

# 2024年自治区冬春季呼吸道感染性疾病 中医药防治指导方案

近期我区流感、副流感等呼吸道感染性疾病高发，为更好地指导临床诊疗，进一步发挥中医药在呼吸道疾病诊疗中的优势，我局组织专家结合新疆地域、气候和名老中医临床工作经验，形成了中医药防治专家共识。针对成人和儿童分别提出防治方药、中成药和非药物疗法。

## 一、成人防治方案

### （一）预防方药

**临床表现：**平素体虚易感人群，或表现为体虚自汗，恶风，乏力，纳差等。

**治法：**益气固表止汗

**方药：**玉屏风散加减：防风 6g，黄芪 12g，白术 12g。

**煎服方法：**每日一剂，加大枣 1 枚，煎煮两次，每次煎取 150~180ml，每日早晚两次温服。

**中成药：**玉屏风颗粒、玉屏风丸等。

### （二）治疗方案

#### 1. 风寒束表证

**临床表现：**恶寒重，发热轻，无汗，头痛，肌肉、关节酸痛，流清涕，鼻塞声重，喷嚏，咽痒，咳嗽，痰白量少，舌苔薄白，脉浮或紧。

**治法：**辛温解表，宣肺散寒

**方药：**荆防败毒散加减：荆芥 9g，防风 9g，川芎 9g，茯苓 9g，羌活 9g，独活 9g，前胡 9g，枳壳 9g，桔梗 9g，薄荷（后下）3g，生姜 6g

**煎服方法：**每日一剂，煎煮两次，每次煎取 150~180ml，每日早晚两次温服。

**加减：**恶寒重者加麻黄、桂枝；鼻塞流涕重者加苍耳子、辛夷；头项强痛，加葛根、白芷。

**中成药：**祖卡木颗粒、荆防颗粒、风寒感冒颗粒、正柴胡饮颗粒等。

## 2.风热犯表证

**临床表现：**发热或未发热，咽干、咽痛，轻咳少痰，无汗。流黄稠涕，咳嗽，痰黏或黄，舌质红，苔薄或薄腻，脉浮数。

**治法：**疏风清热

**方药：**银翘散加减：银花 15g，连翘 15g，桑叶 9g，杭菊花 9g，桔梗 9g，牛蒡子 15g，竹叶 6g，芦根 30g，薄荷（后下）3g，生甘草 3g

**煎服方法：**每日一剂，煎煮两次，每次煎取 150~180ml，每日早晚两次温服。必要时可日服 2 剂，每 6 小时口服 1 次，每次 200 毫升。

**加减：**发热甚加石膏、大青叶；苔厚腻加广藿香、佩兰；咳嗽痰黄稠加浙贝母、瓜蒌皮；咽痛重加山豆根、蒲公英。

**中成药：**复方一枝蒿颗粒、金花清感颗粒、小柴胡颗粒、银翘解毒颗粒、痰热清胶囊、金银花口服液、抗病毒口服液、清热解毒口服液、蓝芩口服液、蒲地蓝消炎口服液（片）、双黄连口服液、复方银翘氨敏胶囊等。痰多者可加用橘红颗粒、标准桃金娘油肠溶胶囊、桉柠蒎肠溶软胶囊

