

• 臨床研究 •

三伏天灸對過敏性鼻炎症狀改善、生活質量的影響

劉慶生 劉雅媛 楊廉* 陳玉玲 劉國豪 羅曉琴 蔡全輝 鄭文婷

【摘要】 目的 觀察三伏天灸對過敏性鼻炎患者症狀嚴重程度和生活質量的影響。

方法 在三伏天對145例過敏性鼻炎患者進行中藥穴位敷貼治療，一個療程後對患者治療前後症狀嚴重程度(VAS量表)和生活質量量表(RQLQ)的情況進行比較研究。 結果 治療前後症狀嚴重程度評分比較顯示，8項症狀有顯著性差異($P<0.05$)；生活質量評分比較顯示，6項指標有顯著性差異($P<0.05$)。 結論 三伏天灸治療過敏性鼻炎，對於患者的8項症狀具有顯著療效，對噴嚏、鼻癢、鼻涕等症狀療效最為顯著；在生活質量方面，對情感、睡眠、生活實際問題、非鼻/眼症狀具有顯著改善作用。

【關鍵詞】 生活質量；三伏天灸；過敏性鼻炎

Effect of Dog Days moxibustion on allergic rhinitis symptoms and quality of life

LIU Qing Shen, LAO Nga Win, YANG Lian* CHEN Yu Ling, LIU Guo Hao, LUO Xiao Qin, CAI Quan Hui, KUONG Wan Teng
Traditional Medicine Clinic, Kiang Wu Hospital, Macau

【Abstract】 **Objective** Observe the effects of the dog days moxibustion on allergic rhinitis severity of symptoms and quality of life. **Methods** 78 cases with allergic rhinitis were treated with dog-days moxibustion, the symptoms and the quality of life of patients were assessed using VAS scale and RQLQ scale respectively. The scores of symptoms and quality of life before and after the treatment were compared respectively. **Results** There was significant statistical difference in eight symptom's score before and after the treatment ($P<0.05$). The comparison of quality of life score before and after treatment showed significant statistical difference in six items ($P<0.05$). **Conclusion** Dog-days moxibustion can significantly alleviate the symptoms of sneezing, nasal itching and rhinorrhea in patients with allergic rhinitis and improve the quality of life in aspects of emotion, sleep, real life problems and non-nasal/eye symptoms.

【Key Words】 Quality of Life; Dog-days moxibustion; Allergic rhinitis

過敏性鼻炎(allergic rhinitis, AR)屬中醫學“鼻齋”證範疇，又稱變應性鼻炎，在世界範圍內普遍存在，是一種變態反應性疾病，是機體接觸變應原後，主要由IgE介導的鼻黏膜非感染性炎症，急性發作期主要表現為突然鼻癢、鼻塞、打噴嚏、流清水樣鼻涕4大症狀^[1]以及鼻甲腫大、鼻黏膜蒼白水腫等，也可伴有流淚、眼癢、咽癢等症狀，到疾病晚期易發展為哮喘。該病通常病程長，且症狀易反覆發作，患者常因症狀控制不適當，影響日常生活、學習與工作、睡眠和情緒等方面，生活質量下降^[2]。

據調查，我國過敏性鼻炎發病率為15%~20%，個別

大城市高達30%，該病男女發病率無明顯差異^[3]，是由於遺傳性因素和環境共同作用而導致的多因素疾病，可引起發病的主要因素包括：遺傳因素、種族與地域、發育早期危險因素、變應原暴露、空氣污染、職業性因素等^[4]。可能加重該疾病的因素有：生活方式改變、心理壓力、全球變暖、接觸新變應原等。隨着工業化程度不斷提高、人類生活環境不斷變化，近年來其發病率在全球範圍內呈上升趨勢，至少影響全球10%~25%的人口^[5]，已成為嚴重的全球健康性問題。

澳門地處低緯，三面環海，深受海洋和季風影響，氣候具有潮濕、多雨的特點。這種氣候環境極易滋生蟎蟲等易誘發過敏性鼻炎的過敏原，而魚蝦等海產品亦是可能的過敏原之一，因而在澳門地區如何有效治療過敏

