老锦雄运用培元养心法治疗慢性荨麻疹经验介绍

曾馨俐[1]，张晏榕[1]，周思远[2] 指导：老锦雄[2]

1. 广州中医药大学针灸康复临床医学院，广东 广州 510006；2. 佛山市中医院，广东 佛山 528000

［摘要］介绍老锦雄教授运用培元养心法治疗慢性荨麻疹的临床经验。慢性荨麻疹是临床上常见的顽固性皮肤疾病，常兼具皮肤症状及焦虑抑郁等心理症状。老锦雄教授融合传统培元固本与养心安神理论，临证以背俞穴、中脘、天枢、关元、血海、足三里、三阴交为培元基本针灸处方，配合印堂、百会、四神聪，培元养心，形神同治，有效改善皮损症状及调节情志状态。

［关键词］慢性荨麻疹；培元养心法；背俞穴；温针灸；形神同治；老锦雄

［中图分类号］R249；R758.24 ［文献标志码］A ［文章编号]0256-7415（2025）24-0171-05

DOI：10.13457/j.cnki.jncm.2025.24.029

Introduction to LAO Jinxiong's Experience in Treating Chronic Urticaria with the Method of Cultivating Primordial Qi and Nourishing Heart

ZENG Xinli[1], *ZHANG Yanrong*[1], *ZHOU Siyuan*[2] *Instructor: LAO Jinxiong*[2]

1. Clinical Medical College of Acupuncture, Moxibustion and Rehabilitation, Guangzhou University of Chinese Medicine, Guangzhou Guangdong 510006, China; 2. Foshan Hospital of Traditional Chinese Medicine, Foshan Guangdong 528000, China

Abstract: This article introduces Professor LAO Jinxiong's clinical experience in treating chronic urticaria using the method of cultivating primordial qi and nourishing heart. Chronic urticaria is a common refractory skin condition in clinical practice, commonly presenting with both dermatological symptoms and psychological symptoms such as anxiety and depression. Integrating the traditional Chinese medicine theories of cultivating primordial qi and strengthening body resistance, and calming the heart to tranquilize the mind, Professor LAO's clinical approach employs a basic acupuncture prescription for cultivating the primordial qi, including the Back-*shu* points, *Zhongwan* (CV12), *Tianshu* (ST25), *Guanyuan* (CV4), *Xuehai* (SP10), *Zusanli* (ST36), and *Sanyinjiao* (SP6). This is combined with points such as *Yintang* (EX-HN3), *Baihui* (GV20), and *Sishencong* (EX-HN1) to cultivate primordial qi and nourish heart, simultaneously regulating both physical and mental aspects, effectively improving skin lesion symptoms and regulating emotional states.

Keywords: Chronic urticaria; Method of cultivating primordial qi and nourishing heart; Back-*shu* points; Warm needle moxibustion; Simultaneously regulating both physical and mental aspectss; LAO Jinxiong

老锦雄教授是广东省名中医，从事针灸教学、科研、临床30余年，具有丰富的临床经验，总结出“培元养心法”的学术思想，将“培元固本”与“养心安神”相结合，通过背俞穴与任督脉特定穴的协同应用，整合针刺、艾灸等多种治疗手段，形成了一套系统的针灸治疗方案，广泛应用于皮肤疾病、痛症及各种疑难杂症。该疗法不仅重视元气培补以固护正气，同时强调情志调节以安神定志，体现了

［收稿日期］2025-08-04
［修回日期］2025-11-01
［基金项目］广东省名中医传承工作室建设项目（粤中医办函〔2023〕108号）
［作者简介］曾馨俐（1998-），女，硕士研究生，E-mail：1374738626@qq.com。
［通信作者］老锦雄（1963-），男，主任中医师，教授，硕士、博士研究生生导师，E-mail：fsljx@163.com。

