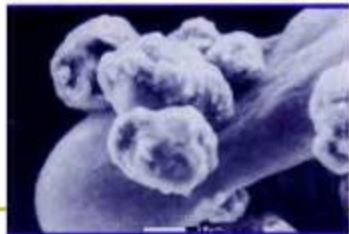
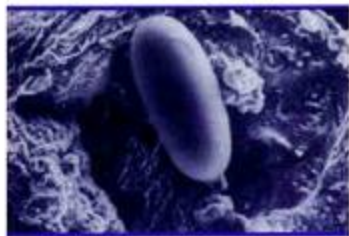




電子顯微鏡下的塵蟎

資料提供：
Allergy Control Products, Inc.

雖然家塵中有許多物質會引起過敏，但最重要的過敏原來自塵蟎。塵蟎是由居家中所發現的一種微小生物，樣似昆蟲；它喜好在溫暖、潮濕的環境繁衍，最初生長在床墊、地毯及填塞式傢俱等，並以人類脫落的皮屑為食。塵蟎及其排泄物是引起人類過敏的主要物質，每一隻蟎每天約可產生 20 顆粒的排泄物，這些排泄物會持續地引起人類過敏症狀，甚至塵蟎死亡而作用仍然存在。



●容易患氣喘的年齡層

一般而言，過敏性氣喘較容易出現在20歲以前，而在40歲以後發病頻率會減少。青少年的氣喘通常併有濕疹和枯草熱(鼻過敏)的既往歷。這些疾病是過敏的警告信號，且可以說氣喘在孩童期即有過敏病根的存在。

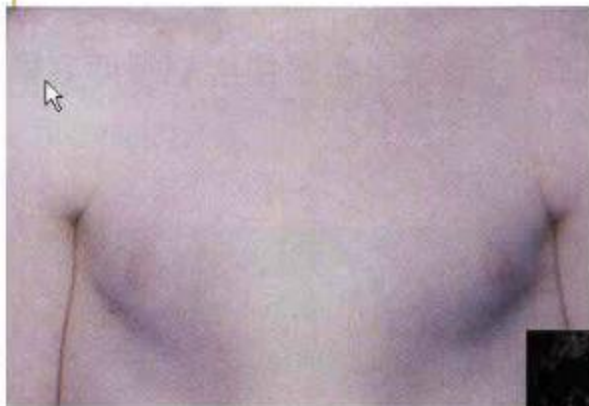
氣喘的另一類型是從40歲以後才開始，雖然它的來由並不清楚，這種氣喘通常是由呼吸道感染而來，並不是經由過敏原所導致。



● 氣喘兒童的嚴重後果

氣喘常見到的嚴重後果可能造成心靈的創傷，容易疲倦和創造力及自信心的喪失，這是氣喘小孩正常發育上的大問題。他們可能常請假而不能上學，不能參與同學間的團體活動和形成行爲或人格上的異常如變成不順從、敏感、過份依賴或者走其它極端。（對他們的父母兄弟或其它小孩具侵犯性，過份索求和盛氣凌人等）。





←胸廓突出變形
(雞胸) (pigeon
chest) 通常伴隨
氣喘病患。

尖峰吐氣量 (PERF)
的測量為評估氣喘造
成呼吸道阻塞嚴重程
度的簡單而客觀指
標。(PERF之正常質
和身高有關。) →



● 兒童長大後，氣喘會自動消失嗎？

與事實相反，沒有經過藥物控制的氣喘小孩並不經常會因長大而減輕他們的情況，許多人在孩童早期就有氣喘發作且持續一生。

越年輕的病人治療應越早開始，越能預期氣喘的進步或緩解及有機會過正常，有用和快樂的生活。預防措施對氣喘病兒是控制病情之鑰。有時候長期的照顧可能是需要的，因此父母親不應該忽略。