### 3.表寒里热证

**临床表现：**发热，恶寒，无汗口渴，鼻塞声重，咽痛，咳嗽气急，尿赤，舌质红，舌苔薄白或薄黄，脉数。

**治法：**解表清里，宣肺疏风。

**方药：**大青龙汤加减：炙麻黄 6g，桂枝 6g，石膏 18g，杏仁 6g，连翘 9g，黄芩 12g，防风 9g，金银花 15g，甘草 6g

**煎服方法：**每日一剂，煎煮两次，每次煎取 150~180ml，每日早晚两次温服。

**加减：**寒湿甚者可加白术、薏苡仁等；纳差、苔腻者可加薏苡仁、广藿香、陈皮等；咳嗽痰多者可加苏子、陈皮、桑白皮等。

**中成药：**感冒清颗粒、感冒清热颗粒、感冒退热颗粒、抗病毒口服液等。

### 4.热毒壅肺证

**临床表现：**发热，喘咳气短、咳嗽咯痰，痰多质黏色黄，胸部胀痛，口渴喜饮，面赤咽干，伴有胸中烦闷；或头身困重，

肌肉酸痛，小便短赤，大便或秘。舌质红，苔黄腻或灰腻，脉滑数。

**治法：**清热解毒，利湿化痰。

**方药：**

**热重者：**麻杏石甘汤加减：炙麻黄 6g，生石膏（先煎）30g，杏仁 9g，知母 9g，鱼腥草 15g，葶苈子 9g，金荞麦 9g，黄芩 9g，浙贝母 9g，生大黄 9g，丹皮 9g，青蒿 15g

**湿重者：**甘露清瘟方（院内制剂）：茵陈 15g，青蒿 15g，连翘 12g，黄芩 9g，射干 9g，陈皮 9g，法半夏 6g，石菖蒲 9g，豆蔻 9g，广藿香 6g，燀桃仁 9g，伊贝母 9g

**煎服方法：**每日一剂，煎煮两次，每次煎取 150~180ml，每日早晚两次温服。

**加减：**高热，神昏谵语加安宫牛黄丸；抽搐加羚羊角、僵蚕、地龙等；腹胀便秘加枳实、元明粉；咳黄脓痰或痰有腥臭味，加鱼腥草、天竺黄、竹沥等；胸满咳逆，痰多，便秘，加葶苈子、大黄、芒硝；口干明显，舌红少津，加北沙参、麦冬、天花粉。

**中成药：**热感赛比斯坦颗粒、清热退热颗粒、疏风解毒胶囊（颗粒）、复方芩兰口服液、感冒退热颗粒、柴银感冒颗粒、连花清瘟胶囊（颗粒）、莲花清咳片等，若胃肠不适、呕吐、腹泻者，宜服用具有化湿解表功效的中成药，如藿香正气胶囊（丸、

水、口服液)、散寒药茶等。痰多者可加重枇杷止咳糖浆、蛇胆川贝液、复方鲜竹沥液、肺力咳合剂等。

### 5.寒凝痹阻证

**临床表现：**咳嗽痰多，喉间痰鸣，喘不得卧，胸闷气短，心痛彻背，不能安卧，口唇爪甲紫暗，手足不温、冷汗，心悸，尿少，面色苍白，气少懒言，甚或神识昏蒙、淡漠，舌紫黯，脉沉紧或沉细。

**治法：**宣痹通阳，祛痰散结。

**方药：**瓜蒌薤白桂枝汤合桃红四物汤加减：枳实 12g，厚朴 12g，薤白 9g，桂枝 6g，瓜蒌实 12g，熟地黄 12g，当归 9g，白芍 9g，川芎 6g

**煎服方法：**每日一剂，煎煮两次，每次煎取 150~180ml，每日早晚两次温服。

**中成药：**苏合香丸（舌下含服）、麝香保心丸（舌下含服）等。

### 6.恢复期方药

#### （1）气阴两虚，湿热内生证。

**临床表现：**神疲乏力，肢体困倦，咳嗽少痰，伴咽干，气短，纳差，舌质红或淡、舌体胖大或边有齿痕、苔微腻，脉浮或滑数。

**治法：**益气养阴，清热化湿

**方药：**参麦宁肺方（院内制剂）：太子参 9g，山麦冬 9g，防风 9g，炒栀子 9g，黄芩 9g，北柴胡 6g，炒白扁豆 9g，广藿香 6g

**煎服方法：**每日一剂，煎煮两次，每次煎取 150~180ml，每日早晚两次温服。