中医“形神合一”的整体观，为慢性荨麻疹的治疗提供了新的思路和方法。现将老锦雄教授使用“培元养心法”治疗慢性荨麻疹的经验总结介绍如下。

荨麻疹是以面部、躯干风团不定时，反复发作，伴或不伴瘙痒为主要临床表现的一组皮肤疾病，慢性荨麻疹则是指风团反复发作，且发作时间在6周以上。目前，临床治疗慢性荨麻疹的一线药物为第二代抗组胺药物[1]。然而，西药对疾病控制虽然有效，却难以根治，停药后易复发；此外，使用该类药物的患者还易产生一系列不良反应，加之该药使用时间长，患者的用药依从性差，治疗效果并不理想。研究表明，超过30%的慢性荨麻疹患者合并有焦虑、抑郁等精神心理障碍，导致健康及相关生活质量降低[2]。针灸治疗慢性荨麻疹展现出独特的心身同治优势，在改善皮损症状的同时能够调节情志状态，提高了临床疗效，降低了不良反应，不失为临床治疗慢性荨麻疹的良好方法。

1 慢性荨麻疹病因病机

荨麻疹属中医瘾疹、游风、风瘙瘾疹范畴，历代医家多认为，其病机主要与外邪侵袭、饮食失调、情志内伤、热毒内蕴或血热风燥等因素相关，临床治疗常以“治风先治血，血行风自灭”为指导，采用疏风、清热、凉血、祛湿等法。但对于病程迁延难愈，反复发作的慢性荨麻疹，老锦雄教授认为，元气亏虚、心神失养是此类患者发病的核心病机。

1.1 元气亏损为患病之源 《古今医统大全·中风先调其气》载：“人之元气强壮，荣卫平和，腠理致密，外邪焉能为害？”慢性荨麻疹虽属皮肤疾病，外邪侵袭虽为发病的重要条件之一，然究其根源往往是由于元气亏损，正气不足使邪有所乘，正所谓“邪之所凑，其气必虚”。元气为气之根本，为先天之母，营气、卫气均由元气氤氲化生[3]。《灵枢·本脏》言：“卫气者，所以温分肉，充皮肤，肥腠理，司开阖者也。”《灵枢·邪客》曰：“营气者，泌其津液，注之于脉，化以为血，以荣四末，内注五脏六腑。”若元气充沛，则卫外固密，腠理充实，邪不可干；若元气亏虚，则卫气不充，营血不足，肌肤失养，腠理疏松，外邪易乘虚而入，郁于肌表而发为瘾疹。此外，元气亏虚则无力托邪外出，致使邪气留恋，伏于体内，遇感即发，形成反复发作、迁延不愈的病理特点。《灵枢·刺节真邪》云：“真气者，所受于天，与谷气并而充身也。”指出元气禀受于先天父母之精，藏于肾中，赖后天水谷之气与自然清气充养。老锦雄教授在临床观察中发现，慢性荨麻疹患者大多先天禀赋薄弱，素体不耐，此与遗传因素密切相关，导致机体抵抗力下降，卫外不固，腠理空疏；加之现代生活中劳倦过度、饮食不节、起居失宜等因素耗伤中气，致使脾胃衰惫，运化无权，气血生化之源既绝，先天不足，后天失养，先后天互损，元气无以充养，共致慢性荨麻疹患者元气虚损之候。

1.2 心神失养为缠绵之机 老锦雄教授于临床实践中发现，慢性荨麻疹患者大多伴有情志异常，焦虑紧张、情绪波动往往诱发或加重病情。据现代研究表明，过敏类疾病可引起轻至中重度的焦虑、抑郁等精神心理问题，精神心理问题可加重过敏性疾病，二者互相影响，形成恶性循环[4]。《周慎斋遗书》曰：“病于形者，不能无害于神；病于神者，不能无害于形。”《素问·至真要大论》云：“诸痛痒疮，皆属于心。”慢性荨麻疹表现为皮肤证候，为“形病”，焦虑、抑郁等情志异常属“神病”，形神一体，形神相依，心神调畅，血脉充盈，则肌肤润泽无病；反之，若情志失调、心神被扰或失养，可扰乱心之气血阴阳，耗伤阴血，导致肌肤失于濡养，引起“形伤神，神伤形”的复杂性与矛盾性，从而引发顽固难愈的慢性荨麻疹。因此，老锦雄教授强调“心神失养”是慢性荨麻疹病机的重要环节，治疗需注重形神同治，方能打破其缠绵之势。