中醫藥是治療氣喘最有效的方法。



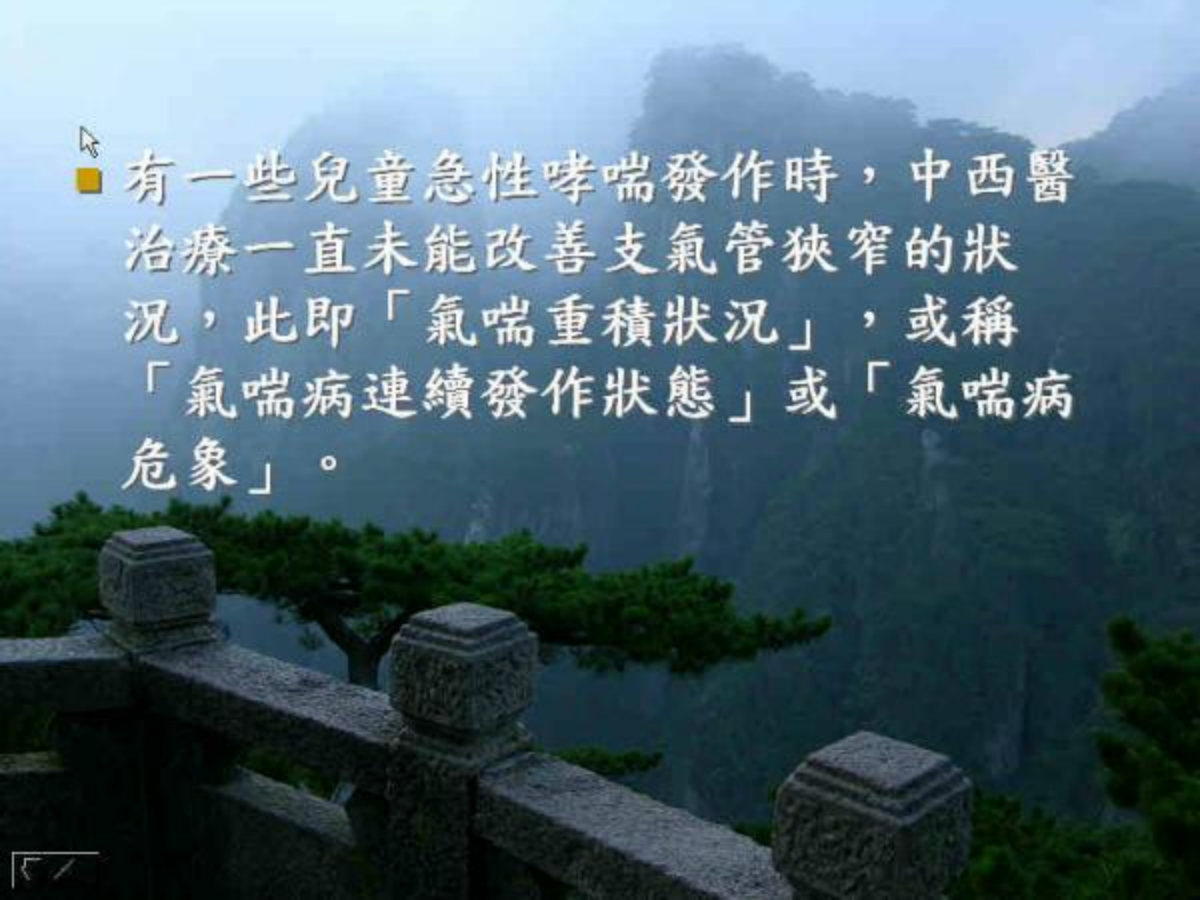
中醫病名：

■ 中醫古文獻病名甚多，有呷嗽、哮喘、齁
？合、齁鼻？合、寒哮、冷哮、熱哮、風
痰哮、食哮、魚腥哮、酒哮、水哮、鹽
哮、糖哮、年久哮、實哮、虛哮、哮喘、
痰哮、醋哮、過食生冷哮及幼稚天哮等。
病名雖多，皆指氣喘（哮喘）。



- 久患哮喘的老病號，如果治療效果不彰，其支氣管管腔內表皮細胞多損傷脫落，黏膜內壁層增厚，並有膠質沈積，整個氣管的彈性變差，而平滑肌層也增生變厚，因之肌肉層之緊縮力增加，並因彈性減少而使肌肉短縮，而支氣管外壁層因增厚而使相連的平滑肌層更為縮短，因為支氣管組織構造有這些不利的變化，使得管腔變得更為狹窄。
- 而且氣喘長期不癒的患者，支氣管組織內充滿著纖維芽細胞，變得硬化而失去彈性，本屬治療後可逆性的病情變成治不動堅硬又狹窄之氣管。
- 鄧麗君、林翠因氣喘而死，皆因病情纏綿日久，氣管已經變性的關係。