作者單位：澳門鏡湖醫院中醫科

*通訊作者 E-mail: zhyanglian@hotmail.com

性鼻炎是一個重要議題。

由於其病程長、症狀易反覆、療效不穩定的特點，過敏性鼻炎成為臨床治療的一道難題。目前臨床治療方法很多，現代醫學方法包括藥物、免疫治療、外科手術等。中醫方法包括中藥、針灸、穴位敷貼等。其中穴位敷貼更是近年廣泛用於過敏性鼻炎的方法，且療效較為顯著^[6]。目前對於過敏性鼻炎的研究較多，但針對澳門地區的研究尚為空白。本院採用三伏天灸治療方法，療效顯著，現將方法與結果總結如下。

資料與方法

一、臨床資料

病人來自本院中醫科門診，對145人發放問卷，於治療前和治療1個療程後進行兩次問卷回收，有效問卷共計78份，其中男47例，女31例；年齡最小18歲，最大71歲，平均年齡38歲。納入標準為：符合變應性鼻炎的臨床症狀：噴嚏、流水樣涕、鼻塞、鼻癢等症狀出現2項以上（含2項），每天症狀持續或累計在1小時以上。可伴有眼癢、結膜充血等眼部症狀。年齡≥18歲的成年人。排除標準為：急性鼻咽炎、妊娠期患者、發熱>38℃者、肺部感染者及嚴重心肺功能不全者、疤痕體質患者。全部病例於2013年7月~2013年8月接受治療。

本研究病例納入標準參照2009年中華耳鼻咽喉科雜誌編委會與中華醫學會耳鼻咽喉科學分會共同編制的“變應性鼻炎診斷標準和治療指南”。

二、觀察指標

通過對患者在治療前和完成1個療程（共3次）治療後進行問卷調查，包括症狀嚴重程度(VAS)量表^[7]、生活質量問卷(RQLQ)^[8]。問卷在醫務人員指導下由患者完成。參加問卷調查的所有患者，均在預約治療時，由醫生說明治療注意事項和問卷調查事項，並簽署知情同意書。

三、藥物製備

選用中藥細辛、延胡索、白芥子等，研細末並按一定比例加入蜜糖和薑汁，調製成1×1×0.8cm大小的藥餅，並於每1個小藥餅的中心點上麝香備用。

四、治療方法

於2013年三伏天的初伏（7月13日）、中伏（7月23日）、末伏（8月2日）3天進行穴位敷貼治療。分別將製備好的藥餅，用透氣膠布固定於所選穴位上。初伏選穴：大杼、肺俞、膈俞、中府；中伏選穴：風門、

膏肓俞、腎俞、雲門；末伏選穴：厥陰俞、脾俞、三焦俞、華蓋。每次藥物敷貼時間為4~6小時。根據病人耐受局部皮膚刺激感情況，可適當縮短敷貼時間。一般患者於取下藥餅時，局部皮膚通常會發紅，稍有灼熱感或痕癢感，皮膚對藥物刺激耐受差者或敷貼時間過長會導致起水疱。如果敷貼處起水疱，囑咐患者不要抓破皮膚，以免感染。若水疱較大者，應及時處理，可先穿刺吸水，外塗龍膽紫溶液，再用消毒紗布包紮。治療當天用溫水沐浴，治療期間禁食生冷、辛辣食物，忌煙酒。

五、問卷設計方法

本研究根據症狀嚴重程度評分量表(visual analog scale, VAS)、生活質量量表(Rhinoconjunctivitis Quality of Life Questionnaire, RQLQ)制定問卷，以研究三伏天灸對於過敏性鼻炎在症狀嚴重程度、生活質量等方面的治療效果，具體如下：