2 培元养心法治疗慢性荨麻疹

2.1 组方思路 目前，临床上治疗慢性荨麻疹选穴多选用曲池、血海、足三里、三阴交、膈俞、肺俞等高频腧穴，均可达到一定效果。老锦雄教授认为，慢性荨麻疹的核心病机为元气亏虚，此外，临床疾病大多为心身疾病，表现为形神俱病，老锦雄教授在培元固本基础上，重视养心安神，形神兼治，同时，重视固护脾胃以调后天之本。

2.1.1 培元固本，背俞为基 元气根于命门，其通过三焦之无形通道及经脉布达全身，推动和维持脏腑的正常功能，通过刺激五脏六腑元气所输注之背俞穴，可直接调整三焦，固元气，这是实现“培元”的重要方法。现代研究表明，背俞穴部位接近内脏，与相关脏腑具有相对特异性联系，最能反映五脏六

腑的虚实盛衰[5]；此外，针刺背俞穴可纠正患者血清中Thl、Th2的平衡失调，降低IgE的含量水平，减少细胞递质的释放，降低血管的通透性，从而实现对慢性荨麻疹的良好疗效[6]。在临床应用中，多数医家应用背俞穴治疗疾病时大多辨脏腑选取相应背俞穴，然而老锦雄教授从整体观出发，指出慢性疾病如慢性荨麻疹，往往涉及多脏腑功能失调，非一脏一腑之偏颇，若应用单一脏腑背俞穴，恐难以奏效[7]。因此，老锦雄教授在治疗慢性荨麻疹时，常整体使用背俞穴，以心俞、肺俞、肝俞、脾俞、胃俞、肾俞、关元俞、膈俞等为培元主穴，可培补慢性荨麻疹患者亏耗之元气，振奋一身之阳气以温煦肌表，固密腠理，增强卫外抗邪之力；还能通过经络内联脏腑之效，协调内在气血，扶正以祛邪，表里同治，从而针对慢性荨麻疹本虚标实、内外相因的复杂病机取得显著疗效。

2.1.2 养心安神，形神兼治 老锦雄教授认为“神不安，则气不和，痒不止”，在治疗慢性荨麻疹时，不仅仅要关注局部的皮肤异常，更要重视患者精神因素对疾病的影响，因此在重视培补元气的同时，还强调养心安神的重要性。老锦雄教授多应用头面部、督脉上的穴位，对印堂、百会、太阳和四神聪行平刺，行小幅度提插，以达疏调头部气血，养心安神目的。督脉入络脑，上贯心，脑为元神之府，故选取位于督脉上的印堂、百会，百会为督脉要穴，总督诸阳，是百神汇聚之所，可通达神机，印堂位于两眉心，有安定元神之功；四神聪为经外奇穴，环绕百会，共奏宁心定志、调畅神机之效。诸穴相配，以调心神、脑神，促进神之出入游行，用“神”治“神”，调畅情志，养心安神。

2.1.3 固护脾胃，充养气血 朱震亨在《丹溪心法》云：“瘾疹多属脾。”说明本病的发生与脾胃关系密切，脾胃为后天之本，气血生化之源，脾胃和则气血生，使肌腠得到濡养，邪气得以外泄，达到疹祛痒消之效。因此，老锦雄教授在治疗慢性荨麻疹尤重视运用脾胃二经上的穴位，常取中脘、关元、天枢、足三里、梁丘、血海、三阴交以固护脾胃，畅达中焦。中脘、关元属任脉穴位，任脉为阴脉之海，取之可调和营阴以达止痒之效[8]；天枢、足三里、梁丘属多气多血之足阳明胃经，且足阳明之经其经别“上至脾，入于腹里，属胃，散之脾”，故以此激发脾胃二经之经气，化生气血以灌四傍[9]；血海、三阴交均属足太阴脾经之穴。《会元针灸学》云：“血海者，是心生血……通血之要路。”刺激此二穴可健脾助运，使血气归流，调血气，理血室，具养血活血、祛风止痒之效。诸穴合用，旨在强健中州，以资化源，使气血通畅，邪去痒止。

