

山西省新型冠状病毒肺炎中医药防治方案

一、居家自我防治

(一) 预防方案

1. 药物预防

(1) 气虚易感型:

症状: 乏力, 或汗出, 平素易外感或劳累, 舌淡, 苔薄白, 脉弱。

处方: 黄芪 10g, 炒白术 10g, 防风 10g, 金银花 10g, 连翘 10g, 芦根 10g, 陈皮 10g。

功能主治: 益气固表、清热解毒。适用于肺卫气虚证易并发上呼吸道感染人群。

用法用量: 水煎服或开水冲服, 儿童酌减。5 日为一疗程。

推荐中成药: 玉屏风颗粒。

推荐临床制剂: 益气除瘟颗粒(山西省中医院院内制剂), 小儿芪参抗复感颗粒、益气固表方(山西中医药大学附属医院院内制剂)。

(2) 津亏燥热型:

症状: 咽干, 口干, 或咽痛, 或干咳。舌红, 苔黄, 少津, 脉细数。

处方: 金银花 10g, 连翘 10g, 芦根 20g, 沙参 10g, 玄参 15g。

功能主治: 生津润燥, 清热利咽。适用于津亏燥热证易并发上呼吸道感染人群。

用法用量: 水煎服或开水冲服, 儿童酌减。5 日为一疗程。

(3) 湿热内蕴型:

