

「鼻涕倒流」的治療經驗



鼻涕倒流雖僅是慢性鼻炎的一種症狀，但罹患此症的病人都知道其發作時深受的痛苦，他們大部分的描述大抵相似，形容鼻子內有倒流不完的鼻涕，鼻涕顏色時白時黏，總是有吐不完的痰樣鼻涕，更有甚者還形容喉嚨老是有物作梗，好像有什麼東西黏在喉嚨一樣，這情狀就像中醫所說的：『咽中如有炙臠』，意思是好像有一塊豬肉貼在喉嚨般，吞不下但又吐不出，非常的不舒服，真恨不得把那塊東西拿掉，或者把它咳出來使去之而後已，可是又不能如己所願的輕易咳出，這種病以目前的中西醫治療法仍有許多盲點，不容易治療，或說療效不彰。

伴隨鼻涕倒流產生的症狀甚多，其一，是有吐不完的涕痰，此行為若是與人交談時發作，則常會給人不禮貌的困擾。其二，喉嚨老是卡卡的感覺，如有物在喉嚨作梗，吞吐不得，影響吞嚥，也影響發聲。其三，有些病人因倒流關係常覺得喉嚨痛（西醫謂之慢性咽喉炎），或自己感覺喉嚨好像長東西，而事實上耳鼻喉科醫師檢查又無異樣的心理感覺。其四，因鼻涕倒流關係，涕痰積多到一定程度則形成咳嗽，若輕微症狀的則其咳似咳非咳，跟一般感冒的真正咳嗽情狀明顯不一樣，喉嚨總是不時發出「喀…喀…」或「嗯…嗯…」的聲音，也就是想把倒流的鼻涕倒吸至喉嚨後再用力把痰從喉嚨咳出。症狀嚴重的就像是長年久咳不癒一樣，只要一講話就咳嗽，什麼樣的中西咳嗽藥都吃不好。其五，就是形成所謂的慢性咽喉炎，

因為倒流久的病人十之八九都伴有下鼻甲肥厚，或少部分鼻腔內部生滿息肉，因為下鼻甲肥厚佔滿了整個鼻腔，呼吸的出入受到阻礙，空氣達不到上呼吸道的喉腔，喉腔失去了養氣的滋潤，喉嚨充血乾燥，加上夜臥打鼾，嘴巴張開，自形成了慢性咽喉炎，為什麼慢性咽喉炎難治？原因是下鼻甲結構的不正常沒有改變，器質性的結構沒有改變，慢性咽喉炎當然不會自己好。鼻腔結構正常卻也會鼻涕倒流的病人也有，但僅是佔鼻涕倒流病人總數的少部分。其六，也有病人因倒流鼻涕阻塞了歐氏管，形成了耳內的負壓，耳朵老覺得脹脹的，有的甚至如美尼耳式症的眩暈。

診察鼻涕倒流的患者，皆須先觀察鼻腔結構，看看結構是否正常，如：鼻中隔是否過度彎曲，若過度彎曲觸碰到下鼻甲，常會形成物理性的過敏，下鼻甲是否肥厚，過度的肥厚會使鼻黏膜產生變性，從而喪失調控溫度及除塵滅菌的功能，黏膜上易寄生細菌、病毒、微生物等而造成發炎，從觀察鼻涕倒流患者的喉嚨，都可明顯見到白色的黏痰（或偏黃）掛在喉咽壁上，那邊黏痰多，即表示該邊鼻腔的倒流嚴重，大部份來說患有久年鼻涕倒流的病人都夾有下鼻甲肥厚的現象，下鼻甲肥厚越明顯的人倒流的症狀及以上所訴諸種症狀就越嚴重，但同樣是倒流，每個人所感受的症狀並不一樣。

為什麼會鼻涕倒流？其原因乃是機體先對外來的風寒邪氣不能作適度的調控而感受了外邪，外邪由外入裏不能透表外出，流於體內形成了伏邪不去而造成，如一開始感受風寒流涕不已，若治不得其法，則邪往內深入，本來外流的鼻涕反而變成內流，鼻腔內的下鼻甲首當其衝，當下鼻甲不能調控其原有功能時則產生了充血肥厚的變性，下鼻甲肥厚加大，則黏膜所分泌的鼻涕增多，增多的鼻涕由纖毛運動往後拍打，倒流積液於是增多，增多的鼻涕增多至某種程度時則形成倒流。

