



国务院联防联控机制召开新闻发布会： “保健康、防重症”中医药将发挥重要作用

1月3日,国务院联防联控机制召开新闻发布会,国家中医药局负责同志和有关专家出席发布会,介绍中医药医疗救治工作有关情况。

当前,我国疫情防控工作重心从防感染转向保健康、防重症,中医药可以发挥哪些作用?

国家中医药管理局副局长、中国中医科学院院长、中国工程院院士黄璐琦:经过三年疫情防控,我们形成了中西医结合、中西药并用的中国方案,中医药在其中发挥了很重要的作用。

第一,对患者可以分层干预。当前,流感、感冒、新冠交织在一起,对于患者,可以选择对症使用的中药,居家进行治疗,减轻医疗机构、医疗资源的挤兑风险和压力。

第二,可以发挥中医药在治疗中的独特优势,对于轻型、普通型患者可以以中医药为主导,重型、危重型可以中西医结合治疗。对于轻型、普通型患者,中医药进行治疗可以缩短病毒清除时间、缩短住院时间,缓解临床症状。对于有可能转重的患者,及早进行中医药的干预治疗,可以降低转重率。对于重型、危重型的患者,可以开展中西医结合治疗,可以有效阻断或减缓重症向危重症的发展,促进重症向轻症的转变,减少病亡率。对于上述的疗效,在去年3月世界卫生组织中医药救治新冠专家评估会报告里给予了充分肯定。

第三,在康复中的作用。很多患者都有亲身体会,核酸转阴以后还有咳嗽、乏力、出汗等症状,中医药可以对症治疗,发挥整体调节作用。

如何区分风寒和热风?怎么选药更对症、更有效?

北京中医医院院长刘清泉:对于新冠病毒感染这样的疾病,中医称为“疫病”,通俗来说就是传染性很强的外感病。既然是外感病,不管它是风寒的诱因还是风热的诱因,出现临床症状大部分都表现出发烧、怕冷、乏力、咽喉疼痛等症状。不管是风寒、风热引

起的临床不适,具有解表功能、治疗感冒的药物治疗都是有效的。如果有专业医生从中医理论进一步区分开风寒、风热进行治疗,可能疗效会更为迅速一点。

从临床来看,出现发烧、怕冷,想穿一些厚的衣服,肌肉比较酸痛、咽干咽痛、乏力、鼻塞流涕,多属于风寒导致,往往服用疏风解表这样一些治疗感冒的中成药,比如感冒清热颗粒,传统的名方荆防颗粒、正柴胡饮颗粒等。

如果出现明显发烧,体温可能到39℃,咽喉疼痛非常明显,只是感觉肌肉酸痛,没有怕冷的明显感觉,有乏力、咳嗽的情况下,从中医的归属上,可能是风热诱因所导致的疾病。这时要用一些疏风清热或化湿解表、清热解毒类的中成药,国家中药管理局的《新冠病毒感染者居家中医药干预指引》里面推荐的一些药物,比如连花清瘟、金花清感、疏风解毒、宣肺败毒、清肺排毒、热炎宁、银翘解毒颗粒、蓝芩口服液、复方芩兰口服液、痰热清、双黄连、抗病毒口服液等。

如果有了这样的症状不适,患者选择中药时,选准了一种药物,按照说明书或咨询一下专业医师来进行服用,如果服用1~2天,症状没有明显缓解或持续加重了,没有退烧迹象,应及时到医疗机构就诊,千万不要盲目同时服用多种功效类似的中成药。一些特殊人群,比如65岁以上尤其是80岁以上的老年人,有慢性基础病的,有肿瘤的,有免疫相关疾病的,慢性肾功能衰竭在做常规透析的,这些人群如果感染了新型冠状病毒后,吃中成药时一定要向专业医师咨询,在医生的规范指导下用药,否则可能会延误病情,错过最佳救治时期。

很多感染患者在康复中都出现咳嗽的症状,怎么选用中药?

中国中医科学院广安门医院急诊科主任齐文升:咳嗽是机体的一种保护性反射,主要

是用来清理呼吸道异物和分泌物,是一种保护性反射。从中医的角度来看,新冠患者在后期主要是余邪未尽、正气受伤,比如痰热未清,肺阴受伤,肺的宣发肃降功能失调,遗留咳嗽。像这种咳嗽往往有痰少、色白、质粘或伴有咽痒的症状。所以临床治疗一方面是扶正,扶正就是养阴润肺,另一方面就是祛邪,清热化痰。有些中成药效果不错,如急支糖浆、养阴清肺丸、杏贝止咳颗粒。

咳嗽持续时间久或咳嗽加重会不会引发肺炎?可以明确,咳嗽本身不会引起肺炎,如果是肺炎的咳嗽,一定会有持续发热、喘促,大量的黄粘痰,以及食欲的严重下降。如果出现肺炎咳嗽的症状,就应该及时到医院就诊,以免延误病情。

家里如果有老人、有小孩,他自己表述不清,出现了咳嗽,要看他的精神状态,如果老年人精神萎靡、食欲下降,小孩呼吸急促甚至口唇紫绀,这些情况要及时送医。

老年人、儿童、孕产妇等重点人群如何选用中药防治新冠病毒感染?