症状: 身体困重, 纳呆, 口粘或口淡, 脘痞便溏, 舌红

苔白腻或黄腻，脉濡数或滑数。

处方：藿香 10g，白蔻仁 6g，生薏苡仁 15g，苍术 10g，黄芩 10g。

功能主治：宣畅三焦，清热利湿。适用于湿热内蕴证易并发上呼吸道感染人群。

用法用量：水煎服或开水冲服，儿童酌减。5 日为一疗程。

（4）儿童食积化热型：

症状：纳呆呕恶，腹胀或腹痛，嗳气吞腐，大便不爽或便秘，舌红苔白腻或黄腻，脉滑或滑数。

处方：连翘 6g，炒麦芽 10g，炒神曲 10g，枳实 6g，炒莱菔子 10g，炒山楂 6g。

功能主治：消食导滞，清热除瘟。适用于儿童食积化热证，易并发上呼吸道感染者。

用法用量：水煎服或开水冲服，每日一剂或遵医嘱，5 日为一疗程。

推荐中成药：健儿清解液、小儿豉翘清热颗粒、小儿清咽颗粒、小儿消积止咳口服液、防风通圣丸(颗粒)、醒脾养儿颗粒。

2. 代茶饮推荐

（1）金银花 10g，桑叶 10g，芦根 10g，陈皮 10g，玫瑰花 10g。

适用人群：适用于易上火、咽干咽痛等阳热体质。

用法：开水泡服，每次 200ml，每天泡 2 遍，共 400ml。可加冰糖。

（2）黄芪 10g，白术 10g，防风 10g，金银花 10g，山楂 10g。

适用人群：适用于易疲乏、易感冒等气虚体质。

用法：开水泡服，每次 200ml，每天泡 2 遍，共 400ml。

可加冰糖。

(3) 太子参 10g, 麦冬 10g, 五味子 10g, 金银花 10g, 玄参 10g。

适用人群: 适用于易口干、咽干等阴虚体质。

用法: 开水泡服, 每次 200ml, 每天泡 2 遍, 共 400ml。
可加冰糖。

(4) 藿香 10g, 胖大海 10g, 防风 10g, 代代花 10g, 炒麦芽 10g。

适用人群: 适用于易怕冷、体胖等寒湿体质。

用法: 开水泡服, 每次 200ml, 每天泡 2 遍, 共 400ml。
可加冰糖。

(5) 菊花 10g, 桑叶 10g, 玫瑰花 10g, 代代花 10g, 生山楂 10g。

适用人群: 适用于情绪不畅等肝郁体质。

用法: 开水泡服, 每次 200ml, 每天泡 2 遍, 共 400ml。
可加冰糖。

3. 穴位按摩

(1) 大椎: 在后正中线上, 可见颈背部交界处椎骨上有一高突(即第 7 颈椎棘突), 第 7 颈椎棘突下有一凹陷。

(2) 足三里: 外膝眼下四横指、胫骨边缘。

(3) 中脘: 上腹部, 前正中线上, 脐中上 4 寸。

(4) 合谷: 拇、食两指张开, 以一手的拇指指间横纹, 放在另一手拇、食指之间的指蹼缘上, 屈指, 拇指尖所指处, 按压有明显酸胀感。

(5) 神阙: 腹中部, 脐中央。

按摩方法: 每个穴位按压至有酸胀感, 每次 2-3 分钟, 每天 2-3 次。

4. 起居调摄

(1) 心气宜静: 保持精神愉悦, 勿躁勿慌; 积极联想

快乐场景，改善心态；进行意念放松；有不良情绪时，通过亲朋间有效沟通来宣泄不良情绪。

(2) 饮食调适：饮食清淡、规律，忌食生冷辛辣油腻之品；作息规律，保证充足睡眠；适当锻炼身体，避免过度疲劳。

(3) 空气流通：避免聚集，室内勤通风，以截断传染源；注意手卫生。

(4) 香囊辟秽：

药物：藿香、金银花、连翘、佩兰、桑叶、菊花、防风、荆芥、薄荷、草果、冰片各等份。

方法：共研细末，装于布袋中，挂于室内，或随身佩戴。

注意事项：孕妇及有过敏性疾病（如支气管哮喘、鼻炎等）者不建议使用。

(5) 芳香化浊药艾熏：

药物：艾叶，侧柏叶，白芷等。

方法：在 10 平米以上的室内点燃药艾条约 5-10 分钟，以无呛咳为度。

注意事项：咳嗽严重者，对烟雾过敏者忌用。

5. 养生保健操锻炼

八段锦、太极拳、护肺保健操等传统中医养生术，提高机体正气。

(二) 治疗方案

1. 症见发热、恶风寒、肌肉酸痛、咽干咽痛、鼻塞流涕等，推荐中成药：连花清瘟胶囊(颗粒)、金花清感颗粒、疏风解毒胶囊(颗粒)、感冒清热胶囊(颗粒)、正柴胡饮颗粒、九味羌活丸(颗粒)、四季感冒片、感冒疏风胶囊(片、颗粒)、银翘解毒颗粒、蓝芩口服液、清咽滴丸、喉咽清颗粒、金叶败毒颗粒、复方芩兰口服液、柴芩清宁胶囊、抗病毒口服液、荆防颗粒、散寒化湿颗粒、热炎宁合剂、银黄清肺胶囊、六

神丸(胶囊);推荐临床制剂(协定方):金荞除瘟颗粒(山西省中医院院内制剂),疏风解毒汤(山西省中西医结合医院协定方)。

发热甚者,推荐服用双黄连口服液、感冒退热颗粒、消炎退热颗粒、清开灵颗粒、小柴胡颗粒。

鼻塞甚者,推荐服用鼻窦炎口服液、散风通窍滴丸。

小儿发热、咽痛,推荐服用小儿柴桂退热颗粒。

2. 症见咳嗽、痰多等,推荐中成药:桑菊感冒片、夏桑菊颗粒、痰热清胶囊、急支糖浆、咳速停糖浆、宣肺止嗽合剂、通宣理肺丸(颗粒、口服液)、杏苏止咳颗粒、连花清咳片、杏贝止咳颗粒、橘红痰咳液、感冒止咳颗粒。

小儿咳嗽,推荐服用金振口服液、小儿风热清口服液、儿童清肺口服液、减味小儿化痰散、清宣止咳颗粒、小儿止咳糖浆、小儿清肺止咳片、开喉剑喷雾剂(儿童型)。

3. 症见胃肠不适,呕吐或腹泻等,推荐中成药:藿香正气胶囊(丸、水、口服液)。

(三) 康复方案

1. 中成药康复

(1) 症见气短、多汗、胸闷、心悸、干咳者,推荐服用具有补肺益肾功效的中成药,如生脉饮、金水宝胶囊、蛤蚧定喘胶囊等。

(2) 症见乏力、纳差、腹胀、便溏者,推荐服用具有健脾和胃功效的中成药,如补中益气丸、参芪口服液、潞党参口服液、香砂六君丸、益气祛毒颗粒(山西省中医院院内制剂)等。

(3) 症见失眠、焦虑、抑郁者,推荐服用具有养心安神功效的中成药,如加味逍遥丸、百乐眠、舒肝解郁胶囊等。

2. 中医非药物疗法康复

(1) 艾灸疗法

常用选穴：大椎、肺俞、上脘、中脘、膈俞、足三里、孔最、肾俞等。

方法：大椎、肺俞与膈俞(或中脘与上脘)：用温灸盒灸30分钟；足三里或孔最或肾俞：清艾条温和灸每穴15分钟。
频次：每日1次。选用艾灸疗法时，一般隔2天施灸1次，每穴灸10~15分钟，持续2周；症状明显可交替选用不同穴位每天施灸，5次后休息1~2天，然后继续施灸5次。10次为一疗程。

