

2020.03.16 鼻敏感族 天氣反覆噴嚏連連

近期流感出現全球性爆發，就連美國也不例外。然而，早在五年前，美國已聲稱其本土藥物已追不上流感病毒的變種，並預告五年後的今天，已經沒有有效的藥物對抗流感。時光飛逝，轉眼間已踏入第五個年頭，果然，今年流感出現大爆發。所以大家身邊總有幾個打著噴嚏、流着鼻水或咳神上身的人士。然而，最可憐的一群，莫過於流著清涕、鼻癢且打著噴嚏的鼻敏感一族，不單被誤會成流感病患者，有時，還慘被周遭人以非典病患者的態度看待，採取隔離政策，實在有損自尊心，Amy 便是其中一人。

Amy 苦着臉說：「譚博，我一向有鼻敏感的困擾，今年天氣反常，故令鼻敏感發作得更利害。早晚比較寒冷，中午陽光普照，時而潮濕，時而乾燥，上呼吸道難以適應，故鼻敏感發作得利害。

每天早上起床必定把一盒紙巾用光光才能出門上班。

上班途中，遇到溫差或空氣污濁的環境，鼻癢異常，於是便不停打噴嚏流鼻水，被途投以異樣目光，令我十分難堪。

回到公司，鼻癢稍為打個噴嚏，同事們不單馬上飛彈九尺遠，還對我微言，並投訴我何解傷風感冒不帶上口罩，是否想全公司陪我一起生病，我有苦自己知。究竟，鼻敏感能有根斷方法嗎？」

我答：「要處理鼻敏感，首先要知道鼻敏感的成因，才能對症。

1.肺虛：肺開竅於鼻，肺虛令呼吸道抵抗力弱，若遇上溫差、濕度差、過勞和氣血虛弱等，便會在鼻部出現毛病。

2.腎虛：腎主納氣（即吸納空氣），肺主呼氣，所以腎與肺其中一個較重要的關係，就是負責一呼一吸的關係。若腎虛，意味着吸納新鮮空氣的能力差，當然，呼氣的能力令一樣被削弱。肺開竅於鼻，於是鼻部又當鞅。

3.氣血虛弱：氣血不足難受寒、溫之變，鼻是與外界接觸的管道，若果氣血虛弱，鼻子這個圍牆便變成了犧牲品。

4.鼻骨移位：若果鼻骨移位壓迫着鼻內管道，便會對鼻黏膜造成刺激，於是鼻敏感不適便會反覆出現。

然而 Amy 妳是長期緊張、過勞，令肺、腎虛弱，同時，反覆的鼻敏感令妳習慣經常大力擤鼻，導致鼻骨移位，鼻骨移位又反饋令鼻敏感出現得更加頻密，所以造成今日的病況。」

Amy 急不及待問：「既然明白原因，可以怎樣處理？」

我答：「針灸佐以徒手復位。

針刺：印堂、風池和命門等穴，平補平瀉手法，佐以艾灸，留針 20 分鐘，隔日一次，七次為 1 療程。徒手復位：徒手將鼻骨回復到正常解剖位置，便可馬上把鼻孔內的壓迫改善，同時令經絡、氣血暢通，鼻塞也即時消失。」

Amy 大喜，並說：「馬上開工。」