有一些兒童急性哮喘發作時，中西醫治療一直未能改善支氣管狹窄的狀況，此即「氣喘重積狀況」，或稱「氣喘病連續發作狀態」或「氣喘病危象」。



嚴重且威脅生命的急性氣喘之特徵。

嚴重型

太喘而無法說話或進食

呼吸速率 > 50 / 分鐘

心搏率 > 140 / 分鐘

尖峰流量 $< 50\%$ 預測值或最佳值

威脅生命的

尖峰流量 $< 33\%$ 預測值或最佳值

疲乏、躁動、嗜睡

發紺、平靜的胸部或無法用力呼吸



- 此時病人胸部膨脹，病人利用輔助肌大力呼吸，以便使空氣盡量能通過被阻塞的氣道，但空氣因氣管極度狹窄而進出不順，呼吸及哮鳴聲因此而漸致減弱，也無力咳嗽使空氣因咳嗽而大力通過，此時因呼吸性酸中毒之發生，即中醫所稱「喘脫」，亡陽之候也。
- 《幼科釋迷》有言：肺脹齁鼻合，若不速治，立見危亡，此一經驗，認為小兒哮喘容易發生氣喘病危象的狀況。



哮喘證候與治療



哮喘病治療原則以張介賓之述為準則

■ 明·張介賓《景岳全書》言：未發時以扶正氣為主，既發時以攻邪氣為主。扶正氣者，須辨陰陽，陰虛者補其陰，陽虛者補其陽。攻邪氣者，須分微甚，或散其風，或溫其寒，或清其痰火。

■ 然發久者，氣無不虛，故於消散中宜酌加溫補，或於溫補中酌加消散，此等證候當惓惓以元氣為念，必使之氣漸充，庶可望其漸癒，若攻之太過，未有不致日甚而危者。

景岳全書

全書共二十四卷



明·張景岳著

何志義二卷、劉坤吉二卷、陸家聲二卷、俞樞二卷、
如八統二卷、小九制二卷、戴德世一卷、趙德世二卷、
附二卷、本家三二卷、附才八條二卷、古才八條九卷、如八
注一卷、小九方一卷、後附方一卷、附外方一卷



- 由於哮喘病情長久，反覆發作，發作時正虛邪實，治以攻邪為主，但應分別喘之寒熱。
- 然臨床上常有寒熱虛實夾雜的情況，應兼顧治療。
- 緩解期以肺、脾、腎之虛為常見，補肺、健脾、益腎之扶正培本療法，補益臟器，可以減少哮喘發作次數，或減輕發作的病情，甚至不發作而痊癒。



