

难缠的儿童荨麻疹，急坏了父母！中医来支招

台州市立医院 2026年1月30日 17:28 浙江

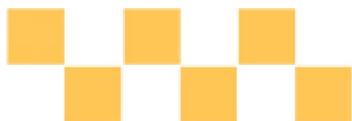


体检预约

点击直达“健康管理中心”
一站式服务

吐槽点赞

点击直达“市立心声码”
填写页面



每当换季或者天气一冷，小学生乐乐身上就会冒出一片片的红疹，瘙痒难耐，越抓越严重。乐乐的生活受到了严重影响，家长带去医院看，终于明确是得了荨麻疹。

可让人头疼的是，抗过敏药一停，红疹就卷土重来。反复折腾了半年，乐乐的脾气变得越发急躁，全家人都心力交瘁。



偶然听说中医治疗荨麻疹很有效，家长便带着乐乐来到**台州市立医院中医（中西医结合）科门诊**，见到了**副主任中医师蔡力**。

经过“望闻问切”，蔡医生发现乐乐舌淡红、脉细，中医辨证其为**少阳病**（兼有风邪、热邪），随即开具了小柴胡汤加荆芥、防风、金银花、连翘加减的方剂，并叮嘱配合饮食调整与生活护理。

服药两周后，乐乐的皮疹明显减少，吃饭香甜了，睡眠也安稳了。规律服药一个月后停药，那恼人的荨麻疹也没有再复发。

关于荨麻疹

荨麻疹，俗称“风疙瘩”“风疹块”，在中医里被称为“瘾疹”，是一种常见的**皮肤过敏反应疾病**。其核心症状是**皮肤突然出现凸起的红肿包块或风团，瘙痒剧烈且时起时消，让人难以忍耐**。

根据病因，荨麻疹可分为自发性和诱导性两类；按病程长短，则分为急性和慢性两种。当症状连续、反复发作超过6周，就属于慢性荨麻疹。这种疾病不仅严重影响孩子的饮食、睡眠等生活质量，**长期反复还可能干扰生长发育**。

