

阳后咳嗽不止的中医调治



前段时间以来,许多市民陆续感染新冠病毒,出现发热、咽喉肿痛、全身酸痛、咳嗽痰多等典型症状。然而,不少患者“阳康”以后,症状慢慢消失,唯独咳嗽不愈,有的干咳不止,有的咳痰不断,多数伴有咽痒、咽干、咽痛、口干等表现。中医师指出,是肺气受损所致。究其病因,乃风邪热毒侵袭、熏灼肺脏,肺失肃降,肺阴受损,灼津生痰;或素体脾虚,或患病期间饮食失常,使脾失健运,痰浊内生,上逆阻肺,肺失肃降;或患病后情志失调,肝郁化火,上逆犯肺,均可导致肺失肃降,肺气上逆而咳。中医认为,新冠感染属“疫病”范畴,吴又可《温疫论》中指出:“凡人口鼻之气,通乎天气,本气充满,邪不易入,本气适逢亏欠,呼吸之气,亦自不及,外邪因而乘之。”肺感疫戾之气,表现出咳嗽等症,而在新冠感染后期,肺部余邪未尽、正气受伤,肺的宣发肃降功能失调,所以咳嗽持

续不愈。治宜清肺祛邪。以宣发为主,肃降为辅,宣肃结合。宣发以使肺气通畅,助邪外出;肃降以助肃清气道壅滞之痰浊,辅以清热化痰顺气,使肺之宣发与肃降恢复正常。可选具有宣肺止咳化痰功效的方剂,如桑杏汤、止嗽散、清燥救肺汤等。阳后咳嗽多为本虚标实或虚中夹实之证,临证治疗应辨证论治。

1. 热毒伤肺 证见咳嗽痰少或干咳无痰,痰少不易出,鼻燥咽干,或有痰中带血丝,舌红少津,苔薄黄,脉细数。治宜清热润燥,宣肺止咳。方用桑杏汤加减:桑叶10克,杏仁10克,浙贝母12克,百部15克,桔梗10克,白茅根15克,麦冬10克,黄芩10克,生地10克,款冬花15克。水煎服,每日1剂。

2. 痰湿蕴肺 证见咳嗽反复

发作,咳声重浊,痰多黏腻,色黄白,伴有胸闷脘痞,食少体倦,大便稀溏,舌苔白腻,脉滑。治宜健脾燥湿,化痰止咳。方用六君子汤加减:党参15克,茯苓15克,白术10克,法半夏10克,陈皮10克,白前10克,桂枝10克,杏仁10克,百部10克,款冬花15克。水煎服,每日1剂。

3. 肝郁化火、上逆犯肺 证见咳嗽气促,痰黄黏厚难咯,胸肋胀满,咳时胸痛,面赤,口干口苦,舌质红,舌苔薄黄腻,脉滑数。治宜疏肝理气,清热肃肺,化痰止咳。方用四逆散加减:柴胡12克,白芍15克,枳壳10克,茯苓15克,杏仁10克,瓜蒌15克,陈皮10克,半夏15克,百部15克,山栀子10克,黄芩10克,杏仁10克。水煎服,每日1剂。痰黄如脓者,加鱼腥草、冬瓜子

等清热化痰;大便秘结者,加大黄泻肺通腑;咽痛者,加熊胆粉清热利咽。

日常调理。“阳康”后仍咳嗽不止,从中医角度上讲,身体仍处于“余邪未清”“正气未复”的状态。余邪未清,是指体内仍残留寒、热、痰、湿等邪毒,持续存在且影响身体正常机能的运转。正气未复,是指疾病初愈,患者体内阴阳仍然失衡,脏腑功能仍然紊乱,容易再次受到外邪的侵袭。提醒患者要重视咳嗽的治疗,久咳不好不要硬扛,以防小病变大病,应及时就医诊治。日常生活中,要定期开窗换气,或使用加湿器增加空气湿度;避免接触容易诱发咳嗽的环境或某些特殊气味,如油烟味、油漆味等;夜晚如果咳嗽严重时,可垫高头部,以左侧卧位入睡。饮食

宜清淡有营养、易于消化,忌食生冷、油腻、辛辣刺激食物,避免过咸、过甜。适量喝温热的水可以有效地舒缓咽喉不适,暂时缓解咳嗽。可以辅以食疗,改善不适症状,如雪梨汤、银耳汤、白菜汤、百合枇杷汤等。

(吕若琦)