1. 發作期用藥

(1) 寒性哮喘

胸膈滿悶，呼吸急促，喘鳴有聲，痰稀色白如泡沫，形寒肢冷，無汗、口不渴，或喜熱飲，舌苔薄白或白膩，脈象浮滑或浮緊。

● 射干麻黃湯。

● 小青龍湯。

■ 皆可加用三子養親湯加強降氣化痰的功效。



※小青龍湯另有一項使用指徵：

☐哮喘發作前噴嚏頻仍，鼻流清涕，漸致胸悶氣短，呼吸困難者，大致為小青龍湯的適應證。又哮喘發作之前尿意頻繁，或排尿後哮喘即發，也是小青龍的適應證。

☐小青龍湯在《傷寒論》中是治「溢飲」的，「溢飲」者，身體有水狀物不正常的流出太多是也，鼻流清涕，尿意頻仍，皆可視為「溢飲」的證象。



(2) 熱性哮喘

咳嗽氣促，哮喘如吼，痰黃黏稠，咳出
不易，汗出面赤唇紅，口乾喜飲，舌質紅，苔黃
膩，脈象滑數。

● 定喘湯。

● 麻杏甘石湯。

■ 如痰極黃稠膠固，咯出艱難，可加礞石滾痰
丸，加強降火泄熱，祛痰平喘之功。



(3)燥性哮喘

咳嗽喘急，口燥咽乾，觀紅唇赤，乾咳或喘嗽極久，只出少量膠固黏液，舌紅少苔或無苔，脈象細數。

● 麥門冬湯。

● 沙參麥冬湯。

● 清燥救肺湯。

● 百合固金湯。

■ 如痰黏膠固者，可加珠貝母。

■ 腎陰虛明顯者，加六味地黃丸。



(4)氣虛痰盛，上盛下虛

病發已久，發病頻繁，痰鳴喘促，咳痰清稀，面色蒼白，汗出肢冷，語音低微，舌淡苔白，脈沈細。

- 蘇子降氣湯。
- 麻黃附子細辛湯加蘇子。
- 陽和湯加蘇子。

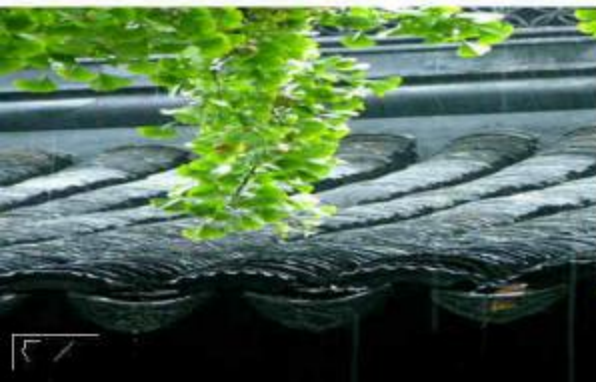


(5) 氣鬱阻痰

哮喘因精神郁鬱，情志緊張，焦慮太過而發者。

●可視哮喘之證是寒，是熱，或燥或氣虛，酌加疏肝理氣之藥以利氣化痰。

半夏厚朴湯是首選之方，柴胡疏肝湯，抑肝散，逍遙散，四逆散也可以考慮加減使用。



(6)單方平喘

a. 椒目（花椒）

炒焦研粉，每次服1.5至3克，每天服三次。

李時珍：《本草綱目》引述朱丹溪「諸喘不止，用椒目炒二礮二錢，白湯調服二、三服劫之」。目前有大量的有效實驗報告。

椒目劫喘，寒喘適用。

b. 地龍

地龍研粉，每次服1.5至3克，每天服三次。

地龍有抗組織胺及緩解支氣痙攣作用。

地龍平喘，熱喘較為適宜。



2. 緩解期用藥

- 由於哮喘的反覆發作，日久正氣虧虛，緩解期應培補正氣，從本調治，眾家調理，不脫補肺、健脾、益腎。



1. 緩解期證見腎虛者多，如有脾虛也是命門火衰，真火不足以生土以致脾虛土弱之故。
2. 兒童哮喘多數在青春發育期病情好轉或完全緩解，其原因可能與內分泌功能成熟及免疫功能增強有關。

中醫的腎與內分泌和免疫功能有關，應用補腎療法對哮喘獲得長期療效顯然有重要意義。



3. 小兒哮喘之特點是病程短，有腎虛者較成人少，就是有腎虛，表現也不十分典型，但沈自伊等人在1965年報導中醫補腎療法治療支氣管哮喘的研究，發現大多數哮喘患者的尿17羥皮質類固值低下，提示哮喘患者可能有輕微或潛在的腎上腺皮質功能不足。



4. 現代醫學認為機體免穩定的功能是神經系統在起調節作用，並通過垂體—腎上腺皮質系統來維持相對穩定，補腎療法可明顯作用於下丘腦—垂體—腎上腺皮質系統，推斷可能通過提高神經內分泌興奮性，從而調節非特異性免疫功能，發揮「腎」的抗病適應作用。（腎的研究續集，沈自伊·P-26·上海科學技術出版社，1990年3月）

5. 小孩哮喘的形成和IgE偏高有很大關係，沈自伊等在血清IgE檢測在評價補腎法防治支氣管哮喘療效應用報告中，以血清IgE為指標觀察溫陽片組（補腎療法）和小青龍湯組哮喘患者血清IgE的季節性變化，結果發現小青龍湯組血清IgE仍有明顯的季節性升高，而溫陽片（補腎療法）顯示有抑制血清IgE季節性升高的作用。設想補腎中藥可能通過下丘腦—垂體—腎上腺皮質系統而對免疫功能和其他功能發揮調節作用。（腎的研究續集·沈自伊·P35·上海科學技術出版社，1990年3月）

補天大造

補天大造散是我的經驗方，處方如下：

大熟地八錢、山茱萸四錢、淮山四錢、牡丹皮二錢、茯苓三錢、澤瀉三錢、清華桂三錢、炮附子三錢、乾薑四錢、麥門冬四錢、五味子三錢、菟絲子六錢、枸杞子八錢、梧州蛤蚧一對、紫河車一兩、冬蟲夏草一兩、粉光參一兩、黃芩二錢、西紅花三錢、桃仁三錢、麻黃三錢、厚朴三錢、柴胡三錢、廣陳皮三錢、紫蘇葉三錢、杏仁三錢（研粉服）。