发挥中医药特色助力新冠康复

日前,北京市卫生健康委组织专家制定了《新型冠状病毒感染者恢复期健康管理专家指引(第一版)》,针对恢复期主要健康问题与重点人群提出康复建议,其中包含多种中医方法。

针对咳嗽症状,《指引》提出,一般的轻度咳嗽可以不用治疗。在中医药方面,若伴有咽部疼痛或者咳嗽(尤其干咳为主),没有其他症状表现,可以服用荆防败毒散、银翘散、桑菊饮,以化热生津,润肺止咳,也可以采用刮痧等中医外治法。

若感到机体乏力或自觉疲乏,《指引》建议,症状较轻微而

广东省中医院院长张忠德:老年人的体质就是正气虚,各种机能下降,尤其是80岁以上,还有很多基础病的、平时有慢性病的人,正气虚、肾气虚、脾气虚。感染了新冠病毒后,早期症状很轻微时,老人的用药前提是早期干预、全程干预,一定要早期,当他一出现恶寒、头痛、发烧或胃脘不好时,我们就开始选药了。选药原则是阻断向重症发展,对主要症状要进行强烈的干预。如果是发烧为主的就清热解毒。寒湿为主的就驱寒解毒为主,如果以湿邪为主、以胃肠道症状为主,就化湿解毒,如果以气喘胸闷为主就宣肺解毒。根据不同来选择“三药三方”,化湿败毒、宣肺败毒、清肺败毒,这三个方是一个很好阻断老年人向重症发展的药物。更主要的是,老年患者的本质就是虚症,所以在这个过程中,一定要注意全程扶正,补气为先,用西洋参、太子参,出汗多的温阳,西北地区多燥邪,就滋阴治疗,每个地方都有沙参、麦冬。知道怎么去选,知道是因为什么,就可以阻断。如果没有清肺排毒汤怎么办?还有

无呼吸困难,常规进行基础疾病治疗的同时可适当予以补气药物的治疗,如百合、桔梗等药物补益肺气,宣畅气机。也可采用泡洗等中医外治法,取生姜3片(约一元硬币大小)加艾绒5克,盐5克,共煮10分钟,加水至踝关节以上,控制温度在40℃~43℃,保持此温度泡洗约30分钟,每日一次。以微微汗出为宜,不可大汗淋漓。如果有心脏病,泡洗时间需要减半,切不可时间过久。若出现呼吸困难不能缓解,需及时前往医院就医。

针对失眠问题,《指引》提出可用中药泡洗等方法。对于骨关节疼痛、咽痛等疼痛表现,

“三药三方”,还有国家中医药管理局推出来的一些中成药。一旦出现高热不退、胸闷不舒服,尽快去专业的医院,让专业的医生处理。

儿童目前治疗的可选药物不多,但中医药在儿科方面,尤其是在外感性疾病方面有优势。儿童的体质就是骄阳,比如这一波疫情中,广东高烧的患儿比较多,中医药治疗效果非常好,用麻杏石甘汤和银翘散组成健儿解毒方,大多数患者可以在24小时、36小时内把体温降下来,留下一点点咳嗽,很快就康复了。但由于儿童病情进展非常快,如果持续高烧,并出现抽搐、惊厥等情况,要尽快去医院。儿童的病情来得快、去得快,要关注患儿体温的情况。

在治疗孕妇的高危症状时,针对高烧、剧烈咳嗽、便秘这三个主要症状,中医药效果非常好,选用中医药药典里面记载的对孕妇、胎儿没有影响的药物,有很好的效果。如果出现高烧持续不退或出现并发症,一定要去医院诊治。另外,孕妇服用这些中药,要在医生指导下服用。(来源:新华网)

可使用金喉健、薄荷含片等药物治疗咽痛,也可以采用热敷、刮痧等中医外治法。

在恢复期,《指引》建议合理运用药膳进行食养和食疗,结合冬季气候特点,推荐使用雪梨罗汉果水、玉米须橘皮水、白萝卜蜂蜜水、核桃葱白生姜汤、梨汤、山药冬瓜莲子粥、薏苡仁茯苓山药粥等中医药膳食疗法。日常锻炼应从低强度活动开始,如散步、八段锦、简单日常家务等。

(来源:中国中医药报)

责任编辑:黎佳
本版邮箱:mzyyb1b@126.com