2.1.4 不拘一法，随证加减 老锦雄教授认为，慢性荨麻疹患者病程长，反复缠绵，多属本虚或虚实夹杂，故临证中在培元养心针法的基础上，应辨证施治，灵活加减。若心火亢盛时，可选用大陵、劳宫、合谷等穴，且采用强刺激手法；若胃火炽盛者，可加用曲池穴，采取提插泻法以清泻阳明热；若风邪侵袭者，可加用风池、风市二穴以疏风止痒，并在出针后行留罐法；病有轻重缓急，若慢性荨麻疹急性发作，瘙痒剧烈、风团颜色鲜红者，可在膈俞穴行刺络拔罐法，使“邪有出路”，且暂不用灸法，可电针结合；缓解期者则可在诸穴使用温针灸法，或在神阙行隔盐灸以调补后天。

2.2 操作特色

2.2.1 查元定位，以辨虚位 慢性荨麻疹虽为皮肤疾病，但其本在于内在脏腑元气失调，导致邪气郁于腠理，因此，辨虚位所在，是精准治疗荨麻疹，有效培养元气之关键。《灵枢·刺节真邪》曰：“用针者，必先察其经络之实虚，切而循之，按而弹之，视其应动者，乃后取而下之。”老锦雄教授深谙“有诸内者必形诸外”之理，当疾病发生时，内部病变会以外部证候为载体表现出来，背俞穴是脏腑之气血输注至腰背部的特定穴位，五脏六腑之盛衰均可反映在此，故选取足太阳膀胱经之背俞穴作为探查虚位之“窗口”，对其进行“循按扪视”。具体操作：先以食中二指自上而下循按膀胱经第二侧线，再视其皮肤之枯荣、弹性，触其肤温、是否有异物，肌肉的软硬程度等，从而司外揣内，可综合探知荨麻疹患者脏腑元气之虚位所在，若见异常，如色素沉着、痤疮、粉刺或按之硬结疼痛者，此皆内病之外应，多为脏腑虚损或邪气郁闭之征，可在此类反应点施以挑破放血，或挑刺散结，旨在“去宛陈莝”[10]，通其郁滞，调其气血，为治疗慢性荨麻疹这一痼疾提供了独特而有效的思路。

2.2.2 治神守气，气随针定 慢性荨麻疹患者因瘙痒常困扰其工作与生活，因此老锦雄教授特别强调

慢性荨麻疹治疗时“治神守气”的重要性。“用针之要，无忘其神”“凡刺之法，必先本于神”，老锦雄教授认为，治疗疾病时当心–神–体–脉贯通，医者与患者均在此过程中养心，同时，医者应引领患者完成养心–凝神–聚气–形全的过程，做到《灵枢经》中强调的“必端以正，安以静，坚心无解”，则更易达到“气至而有效”。针刺手法方面，老锦雄教授强调进针时和行针时都需心神平和，据研究表明，机体在应激状态下可以引起神经–内分泌系统功能紊乱以至免疫系统功能紊乱，释放一些内分泌因子、神经递质等，形成局部的应激反应系统，导致皮肤病的发生[11]，故老锦雄教授验古创新，改良出“重按轻弹管针无痛进针法”。具体操作：针刺前先以押手揣穴，此为“重按”，正如《标幽赋》所言：“左手重而多按，欲令气散；右手轻而徐入，不痛之因。”既缓解紧张情绪，又减轻患者疼痛；“轻弹”即管针置于穴位，轻弹针尾使针尖快速破皮，以实现无痛进针，此方法使患者在身心平和的状态下迎接气至，为调和脏腑、培养元气奠定基础。