(2) 经穴推拿

①穴位按摩：太渊、膻中、中府、肺俞、肾俞、大肠俞、列缺、中脘、足三里等，咳嗽、咽痒、干咳者，可加少商、尺泽等。

方法：以大拇指放置于穴位上，拇指指腹触摸皮肤并稍加按压，小幅度的环转按揉腧穴，以产生酸胀温热感为佳，每次1~3分钟。

②经络推拿：手太阴肺经、手阳明大肠经、足阳明胃经、足太阴脾经、任脉、督脉等。

方法：取坐位或卧位，均匀呼吸。用一手手掌大鱼际沿经络循行方向紧贴皮肤施力作直线往返快速摩擦，可两手掌交替进行，100~120次/分钟(每手摩擦50~60次/分钟)，每条经络摩擦1分钟为宜。

(3) 耳穴压豆

常用耳穴：支气管、肺、肾、内分泌、神门、枕、脾、胃、大肠、交感等。

方法：耳穴压豆是将贴有王不留行籽的耳豆贴敷于相应

耳穴并稍加压力，以穴位产生酸麻重胀感或发热为度。贴敷后每天自行按压数次，每次 3~4 分钟。每次贴压后保留 1~2 天，取下后让耳穴部位放松一晚，次日再以同样方法贴敷，一般 5~6 次为一疗程。

（4）拔罐

背俞穴为主，如肺俞、膏肓、脾俞、肾俞、大椎等。

作用：拔罐是简便的中医康复手段，在调节亚健康状态、治疗多种疾病方面有较好效果。

注意事项：拔火罐应注意防止烫伤及引燃易燃物，留罐时间不宜太长，拔罐时如出现四肢发冷、恶心呕吐、心悸、面色苍白、冷汗、头晕等应立即停止，并让患者平卧休息。

（5）穴位贴敷疗法——吕氏脐药灸（山西省针灸医院协定方）

药物：黄芪，当归，白芷，川芎，紫苏叶，黄芩，薄荷等，研细末备用。

穴位：神厥（脐眼）

方法：取适量药末，用白酒或蜂蜜调成糊状，以脐为中心贴敷脐周约 5*5cm，厚 0.3cm，保鲜膜固定，上用热水袋加热，或用神灯烤以保温 40 度，持续 40 分钟，每日 1 次，5~6 天为一疗程。

注意事项：皮肤过敏者先试用 10 分钟，无反应可继续进行；一有过敏反应立即中止。温度要适中，注意烫伤。

（6）其他方法

可使用八段锦、太极拳等中医传统功法适当锻炼。

注意事项：在居家自我防治期间，如症状无缓解或加重，请及时到正规医疗机构就诊。

二、中医药诊疗方案

(一) 清肺排毒汤、清肺排毒颗粒

适用范围：结合多地医生临床观察，适用于轻型、普通型、重型患者，在危重型患者救治中可结合患者实际情况合理使用。

基础方剂：麻黄 9g，炙甘草 6g，杏仁 9g，生石膏 15-30g(先煎)，桂枝 9g，泽泻 9g，猪苓 9g，白术 9g，茯苓 15g，柴胡 16g，黄芩 6g，姜半夏 9g，生姜 9g，紫菀 9g，冬花 9g，射干 9g，细辛 6g，山药 12g，枳实 6g，陈皮 6g，藿香 9g。

服法：传统中药饮片，水煎服。每日一剂，早晚各一次(饭后四十分钟)，温服，三剂为一疗程。

如有条件，每次服完药可加服大米汤半碗，舌干津液亏虚者可多服至一碗。(注：如患者不发热则生石膏的用量要小，发热或壮热可加大生石膏用量)。若症状好转而未痊愈则服用第二个疗程，若患者有特殊情况或其他基础病，第二疗程可以根据实际情况修改处方，症状消失则停药。

处方来源：国家卫生健康委办公厅国家中医药管理局办公室《关于推荐在中西医结合救治新型冠状病毒感染的肺炎中使用“清肺排毒汤”的通知》(国中医药办医政函〔2022〕22号)。