咳嗽变异性哮喘治验

治疗咳嗽变异性哮喘以温阳固本为核心,扶助阳气为原则,从痰从虚论治本病。

病案:李某,女,59岁。形体稍胖,因反复咳嗽8月余,加重1周就诊。自诉近半年来反复咳嗽、咳痰,曾在某院查胸部CT片示:两肺纹理增多。肺功能:肺通气及弥散功能正常。呼出气一氧化氮测值:78ppb。诊断为咳嗽变异性哮喘。不规则使用西药孟鲁司特钠片、富马酸酮替芬片,吸入剂沙美特罗替卡松治疗,停药后易反复。刻诊:咳嗽、咽痒或鼻痒即咳,咳嗽呈阵发性,咳甚欲呕吐,咳痰量少色白,质黏可咯出,咳嗽夜间甚、声音嘶哑,偶有胸闷无喘息,大便时清,小便正常,舌淡红、苔白稍腻,脉弦细;咽部充血(+),听

诊双肺呼吸音清、未闻及明显干湿性啰音。平素易感冒,既往过敏性鼻炎病史,余无特殊不适。西医诊断为咳嗽变异性哮喘。中医诊断为咳嗽病,证属风寒袭肺,表虚不固。治宜温阳散寒,益气化痰。方用玉屏风合桂枝二陈汤加减:黄芪30克,防风15克,炒白术15克,蜜麻黄15克,桂枝20克,白芍10克,苦杏仁10克,厚朴15克,法半夏15克,陈皮10克,茯苓15克,桔梗10克,细辛3克,公丁香10克,款冬花15克,制紫菀15克,蝉蜕10克,僵蚕15克,炙甘草10克。5剂,水煎取液,枣姜汤为引,早晚温服,每天1剂。生活上远离过敏原。

二诊:药后,诸症明显减轻,舌淡苔白、脉弦细。效不更方,守上方续服15剂。

三诊:患者偶有干咳、口干、舌淡苔白、脉细,余无特殊不适,复查一氧化氮测值:32ppb。肺为娇脏,患者久咳恐伤肺阴,酌加滋阴润燥利咽,上方加南沙参,麦冬各15克,川贝母10克,再服1个月。药毕复诊,咳嗽未再发作,一氧化氮测值:12ppb。守上方巩固治疗,半年后随访,未再发作。

按:此患者咳嗽病程长,久咳耗损肺气,肺卫不固,卫表不固,肺虚宣发不足,则卫表不固,无力抵邪,故平素易外感;患者体形肥胖,平日久待宠物店,缺乏运动,自古胖人多湿,加之饮食不节损伤中焦脾胃,气血生化无源,精微不得输布于肺,肺虚而咳。因此,在治疗上,温阳益气化痰、固表宣肺护脾胃并行,取得了良好疗效。(张勤)

图说药谱



小花琉璃草

【别名】饿蚂蝗、拦路虎、披针叶琉璃草、牙痛草、鸦燕草。

【来源】紫草科植物小花琉璃草 *Cynoglossum lanceolatum* Forsk. 的全草。

【功能主治】清热解毒,利尿消肿,活血。用于急性肾炎,月经不调;外用治痈肿疮毒,毒蛇咬伤。

【用法用量】10~15克;外用适量,捣烂敷患处。

小儿肺炎是临床常见病四季均易发生,以冬季为多,治疗不彻底容易反复发作。小儿肺炎临床表现为发热咳嗽、呼吸困难,有不发热而咳喘重的特点。中医临床分以下证型辨治。

1. 里热外寒 证见鼻塞流涕,恶寒无汗,咳喘比较重,苔白,脉浮数。此乃肺气被遏、不宜宣降,治宜清散寒,宣肺定喘。方选麻杏甘石汤加味。

2. 温邪犯肺 证见高热神昏,鼻干无涕,频咳少痰,苔薄

黄,脉洪数。治宜清热解毒,宣肺止咳。方选银翘散加味。

3. 燥邪伤肺 证见唇、舌、鼻均干,干咳少痰,痰黏难以咳出,咽喉干疼,口渴,舌红,脉数。治宜养阴清燥,润肺止咳。方选桑杏汤加减。

4. 湿热郁肺 证见胸满痰阻,鼻翼扇动,喉中痰声重浊,苔厚腻,脉滑数。治宜清肺开郁,涤痰祛浊。方选千金苇茎汤合贝母瓜蒌散加减。

(郑玉平)

中医治小儿肺炎

中医治疗新冠病毒感染后遗留症

新冠病毒感染转阴后,常遗留多种症状,如呼吸急促(气短)、咳嗽、乏力、失眠、疼痛、心悸、脱发、汗出异常、声音和吞咽问题、嗅觉下降、男子精子减少及活力下降等,给工作与生活带来一些影响。中医认为,新冠病毒感染转阴后遗留症状,多因肺脾亏虚,肝肾失养,气血不足所致。当以补益脾肺,养肝温肾,益气养血为治。由于每个人禀赋的差异,体质有别,因而遗留症状各不相同,可根据人体气血阴阳亏虚的不同,选择不同的中医治疗方。