■陰虛狀況明顯者可加鹽炒黃柏三至五錢，麥門冬份量加至一兩。

■ 緩解期用藥之目的是拔除氣喘病之「宿根」。
補天大造散本著「腎中命門有真火，如命門火衰，則真火不能生土，脾土虛弱，運化失司，清濁清降失司，水液結聚體內，而為痰飲。痰之生雖在於脾，其主仍屬腎」是故，補天大造散以補腎之品為底。但支氣管局部病變在用藥上也不可偏廢，方中有神祕湯藥味，即是此意。氣喘因水液結聚體內，而成「隔有膠固之痰」，膠固者，瘀也，加桃仁紅花以化其瘀。



當然，補腎療法所用方劑中可用之方極多：

■ 腎陽虛：

- 右歸丸。
- 桂附八味丸。
- 參茸固本丸。

■ 腎陰虛：

- 左歸丸。
- 河車大造丸。
- 六味地黃丸。
- 八仙長壽丸。



■ 如腎虛陰陽不甚明顯

● 可左歸丸及右歸丸交叉使用，或左歸丸右歸丸合方亦可，左、右歸丸合方稱為「中歸丸」似無不可。當然，龜鹿二仙膠也是不錯的調養方。

■ 以上用法，如見食少便溏，面色蒼白，肌肉鬆弛，喉間常有痰聲漉漉，語言低微無力之「脾虛」證現，可加用香砂六君子湯，參苓白朮散諸方選用。

■ 而平素容易感冒，白汗怕風畏寒，氣短聲低的「肺虛」證現，可加用玉屏風散或人參蛤蚧散，補中益氣湯諸方酌以選用。



❖ 粉光參、珠貝母、冬蟲夏草、蛤蚧對於「冬病夏治」預防哮喘發作，長期服用對哮喘的緩解不再發作也有極大幫助，只是藥材價格昂貴，對服用者的負擔甚大。



✖ 補腎療法方內有部份藥物（如蛤蚧）有報導有雙向性激素樣作用，可能引起兒童性早熟，因此小兒哮喘服用療程的長短可能要特別注意。

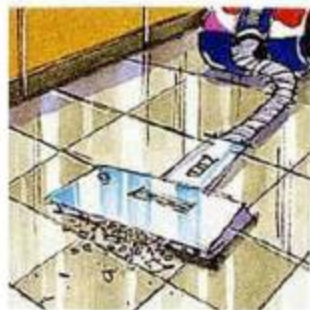
✖ 少部份患者服用含有紫河車之方劑，反而誘發哮喘發作，服用補腎方劑反而哮喘發作者要考慮方內是否含有紫河車這味藥。

治療期間，如何改善環境以減少氣喘的發作



已確定為過敏性氣喘，必須先由改善環境著手以減少氣喘發作。

1. 有時周遭的大環境如花粉、黴菌、空氣污染等可能誘發非常嚴重的症狀。這種情況下只有考慮是否搬家。必須強調的是搬到另一個環境可能對病人確有好處。



2. 室內家具如沙發地毯等均可能含有大量的蟎過敏原。吸塵器只能將灰塵及蟎的糞便吸除而無法將蟎除掉。因此吸塵器中的集塵袋必須密封。雖然清理室內環境並無法將蟎清除掉，却是絕對必要的。應儘量使用原木或塑膠家具。



3. 病人應避免逗留在廚房中。家庭中成員應避免抽烟及使用噴霧劑等。



4. 若對寵物過敏，應避免將寵物飼養在室內。



5. 床墊建議使用海綿墊。床墊及枕頭必須用有拉鏈的套子密封。枕頭最好用合成多元脂(polyester)枕頭，這樣可以每月清洗一次。



6.臥室內衣物均須置於衣櫃中並將櫃門關好。衣櫃中避免堆放非當季的衣物或行李等。



7.避免用厚重的窗簾及纖維質百葉窗。窗簾要經常洗滌。如果病人對花粉或黴菌過敏，應儘量不開窗子。



8.使用空氣濾清系統。有效的機械式濾清器可過濾 10μ 的微粒子，因此可將空氣中大部份的花粉、孢子及蟎過敏原等過濾掉。高效率微粒子空氣濾清系統可將 0.3μ 以上的微粒子過濾掉。清掃時96%的空氣中微粒子會在5~15分鐘內沈積下來，而空氣濾清器能在清理房子時，將飄揚在空氣中的過敏原過濾掉。



■ 談完氣喘以後，請繼續來
了解過敏性鼻炎的中醫診
治。



謝謝聆聽
敬祝健康平安