治鼻涕倒流方法隨個體體質症狀而有所不同，剛開始感受寒邪時所造成的流涕不止，用川芎茶調散，麻黃附子細辛湯，生薑合方治之甚快，病情轉至流鼻水減少但卻同時開始往內流時，則方用川芎茶調散，小青龍湯合方，至鼻涕不往外流而只往內形成的倒流時，則用小青龍湯合半夏厚朴湯，喉嚨如梗則加桔梗，倒流的鼻涕淡清色，且人

虛，脈象又一片虛弱時，可用苓桂朮甘湯加四逆湯溫陽化飲，若比此體質更虛弱時，則以補中益氣湯合四逆湯為佳。

以下舉各方典型實例治驗說明：

1、鼻涕倒流卡在後鼻腔造成呼吸困難

周X美女士，住桃園市，48歲。105年4月15日初診。症狀當時為罹患感冒症狀中，喉癢咳嗽、咳嗽痰白，咳久則咽紅，但喉不痛，伴有鼻涕倒流及鼻竅不利，鼻音甚重。後據周女士主訴，本來即患有多年過敏性鼻炎，除鼻過敏症狀之外，常感鼻塞，鼻後腔老是有鼻涕倒流的痰卡住，非常不舒，每年碰到陰雨季節則此症必然復發，影響睡眠至劇，但是又一直醫不好。我檢查其鼻腔，下鼻甲黏膜正常，鼻腔結構尚好並不影響呼吸，故尚不須點藥外治，故其病因判斷應是免疫力差機體未能抵抗寒邪，寒邪留內而生痰生飲之故，但目前感冒咳嗽在先，應先治其標，開給：紫蘇1.5 麻黃1.5 杏仁1.5 白前1.5 桔梗1.5 紫菀1.5 款冬花1.5 乾薑3 黃連0.5，共七日期，4月23日複診咳嗽病情進步，複診去黃連，餘藥再服。4月30日3診時感冒咳嗽已愈，改治舊疾，因鼻塞仍重，躺著則塞，因此先解決鼻塞問題，開方：川芎茶調散7 辛夷散4 生薑3，予服，5月7日雖塞有進步但其病已多年藥粉效果效差，要她加服水煎劑，開給：粉劑小青龍湯10 紫菀2 浙貝2，水煎劑為黃耆1兩 當歸3錢 桂枝5錢 白芍5錢 蜜甘草3錢 紅棗5枚 乾薑6錢 辛夷3錢 白芷3錢 細辛2錢 防風2錢 白朮4錢 黨參4錢 路路通5顆，七劑。5月14日時服完七劑自覺鼻子諸症狀改善，藥不更方續服七劑，5月28日言喉嚨僅剩輕微卡痰，此時她說每次稍為遇冷或吹風則鼻病易患，因此水藥再加附子5錢溫陽，粉劑用小青龍湯8 十全大補湯6，6月8日時因倒流減少只開粉劑十全大補湯10克，四逆湯4克，水藥已停止服用，6月17日時呼吸通暢，卡痰的症狀也沒有了，精神轉佳，過敏症狀完全消失，之後來診多次亦未發作，基本痊癒。

2、鼻涕倒流引起的慢性咳嗽

李 X 星先生，60 歲，住士林，是高級汽車公會的理事長，102 年 8

月 5 日帶著老婆跟著朋友來，目的是要治老婆鼻塞不能呼吸的痼疾，朋友姓葉，葉先生因鼻塞兼鼻過敏曾來點過鼻子覺得效果蠻好，所以介紹李太太來，李太太的毛病是晚上鼻塞到不能呼吸，並沒有倒流等症，我把葉先生及李太太的鼻子施術好後，李太太才跟我說他的先生鼻塞更嚴重，晚上打呼打的很厲害，白天則老是咳個不停，多年來一直醫不好，難怪李先生坐在診間等老婆的時候老是聽他咳嗽，李先生後來也掛號了。我檢查了李先生的鼻腔，左側尚好，右下鼻甲則肥大塞滿整個鼻腔，我跟他說你的慢性咳嗽長期吃藥不會好的原因即是右下鼻甲肥厚作怪，把他點除許多症狀都會跟著好起來，而且效果很快，說完他馬上也要治療，由於他的鼻甲特別肥厚，花了我不少工夫才把它點平，點完已近夜 11 時了。