1. 气虚型:证见新冠病毒感染后遗留症,兼四肢无力,易于疲倦,鼻嗅及纳食无味,吞咽不利,舌质淡,苔薄白,脉无力。治宜补肺益气,健脾助运。方用补中益气汤加减:黄芪15克,白术、党参、柴胡、陈皮、当归各10克,升麻、炙甘草各5克。水煎服,每日1剂(下同)。

2. 血虚型:证见新冠病毒感染后遗留症,兼面色萎黄,唇甲苍白,头目晕眩,心悸不寐,失眠多梦,脱

发与白发,妇女月经后期,量少色淡,甚或经闭,舌淡红,苔薄白,脉细弱。治宜养血补血。方用四物汤加减:当归、川芎、白芍、熟地、黄明胶(另煎兑入)各10克,鸡血藤、龙眼肉、桑椹各15克。

3. 气血双亏型:证见新冠病毒感染后遗留症,兼见气血两虚的证候,即可具气虚所致的食欲不振、少气懒言等,又可见血虚所致的面色苍白、唇舌色淡、爪甲苍白、心悸失眠等。治宜益气养血。方用八珍汤加减:党参、白术、茯苓、黄芪、大枣、当归、川芎、白芍、熟地、阿胶(另煎兑入)、胡麻仁、桑椹各10克,炙甘草5克。

4. 阴虚型:证见新冠病毒感染后遗留症,兼干咳少痰,短气喘息,口燥咽干,甚至可见午后低热、五心烦热、潮热盗汗、头晕耳鸣、眩暈目涩、牙齿松动或疼痛、腰膝酸痛、失眠多梦、遗精早泄、性欲亢进、颧红目赤、大便秘结、小便短少等。治宜滋阴养液,填精补髓。方用六味地黄丸加减:山药、熟地、山茱

萸、茯苓、泽泻、丹皮各10克,天门冬、麦门冬、百合、沙参各15克,玉竹30克。

5. 阳虚型:证见新冠病毒感染后遗留症,兼面色皤白,形寒肢冷,精神不振,腰膝酸冷,阳痿阴缩,遗精尿频,小便清长,余沥不净,夜尿频多,男子精子减少及活力下降,女子带下清稀、宫寒不孕,或尿少心悸、肢肿气短、喘咳痰饮等,舌淡苔白润,脉虚弱无力。治宜温补肾阳。方用金匮肾气丸加减:附片、肉桂、熟地、山药、山茱萸、茯苓、泽泻、附片各10克,细辛、干姜各5克。

6. 阴阳两虚型:证见新冠病毒感染后遗留症,既有阴虚所致的手足心热、颧红盗汗、失眠多梦等,又有阳虚之面色皤白、形寒肢冷、精神萎靡、性欲减退、妇女宫寒不孕、带下清稀等。治宜阴阳双补。方用补天大造丸加味:党参、白术、山药、茯苓、黄芪、紫河车、当归、鹿角胶(烊化)、龟板(先煎)、白芍各15克,炙甘草5克,大枣5个,生姜3片。(胡献国)

寒哮 证见平素畏寒怕冷、手足发凉,哮喘发作时无发热症状,咳嗽吐痰多为白色痰液。

治宜温化寒痰,降逆平喘。方用:射干10~15克,麻黄5~10克,干姜10~15克,细辛2~3克,半夏5~10克,紫菀10~15克,甘草10~20克,杏仁10~15克。水煎分3次服,每日1剂。

热哮 证见平素体质壮实、喜吃冷饮、大便干燥,哮喘发作时多有发热、口渴、咳嗽等症状。治宜清热化痰,降逆平喘。方用:石膏10~20克,麻黄10~15克,知母

10~15克,杏仁10~15克,川贝10~15克,黄芩10~15克,胆南星5~10克。水煎分3次服,每日1剂。

怕凉,稍活动就会出汗或虚喘,面色苍白,乏力。治宜补养肺气。方用:黄芪20~30克,防风10~15克,白术10~15克,桂枝5~10克,白芍10~15克,白人参5~10克,杏仁10~15克,甘草10~15克。水煎分3次服,每日1剂。

哮喘分型辨治

脾气虚 证见平时食欲欠佳或有大大便溏泻,日行2~3次,全身倦怠无力,总觉四肢沉重,有时饮食不当就可诱发腹泻或引起哮喘发作。治宜补脾化痰。可用人参健脾丸每次1丸,每日3次。方用:白人参5~10克,茯苓15~20克,白术10~15克,陈皮10~15克,半夏5~10克,苏子10~15克,砂仁10~15克,木香5~10克。水煎分3次服,每日1剂。(马龙)

肺气虚 证见怕风、