为什么孩子容易中招荨麻疹

中医认为，小儿“脏腑娇嫩，形气未充”，免疫系统尚未发育成熟，正气相对不足，更容易受到外邪侵袭。

儿童荨麻疹的发病，主要与内外两大因素相关：

外因：外界刺激是直接诱因

①**风邪侵袭**：气温骤变或者吹风受凉，是儿童发病的常见触发点；



② **饮食不当**：食用海鲜、坚果、芒果等发物，或接触辛辣刺激、生冷食物；

③ **接触过敏原**：接触花粉、尘螨、宠物毛发等，都可能引发皮肤过敏反应。

内因：体质与脏腑功能是根本

① **脾胃虚弱，湿邪内生**：孩子消化功能较弱，脾胃失调易滋生内湿，诱发皮疹；

② **肺卫不固，表虚易感**：肺气不足则皮肤屏障功能差，难以抵御外界刺激；

③ **情志不畅，肝气郁结**：瘙痒带来的烦躁情绪，日常哭闹反而会加重病情；

④ **禀赋不足，体质敏感**：有些孩子天生过敏体质，容易对多种物质产生免疫反应。

中医治疗荨麻疹

中医综合疗法：内外兼治更高效

中医治疗儿童荨麻疹并非单一用药，而是采用“**内服+外治**”的综合方案，兼顾治标与治本：

1. 中药内服：从根源调节体质

中医治疗荨麻疹讲究辨证论治，根据孩子的体质和症状表现，**辨证施治，个性化调配中药汤剂或颗粒剂**，从根本调节脏腑功能，补足正气，改善过敏体质。

1

风热型

典型症状：风团色红，灼热剧痒，遇热加重、遇冷减轻，可能伴随发热、咽喉肿痛

治疗原则：疏风清热，凉血止痒

常用方剂：消风散加减

风寒型

典型症状：风团色白，遇风遇冷后加重，保暖后症状缓解，孩子通常不口渴

治疗原则：疏风散寒，调和营卫

常用方剂：桂枝麻黄各半汤加减

胃肠湿热型

典型症状：风团色红、瘙痒明显，同时伴随脘腹疼痛、恶心呕吐、便秘或腹泻

治疗原则：清热利湿，通腑泻热

常用方剂：防风通圣散加减

气血两虚型

典型症状：风团反复发作，迁延数月甚至数年，劳累后加重，面色少华、神疲乏力

治疗原则：益气养血，祛风止痒

常用方剂：八珍汤加减

2. 中药外治：缓解瘙痒不适

选用清热解毒、祛风止痒的中药煎汤，给孩子进行药浴。需注意**控制水温在35-40℃**，避免过热刺激皮肤，**每次药浴时间控制在10分钟左右**。

家庭护理指南：三分治，七分养

荨麻疹的康复离不开科学护理，除了对症用药，家长还要做好“七分养”，才能让治疗效果事半功倍。

饮食调理：急性期严格避免鱼、虾、蟹、牛羊肉等“发物”；日常多吃清淡、易消化的食物，远离辛辣刺激、生冷油腻及含添加剂的零食、饮料等。

生活管理：选择宽松、柔软的棉质衣物；保持室内清洁，干净通风，勤换床单、被褥；避免过热洗澡，水温控制在37℃左右，洗完澡应及时擦干；定期修剪孩子指甲，避免抓挠抓破皮肤引发感染。

情绪调节：瘙痒会让孩子烦躁哭闹，家长需耐心安抚，通过讲故事、做游戏等方式分散注意力；保证孩子充足睡眠，避免过度疲劳，帮助孩子提高自身免疫力，抵御疾病。



专家介绍



蔡力

中医（中西医结合）科副主任中医师

擅长：中医内治及外治相结合，治疗如痤疮、湿疹、皮炎、荨麻疹、黄褐斑、带状疱疹等各种皮肤疾病。同时擅长对各种慢性病调理、顽固性咳嗽、慢性咳喘、过敏性鼻炎、慢性胃肠炎、睡眠障碍、眩晕症、肿瘤等内科常见病的中医诊治。

出诊时间：周一、周五上午（新院区）

往期回顾

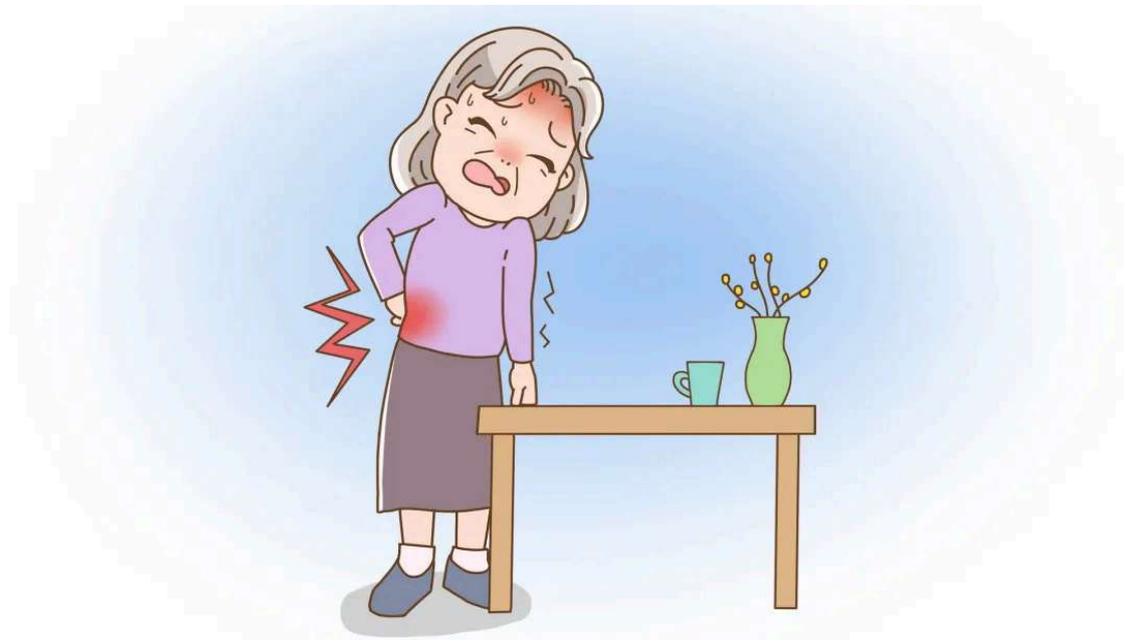
▶ 4天3例！都是血压惹的祸



▶ 黑眼圈还有分型？
专业医师教你科学应对，巧妙避坑



▶ 以最小创伤解决复杂脊柱问题
害怕开刀的她终于决定不再忍耐



内容含AI生成图片