症狀嚴重程度評分採用症狀視覺類比評分量表(Visual analog scale, VAS)。觀測的症狀包括：鼻塞、鼻癢、噴嚏、鼻涕、眼癢、流淚、眼痛、眼紅腫、咳嗽、喘息、憋氣、胸部壓迫感共12項。在10cm長的尺規上標注0~100表示患者相應症狀的嚴重程度，“0”代表沒有該症狀，“100”代表該症狀最重。病人需根據最近1週的症狀，在尺規上標出所得分數。

生活質量改善狀況採用Juniper等開發的鼻結膜炎相關生活質量問卷(Rhinoconjunctivitis Quality of Life Questionnaire, RQLQ)，其評估項目分7方面28項：活動（最受影響的3項日常活動）、睡眠（入睡困難、夜間醒來、夜間睡眠欠佳）、非鼻/眼症狀（精力不足、口渴、工作能力下降、疲倦、注意力難以集中、頭痛、疲憊不堪）、實際問題（因為不得不帶紙巾或手帕而感到不便、需要揉鼻或眼、需要反覆地擤鼻涕）、鼻部症狀（鼻不通氣或鼻塞、流鼻水、打噴嚏、鼻涕倒流至咽喉）、眼部症狀（眼癢、流淚、眼痛、眼腫）、以及情感（沮喪、內心不耐煩或不安寧、易惱怒、因症狀而感到難堪）。以0~6分為評判，0~6分依次表示：沒有困擾、幾乎沒有困擾、有些困擾、中等程度困擾、十分困擾、很困擾、極度困擾。

六、統計學方法

數據資料由專人錄入，採用SPSS19.0軟體進行處理。對患者治療前後症狀的嚴重程度、生活質量進行均值比較及配對 t -檢驗。

結果

一、患者治療前後症狀嚴重程度比較

對78名患者治療前後症狀嚴重程度的評分計算均值(表1)，在12項症狀中，治療前，症狀由重到輕依次為：噴嚏、鼻涕、鼻癢、鼻塞、眼癢、咳嗽、眼紅腫、流淚、胸部壓迫感、眼痛、憋氣、喘息。而治療後，症狀由重到輕依次為：鼻涕、噴嚏、鼻塞、鼻癢、眼癢、咳嗽、眼紅腫、流淚、憋氣、喘息、眼痛、胸部壓迫感。

對78名患者治療前後症狀的嚴重程度進行配對 t -檢驗(表2)，有顯著性差異的症狀有($P<0.05$)：鼻塞、鼻癢、噴嚏、鼻涕、眼癢、眼紅腫、咳嗽、胸部壓迫感共8項，而這些症狀的 t 值由大到小依次為：噴嚏、鼻癢、鼻涕、咳嗽、鼻塞、胸部壓迫感、眼紅腫、眼癢。

表1. 患者治療前後症狀嚴重程度評分比較($n=78$)

| | 鼻塞 | 鼻癢 | 噴嚏 | 鼻涕 | 眼癢 | 流淚 |
|-------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| 治療前評分 | 44.61±27.40 | 48.81±29.49 | 54.48±25.88 | 49.82±31.24 | 30.66±26.73 | 17.72±22.87 |
| 治療後評分 | 35.14±27.30 | 33.59±25.64 | 36.03±25.95 | 38.52±29.10 | 23.61±25.24 | 12.85±21.58 |

| | 眼痛 | 眼紅腫 | 咳嗽 | 喘息 | 憋氣 | 胸部壓迫感 |
|-------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| 治療前評分 | 14.30±24.07 | 18.57±25.59 | 22.53±27.35 | 12.89±21.55 | 13.00±20.72 | 15.43±23.01 |
| 治療後評分 | 9.59±15.25 | 12.90±26.14 | 14.24±21.21 | 10.11±18.31 | 11.28±20.50 | 8.34±15.65 |

表2. 患者治療前後症狀嚴重程度 t -檢驗($n=78$)

| | 鼻塞 | 鼻癢 | 噴嚏 | 鼻涕 | 眼癢 | 流淚 | 眼痛 | 眼紅腫 | 咳嗽 | 喘息 | 憋氣 | 胸部壓迫感 |
|-------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|-------|
| t 值 | 2.53 | 4.38 | 5.96 | 3.35 | 2.06 | 1.91 | 1.65 | 2.07 | 2.78 | 1.04 | 0.55 | 2.53 |
| P 值 | 0.01 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.04 | 0.06 | 0.10 | 0.04 | 0.01 | 0.30 | 0.58 | 0.01 |