(二) 普通型

1. 湿浊阻肺型

症状：低热或不发热，咳嗽少痰，咽干或咽痛，倦怠乏力，纳差，泄泻，舌质红，苔白腻或黄腻，脉滑数。

处方：薏苡仁 18g，白蔻仁 9g，杏仁 9g，麻黄 6g，藿香 9g，清半夏 9g，茯苓 12g，苍术 12g，连翘 12g，黄芩 9g，甘草 6g。

功能主治：利湿化浊，宣肺解毒。适用于新冠肺炎普通型属湿浊阻肺。

用法用量：上方水煎服，每日一剂，早晚分服，空腹为

宜，每次 150ml，5 日为一疗程。

推荐临床制剂：除湿清肺颗粒（山西省中医院院内制剂）、朴仁除湿颗粒（山西中医药大学附属医院院内制剂）。

2. 湿热蕴肺型

症状：发热，咳嗽，气短，痰少或黄或白，口渴，不欲饮水，乏力倦怠，纳差，或伴腹胀，舌质暗红或紫暗，苔黄厚腻，脉滑数。

处方：冬瓜子 30g，黄芩 12g，连翘 20g，葶苈子 10g，丹皮 30g，赤芍 10g，藿香 10g，白蔻仁 10g，薏苡仁 20g，芦根 30g，浙贝母 10g。

高热为主加生石膏 30g。咳喘为主加生麻黄 10g。

功能主治：清热利湿，凉血解毒。适用于新冠肺炎普通型属湿热蕴肺。

用法用量：上方水煎服，每日一剂，早晚分服，空腹为宜，每次 150ml，5 日为一疗程。

3. 湿毒壅肺型

症状：发热，咳嗽，少痰，或痰黏不易咳出，气短，乏力，胸闷，咽干，咽痛，纳差，舌质红，苔黄垢腻，脉沉数。

功能主治：解毒利湿，泻肺止咳。适用于新冠肺炎普通型属湿毒壅肺。

处方：草果 10g，葶苈子 20g，桑白皮 15g，连翘 20g，黄芩 15g，槟榔 10g，马鞭草 15g，枳壳 10g，射干 12g，生麦芽 30g，甘草 6g。

用法用量：上方水煎服，每日一剂，早晚分服，空腹为宜，每次 150ml，5 日为一疗程。

推荐临床制剂：解毒护肺颗粒（山西省中医院院内制剂）

推荐中成药：宣肺败毒颗粒。

（三）重症

症状：喘促，气紧，胸憋，咳嗽，乏力，纳差，甚则呕

吐不能进食，舌淡胖，苔黄垢腻，脉沉细数。

处方：葶苈子 30g, 桑白皮 20g, 白茅根 30g, 丹皮 30g, 杏仁 10g, 旋覆花 20g, 草果 15g, 薏苡仁 20g, 茯苓 30g, 黄芩 10g, 马鞭草 20g。

功能主治：泻肺利水，凉血清热。适用于新冠肺炎重症属水湿壅肺。

用法用量：上方水煎服，每日一剂，早晚分服，空腹为宜，每次 150ml，5 日为一疗程。

推荐中成药：化湿败毒颗粒。

推荐临床制剂：葶苈泻肺颗粒（山西省中医院院内制剂）。

（四）危重症

症状：呼吸困难、动辄气喘或需要机械通气，伴神昏，烦躁，汗出肢冷，舌质紫暗，苔厚腻或芒刺，脉浮大无根。

处方：人参 15g, 黑顺片 10g (先煎), 山茱萸 15g, 送服苏合香丸或安宫牛黄丸或麝香牛黄丸。

出现机械通气伴腹胀便秘或大便不畅者，可用生大黄 5-10g。出现人机不同步情况，在镇静和肌松剂使用的情况下，可用生大黄 5-10g 和芒硝 5-10g。

功能主治：益气固脱。适用于新冠肺炎危重症属内闭外脱。

用法用量：上方水煎服，每日一剂，频频分服，3 日为一疗程。

推荐中成药：喜炎平注射液、血必净注射液、热毒宁注射液、痰热清注射液、醒脑静注射液、参附注射液、生脉注射液、参麦注射液。功效相近的药物根据个体情况可选择一种，也可根据临床症状联合使用两种。中药注射剂可与中药汤剂联合使用。

（五）恢复期

症状：气短，倦怠乏力，纳差，舌淡胖，苔白，脉虚弱。

功能主治：补肺健脾，益气生津。适用于新冠肺炎治愈后恢复期属肺脾两虚。

处方：生黄芪 30g, 党参 15g, 地骨皮 10g, 麦冬 15g, 五味子 10g, 砂仁 6g（后下），炒白术 10g, 焦麦芽 15g。

用法用量：上方水煎服，每日一剂，早晚分服，空腹为宜，每次 150ml，5 日为一疗程。

推荐临床制剂：补肺健脾颗粒（山西省中医院院内制剂）。