8 月 12 日複診，他們三人又一起來，李先生的鼻甲開始結痂乾硬，要清洗還不太容易，不過他說呼吸較通，李太太也感覺他的症狀不那麼明顯了，李先生胃腸不好，這次順便拿了一瓶腸胃散。8 月 19 日三診時，右下鼻甲開始乾枯萎縮，清洗起來比上次容易，可見得呼吸順暢度又有進步，咳嗽也減少了許多，不過他這次跟我說，他發現我講不要吹冷氣這件事很有道理，因為他吹冷氣的時候鼻子就塞，倒流也變多，若沒吹倒流咳就又變少，同時鼻子也較通，8 月 26 日三人來診時，葉先生過敏已幾無，李太太晚上鼻已不塞可一覺睡到天亮，李先生的打呼聲小了晚上睡覺就不會那麼吵，白天咳嗽吐痰少聽起來就不會那麼煩，後來的幾診治法大抵皆同，直至後來把結痂夾出，三人的病皆霍然痊癒，由鼻病引起的嚴重慢性咳嗽服藥沒效最終還是要用點鼻法才會見效，此病例就是最好的證明。

3、多年鼻涕倒流、清喉嚨、眼睛癢用中藥治癒

鼻過敏、鼻塞、鼻涕倒流是患有鼻疾的通病，而由鼻涕倒流引發的咽中痰阻，喉嚨卡卡，咽中如有炙鬱，然後想清喉嚨把痰咳出的一系列症狀，也是帶給鼻病患者的困擾問題，這些問題若輕微的服藥也許可癒，到病情嚴重時，則必須配合點藥外治。

許 XX 女士，58 歲，病例號碼：0002357 號，2012 年 10 月 25

日初診，症狀是；帶有多年的鼻過敏史，很容易打噴嚏、流鼻水，同時還伴有鼻涕倒流、咽中痰阻、喉嚨卡卡，要不時做清喉嚨的動作，非常困擾。舌苔薄白，脈細弦。

鼻過敏、鼻涕倒流、咽中痰阻、喉嚨卡卡、眼睛經常癢、鼻音重是慢性鼻炎及過敏性鼻炎特有症狀，因罹患多年到處求治不癒，變得心灰意冷，因鼻病造成不易入睡須服用安眠藥的老毛病，讓她非常痛苦。我觀察她的右下鼻甲肥厚，準是出了問題，因是初診，所以暫不考慮鼻病外治法，先服藥試之，因鼻水有流出去，又有流進來（即鼻涕倒流），故用川芎茶調散 7 克與小青龍湯 7 克的合方與之，給藥一星期，11 月 6 日複診時，打噴嚏、流鼻水、鼻涕倒流…諸症均減，同時觀察她的右下鼻甲也回縮很多，近乎正常，這麼多年的鼻疾能在一星期內如此快速的進步，自是非常高興，過敏少了於是把重點放在倒流所引起的咽中卡卡上，改方小青龍湯 8 合半夏厚朴湯 6，也是一星期，3 診時是 11 月 13 日，自訴倒流只剩一些，其餘症狀都少，我把劑量調成小青龍湯 7 克 半夏厚朴湯 7 克，11 月 29 來看腸胃的病，自訴鼻病症狀已然痊癒，不需要服藥，我觀察她的鼻腔下鼻甲黏膜皆屬正常，此病至此基本痊癒。

肺開竅於鼻，也主皮毛，鼻為人體抵抗外邪入侵的第一道防線，當鼻子重複感受外邪，鼻黏膜一再受到刺激便產生肥厚性的變化，若不再加以表散風邪的中藥治療，則將形成頑固的慢性鼻炎，其症則如上述，治療此症，須將外邪引出表散寒邪，藥方不可雜亂，以直中目的為要，越簡單越好，許女士初診即見功效，後以咽中如有炙癢為主訴，改方小青龍湯合半夏厚朴湯數診而痊癒，可見中藥如若對症，常如有神助。小青龍湯解表散寒、溫肺化飲，半夏厚朴湯行氣開鬱、降逆化痰，兩方合用對鼻涕倒流所引起的梅核氣現象非常有效。