表3. 患者治療前後生活品質評分比較($n=78$)

| | 活動 | 睡眠 | 非鼻眼症狀 | 實際問題 | 鼻部症狀 | 眼部症狀 | 情感 |
|-------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| 治療前評分 | 2.88±1.79 | 2.05±1.59 | 2.04±1.44 | 2.63±1.68 | 2.78±1.48 | 1.09±1.09 | 1.69±1.56 |
| 治療後評分 | 1.97±1.68 | 1.60±1.26 | 1.56±1.13 | 2.04±1.40 | 1.92±1.37 | 0.88±0.93 | 1.02±1.13 |

表4. 患者治療前後生活品質 t -檢驗($n=78$)

| | 活動 | 睡眠 | 非鼻眼症狀 | 實際問題 | 鼻部症狀 | 眼部症狀 | 情感 |
|-------|------|------|-------|------|------|------|------|
| t 值 | 3.98 | 2.80 | 3.49 | 3.50 | 5.36 | 1.72 | 4.41 |
| P 值 | 0.00 | 0.01 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.09 | 0.00 |

二、患者治療前後生活質量比較

對78名患者治療前後生活質量評分進行均值比較

(表3)，在7個大項中，治療前受困擾程度由高到低依次為：活動、鼻部症狀、實際問題、睡眠、非鼻/眼症狀、情感、眼部症狀；治療後受困擾程度由高到低依次為：實際問題、活動、鼻部症狀、睡眠、非鼻/眼症狀、情感、眼部症狀。

對78名患者治療前後生活品質評分進行配對 t -檢驗(表2)，除眼部症狀外，其他各項均具有顯著性差異($P<0.05$)，其 t 值由高到低依次為：鼻部症狀、情感、活動、實際問題、非鼻/眼症狀、睡眠。

討論

過敏性鼻炎屬中醫學“鼻飢”的範疇，為肺、脾、腎功能失調，寒邪侵襲，深伏機體而致。肺主氣，開竅於鼻，肺氣虧虛，寒邪侵襲，則鼻流清涕，打噴嚏；脾為後天之本，氣血生化之源，腎為先天之本，腎

元虧虛，則不能溫養脾肺，至使正虛寒邪久留難祛，病情反覆發作，纏綿難癒。

三伏天灸利用三伏天氣候炎熱的特點，使用特製中藥，敷貼在特定穴位，如肺俞、脾俞、腎俞等穴位，調節臟腑功能，驅除寒邪，增強抗病能力。三伏天是一年中氣候最為炎熱，陽氣最旺盛的日子，從順應天時角度，天人相應的觀點，此時便是補益陽氣、驅散體內寒邪的最佳日子。選用藥性辛溫走竄、溫陽散寒、溫肺化痰、行氣通竅之品，如細辛、延胡索、麝香等，滲透皮膚吸收。同時，讓敷貼處皮膚產生灼熱感、刺激穴位，故能改善過敏性鼻炎症狀和提高生活品質。

過敏性鼻炎的發病率呈持續上升的趨勢，全球大約10%~25%的人群受其影響，該病雖不會危及生命，但對實際活動、社交、情緒、睡眠等生活質量會產生影響。同時，長期反覆慢性發展，可引發哮喘等呼吸疾病。美國一項對過敏性鼻炎調查報告顯示38%的患者完全不能忍受AR的發作，52%的患者因為AR而誤工或影響工作，85%的患者認為AR影響了他們的生活質量，表明AR對患者的生活質量造成嚴重影響^[9]。