2.2.3 刺灸并重，温阳扶正 老锦雄教授通过临床观察发现，在岭南地区，由于人们长时间处于空调环境中，且多喜食寒凉冰冷食物，慢性荨麻疹患者多以阳气虚体质多见，因此，老锦雄教授以“温阳扶正”为法，将背俞穴与温针灸结合在一起。《本草纲目》曰：“艾，外用灸百病，壮元阳，通经脉，补行气血。”元气亏损是慢性荨麻疹的致病之源，而艾灸因其温煦透达、培元固本之力，可通过良性刺激，调整脏腑功能，调动机体正气，对免疫机能有良好的调节作用，尤为适宜此类虚证及虚实夹杂之证，同时艾叶气味芬芳兼有安神宁心之效，有助于调畅情志，契合慢性荨麻疹身心共调之需。现代研究表明，艾叶具有抗炎、抗过敏、抗氧化的作用，可通过抑制血管内皮细胞的细胞黏附能力抑制免疫接触性荨麻疹的发展[12]。因此，老锦雄教授通过温针灸背俞穴以温阳扶正，固本祛邪，使慢性荨麻疹患者恢复“阴平阳秘”的状态。具体操作：选用0.3 mm×40 mm规格的一次性针灸针直刺进针，得气后在针体与皮肤之间垫纸皮纸垫，选取一段约2 cm短艾条戳一小孔，随后套在针柄，艾条燃尽后出针。

3 病案举例

刘某，男，35岁，骨科医生，2025年5月7日初诊。主诉：全身反复红斑、风团、瘙痒5年，加重1个月。患者5年前无明显诱因下四肢躯干出现红色风团，高出皮肤，片状分布，伴有瘙痒，约几分钟后可自行消退，每月发作1～2次，瘙痒尚可忍耐，未予系统诊治。近1个月症状加重，发作范围扩大，呈全身性发作，瘙痒难耐，每周约发作4～5次，每次发作口服氯雷他定可缓解，自诉近几个月来工作压力增大，于情绪紧张或受凉后发作，作息不规律，夜寐欠安，情绪不佳，胃纳差，易腹胀，大便烂，每天2次，小便无特殊。舌红、苔薄白，脉沉弦。查体：皮肤划痕试验阳性，左侧膈俞穴处有硬结。西医诊断：慢性荨麻疹。中医诊断：瘾疹；辨证属肝脾不调。治宜培元养心、调和肝脾。针灸处方：①先在膈俞穴处予碘伏消毒后用三棱针刺络拔罐；②俯卧位取心俞、肺俞、肝俞、脾俞、胃俞、肾俞、关元俞，用0.3 mm×40 mm环球牌毫针，用烧山火进针手法进针，得气后于皮肤与针柄之间铺纸皮防止烫伤，放置一短艾条于针柄上，待艾燃尽后出针；③出针后仰卧位取印堂、百会、四神聪、合谷、太冲，用0.2 mm×20 mm环球牌毫针进针；中脘、天枢、关元、血海、足三里、三阴交行温针灸，操作方法同背俞穴，术毕出针，嘱患者注意保暖，多饮温水，忌食辣、油炸、虾蟹、牛羊肉、菇类食物。

刺络拔罐每2周1次，温针灸每周2次。连续治疗3周后患者诉症状较前有所缓解，瘙痒减轻，情绪改善，胃口有改善，寐可，大便仍烂，小便正常。效不更方，连续治疗4周后，患者诉风团、瘙痒基本控制，大便正常，余同前。嘱患者继续行培元养心针灸治疗，频率改为每周1次。

按：本案患者全身反复红斑、风团、瘙痒5年，加重1个月，属中医瘾疹范畴。其病机关键在于元气亏虚，肝脾不调。患者禀赋不耐，加之从事医疗行业，工作压力大，致肝气不舒，肝郁易乘脾；又因饮食作息不规律，导致脾虚失运，生化乏源，故见纳差、腹胀、大便烂；脾虚则气血生化不足，生风化燥，肌肤失于濡养，则发为风团、瘙痒；病久及肾，进一步耗伤元气，加之夜寐欠安，心肾失养，加剧阴阳气血失调。治疗上应遵守“培元养心，调和肝脾”之则。膈俞为血会，行刺络拔罐之法，乃遵“菀陈则除之”之训，可破瘀结而通利营卫；五脏俞可培五脏元气，《类经》有云：“十二俞……皆