4、鼻涕倒流引起喉嚨痛、扁桃體腫及美尼耳氏症

王X濱女士，住北投，2016年7月21日初診，患鼻涕倒流多年，但鼻涕倒流她反而不覺難過，最難過的是喉嚨老覺得有異物存在，常感覺

喉嚨痛，並伴有右鼻根酸痛及患有右側美尼耳氏症，伴有鼻音重的現象，自訴鼻子吹到冷氣則易發生鼻酸，其它尚有更年期症狀，常抱怨經常不易入睡，

我檢查她的鼻甲非常肥厚，幾乎佔滿整個鼻腔，右側尤重，請其用左手按壓左側鼻腔，改用右鼻呼吸測試鼻通氣量，結果呼吸氣粗不暢通，這個現象明顯提示右側下鼻甲不正常，再用眼觀察喉腔，有白色黏痰貼在喉咽壁上，右側為重，更證明了喉嚨的不舒與下鼻甲肥厚關係密切，更確切的說她所抱怨的諸種不舒，如懷疑喉嚨長東西，老覺得扁桃腺腫感，其病根皆來自於鼻甲的肥厚，因鼻甲的肥厚會阻礙呼吸的通暢，空氣不能順利進入後鼻腔，上呼吸道得不到滋潤則容易充血發炎，同時會引起前鼻道與後咽壁的鼻液引流不暢，導致分泌的鼻液難以排出，下鼻甲的肥厚變性又使不正常的分泌物增加形成了倒流的現象。

但她本人並不覺得她的下鼻甲與喉嚨的病有關係，她問我要怎麼治？我解釋她的病情其根本皆在於下鼻甲的變性肥厚，只要把鼻甲變性肥厚的部份點藥燒灼去除，兩個月內即有明顯改善，但她還是懷疑我的說法，要求先治她的喉嚨即可，病人不信，我也沒有辦法，於是開給：小青龍湯6克 半夏厚朴湯6克 桔梗2克，治她的倒流。 7月27日因扁桃體腫有白點在其上，改方：苓桂朮甘湯8 清咽利隔湯6，這樣連續吃了5個星期，症狀始終時好時壞。8月16日時因她說稍吃點油膩的食物則喉嚨卡卡腫脹，所以決定點藥試試，我也給她點藥治療，因為這是微一解決她疾病的方法。8月22日來時的前一天她發燒了，只好給藥退燒，方為：葛根湯9 黃連1.5 大青葉1.5 板藍根1.5。8月25日感冒鼻涕倒流兼喉嚨痛，改方：小青龍湯8 清咽利隔湯6，至9月7日時點藥過的右下鼻甲已縮小一半，自然倒流也少了許多，最重要的是喉嚨已不感覺腫脹，老問題終於獲得解除，她很高興，之後又來數診，觀察倒流病癒。

5、鼻涕倒流引起喉嚨卡痰

郭XX小弟，18歲，病歷號碼：001871號，2012年2月4日初診，自言鼻過敏嚴重，打噴嚏頻繁，但流鼻水少，稍一天冷則鼻塞甚，喉嚨老

是有鼻涕倒流的痰卡住，病程數年。

用鼻鏡檢查右側下鼻甲肥厚，左側則有時塞有時不塞，自覺左側比較不過敏，原因是左下鼻甲不太肥厚，右下鼻甲則肥厚甚，之前幾年斷續吃西藥都沒有用，後由他人介紹來此，來的時候是由父母親陪同。我把此病應如何治療的過程告訴其雙親，其雙親同意我的治法，經同意後決定點其右側，這樣療程才能縮短，療程大約六星期，在療程中還是要吃藥。點藥時開給葛根湯加黃連解毒湯是為避免發炎，2月7日時，右側下鼻甲結痂肥厚縮小，鼻塞及鼻過敏隨即減少，相反的是左側未點藥的部份鼻黏膜蒼白腫脹起來，於是改方小青龍湯7克 辛夷散4克 四逆湯3克來兼治左側，2月11日三診時剛好一個禮拜，檢視鼻腔情況除了擤鼻涕過於大力會出一點小血之外其他的症狀都進步很多，能在短短的一星期內病情就能進步如此，算是相當快的治法了，後續調養至療程屆滿為止而癒。

以上舉典型鼻涕倒流五例，對於鼻腔結構正常所發生的鼻涕倒流，補氣固表溫陽化飲散寒通竅可癒，水煎劑效果比粉藥效果佳，中藥又比西藥療效來的鞏固。但對於鼻腔結構改變即下鼻甲肥厚〈或息肉〉塞滿整個鼻腔引起倒流時，則光採用內服藥物要使倒流消除則療效近無，以我多年經驗觀察，此種類型之倒流引起之諸多症狀則非點藥把下鼻甲肥厚部份〈或息肉〉祛除是難以治好此病的。作者行醫三十餘年，治癒各類型鼻病無數，鼻涕倒流患者更是含概其中，內服加外治才是治鼻涕倒流的最佳最快的方法，點藥外治自古即有，如果祖先留下來的良好武器現在的中醫都不去用它，可遇見的未來，中醫治鼻病勢必功力一代不如一代。 土城 至善中醫診所 宋文靖 2016年9月28日