VAS評分方法廣泛應用臨床研究中，過敏性鼻炎各症

狀VAS量表評分可以比較詳盡反映患者各症狀的情況。鼻結膜炎相關生活質量問卷(rhinoconjunctivitis quality of life questionnaire, RQLQ), 是目前觀察過敏性鼻炎生活質量最常用的專用量表, 該表從日常生活、行為問題、睡眠、情感、非鼻/眼部症狀、鼻/眼症狀等7方面反應過敏性鼻炎的生活質量。本研究採用上述量表在三伏天灸治療前後, 讓觀察對象做答問卷, 以期觀察比較該療法對過敏性鼻炎患者症狀及生活質量影響。

根據治療前後VAS和RQLQ量表評分的統計學分析, 結果顯示: 三伏天灸治療過敏性鼻炎, 對於患者的8項症狀具有顯著療效, 其中以過敏性鼻炎的四大主要症狀, 噴嚏、鼻癢、鼻涕、鼻塞等療效最為顯著, 極大改善了患者症狀。而在生活質量方面, 對患者日常生活、情感、行為問題、睡眠、非鼻/眼症狀、鼻部症狀等6個項目中均取得顯著療效, 極大提升了患者的生活品質。

本研究觀察三伏天灸對過敏性鼻炎的近期療效及生活質量遠期療效的機理仍有待進一步研究。

致謝: 本文承蒙澳門大學中華醫藥研究院/中藥質量研究國家重點實驗室陳美婉博士/助理教授、于元元博士生在論文數據分析、

統計方面給予的大力幫助和支持。感謝中醫科護士助理、助理員在問卷發放、收集和訪問方面所做的大量工作。

參考文獻

- [1] 柴建龍, 路明. 針灸治療過敏性鼻炎臨床研究. 吉林中醫藥, 2010; 30(10):888.
- [2] 陳紹輝, 陳俊琦, 周靖程, 等. 三九灸對過敏性鼻炎患者生活品質的影響. 上海針灸雜誌, 2010; 9(29):598-601.
- [3] 徐佩茹, 李敏. 過敏性鼻炎的診斷與治療新進展. 臨床兒科雜誌, 2007; 25(01):4-6.
- [4] 楊玉梅. 過敏性鼻炎的原因分析與護理干預. 醫學資訊, 2010; 12:3754-3755.
- [5] 黃小紅, 吳佳濱. 過敏性鼻炎原因分析及護理體會. 中國實用醫藥, 2011; 9:193-194.
- [6] 藍紹豔, 趙宏. 針灸治療過敏性鼻炎現狀. 臨床軍醫雜誌, 2010; 38(6):1068.
- [7] 中國行為醫學科學編委會. 行為醫學量表手冊. 北京: 中華醫學電子音像出版社. 2005:64-86.
- [8] Juniper EF. Measuring health-related quality of life in rhinitis. J Allergy Clin Immunol, 1997; 99:742-749.
- [9] 劉爭, 高起學, 崔永華. 美國AR最新調查報告. 中國醫學文摘(耳鼻喉喉科學)2007; 22(5):289-291.

(本文編輯: 丘熹彬)

• 臨床研究 •

鏡湖醫院內科住院病人睡眠品質及影響因素調查及分析

王煒* 黃宇鑫

【摘要】 目的 為了解本院內科住院病人睡眠質量及干擾睡眠的因素, 選取126例內科住院病人, 由病人自行填寫睡眠質量及睡眠干擾因素問卷。 **方法** 在本院選取126例內科住院病人, 由病人自行填寫睡眠品質及睡眠干擾因素問卷, 對睡眠品質及影響睡眠的相關因素進行統計學分析。 **結果** 住院內科病人的睡眠質量差; 大多數病人認為相關睡眠的因素有: 咳嗽、氣促、呼吸困難、擔心疾病等。 **結論** 提示應採取措施控制干擾睡眠的各種因素, 提高內科住院病人的睡眠質量, 促進其康復。

【關鍵詞】 睡眠質量; 睡眠相關因素; 內科病人

Investigation and analysis of sleep quality influencing factors in medical inpatient patient of Kiang Wu Hospital

作者單位: 澳門鏡湖醫院神經內科

*通訊作者 E-mail: macauwangwei@aliyun.com