通于脏气。”荨麻疹虽形于肌肤，其根在脏腑失调，肺主皮毛，刺肺俞可宣发卫气，固表以御外邪；心主血脉，针心俞能宁心安神，清血分之热而止痒；肝藏血，取肝俞可疏泄肝郁，调畅气机，则风邪不得妄动；脾为气血生化之源，脾俞、胃俞能健运中土，使气血充盛则风团自消；肾为元气之根，温肾俞、关元俞可培元固本，扶正以祛邪。诸穴合用，通过调治内在脏腑，使气血冲和，营卫调畅，则外发之瘾疹可不治而自愈；穴取印堂、百会、四神聪、合谷、太冲，诸穴配伍，调神解郁，养心安神；脾胃受损，气血生化不足，无法资助先天之元气，致身体本虚，邪气凑之，老锦雄教授认为脾胃为后天之本，为气血生化之源，是补助先天元气的重要来源，穴取中脘、天枢、关元、血海、足三里、三阴交，意在调理中焦，充养后天。在培元养心理论的指导下，诸法共奏，从根本上治疗慢性荨麻疹。此案提示在慢性荨麻疹的治疗过程中应突破“见疹治疹”的局限，当从整体观审视气血阴阳的失衡状态，此案患者，应以背俞穴培元固本为根基，结合养心安神、补益中焦、疏肝健脾诸穴，配合温针灸等法激发人体自愈能力，方可打破“停药复发”的恶性循环。

4 结语

老锦雄教授在汲取各中医家的学术思想与基于自身临床经验的基础上，提出了“培元养心”的针灸概念，从整体观念出发，重视培元固本，养心调神，通过背俞穴、温针灸等方法结合使用，起到形神同治，协同增效的作用，对改善慢性荨麻疹症状、提高患者的生活质量具有重要意义。

[参考文献]

[1] ZUBERBIER T，ABDUL LATIFF A H，ABUZAKOUK M，et al. The international EAACI/GA(2)LEN/EuroGuiDerm/APAAACI guideline for the definition，classification，diagnosis，and management of urticaria[J]. Allergy，2022，77(3)：734-766.

[2] LI J，MAO D，LIU S，et al. Epidemiology of urticaria in China：a population-based study[J]. Chin Med J(Engl)，2022，135(11)：1369-1375.

[3] 陈吉全，陈瑞祺. 论中医“气的分类”的逻辑矛盾与解决方式[J]. 中医药通报，2024，23(10)：20-22.

[4] 樊长娥，张俊晶，王洪田，等. 过敏性疾病与精神心理因素的相互关系[J]. 山东大学耳鼻喉眼学报，2024，38(1)：101-105.

[5] 吴新贵，何源浩. 背俞穴的主治作用及其机制[J]. 中国临床康复，2006(43)：170-182.

[6] 李坚将，刘辉，陈狄，等. 针刺背俞穴加刺络拔罐治疗慢性荨麻疹及对其血清白细胞介素4、γ干扰素和免疫球蛋白E的影响研究[J]. 中国全科医学，2011，14(28)：3292-3294.

[7] 杨松堤，聂卉，孟凤仙. 背俞穴临床应用与中医整体观[J]. 中医药学报，2000(6)：47.

[8] 徐诗婷，陈丽莹，陈杨云，等. 林咸明教授针药结合治疗慢性荨麻疹经验介绍[J]. 上海针灸杂志，2024，43(2)：119-123.

[9] 胡丹阳. 益气养血法埋线治疗气血亏虚型慢性自发性荨麻疹的临床疗效观察[D]. 福州：福建中医药大学，2023.

[10] 陈震海，李智濠，老锦雄. 老锦雄培元养心针法经验介绍[J]. 新中医，2025，57(13)：119-122.

[11] 杨家慧，陈宏翔，喻楠. 心身性皮肤病特点与类型的研究进展[J]. 皮肤科学通报，2021，38(2)：157-161.

[12] 种凯艳，兰祝飚. 基于生物信息学分析艾叶治疗慢性荨麻疹的分子机制[J]. 中国现代医生，2023，61(15)：25-29.

[责任编辑：刘淑婷，蒋维超(英文)]