### （2）燥邪伤肺证

**临床表现：**干咳无痰、痰少，或痰中夹有少许的血丝，口渴，咽干鼻燥，舌干红，苔白或黄，脉浮数或细数。

**治法：**清宣燥热，润肺止咳，化痰平喘

**方药：**桑杏止咳方（院内制剂）：桑叶 6g，炒苦杏仁 9g，桔梗 4g，浙贝母 3g，北沙参 9g，白前 6g，连翘 9g，木蝴蝶 5g，炒僵蚕 6g，炒紫苏子 9g，桑白皮 9g，蜜百部 9g，蜜款冬花 9g，炒栀子 9g

**煎服方法：**每日一剂，煎煮两次，每次煎取 150~180ml，每日早晚两次温服。

**中成药：**宣肺止嗽合剂。

### （3）脾虚痰阻证

**临床表现：**恶风、喘促气短，稍劳即著，咳嗽痰多，色白粘腻，肢体困重，胸闷纳呆、乏力倦怠，脘腹胀满，纳差便溏，舌质淡，苔白腻伴齿痕，脉濡滑。

**治法：**健脾燥湿，益气化痰。

**方药：**益气固表丸加减(院内制剂)：党参 12g，浮小麦 15g，白术 9g，半夏 6g，陈皮 12g，苏子 9g，防风 9g，茯苓 9g，生薏米 15g，款冬花 9g，黄芩 9g，贝母 9g，枇杷叶 9g

**煎服方法：**

**丸剂：**口服，每次 10 丸，每日 3 次。

**汤剂：**每日一剂，煎煮两次，每次煎取 150~180ml，每日早晚两次温服。

### (三) 中医非药物治疗

**1.功法锻炼：**八段锦、太极拳等。

#### 2.穴位按摩

##### (1) 按揉风池穴

**位置：**风池穴位于后枕部，胸锁乳突肌与斜方肌上端之间的凹陷处。

**操作方法：**采用拇指按揉法操作。双手放在头部两侧，掌心对着耳朵，双手拇指分别按在两侧的风池穴上。揉动的过程中，以自己感到酸胀为度，带动皮下组织运动，手指和皮肤之间不能有摩擦。

##### (2) 揉擦迎香穴

**位置：**迎香穴位于鼻翼外缘中点旁，鼻唇沟中。

**操作方法：**采用擦法操作，左手擦左侧，右手擦右侧。先擦热双手，握空拳，以两手拇指指间关节背侧，紧贴于鼻梁两侧，上下摩擦；或以中指指腹上下摩擦。每天早晚各做 1 次。

### **(3) 按揉合谷穴**

**位置：**合谷穴位于虎口，第一、二掌骨间，第二掌骨桡侧中点。

**操作方法：**采用拇指按揉法在穴位上操作，右手拇指按揉左手合谷，左手拇指按揉右手合谷。揉动的过程中，以自己感到酸胀为度，带动皮下组织运动，拇指和皮肤之间不能有摩擦。在两侧合谷穴上按揉持续时间各约 3~5 分钟，每天早晚各做 1 次。

### **3.推拿疗法**

症见肌肉酸痛、恶风等周身症状者：解表疏风法。

症见鼻塞、流涕等头面部不适症状者：头面四大法。

症见咳嗽者：清肺经、揉膻中、揉肺腧。

症见发热者：开天门、推坎宫、揉太阳、拿风池、清肺经。

### **4.饮食有节**

三餐进食规律，饮食宜清淡易消化，保证谷类、优质蛋白质类食物、新鲜蔬菜和水果摄入量，多饮水。如有食欲不振、腹胀、便秘等症状可在医师指导下进行药食两用食品辅助治疗，如萝卜、山药、薏米、藿香、菊花、荷叶、丝瓜、冬瓜等。

**药膳：**如银耳雪梨百合羹

**组成：**银耳、雪梨、百合、冰糖。

**用法：**银耳用温水泡 20 分钟，将泡好的银耳去根，撕成小块。雪梨去皮核，切成小块。百合掰成小块。将所有原料放入

锅内，加入适量的水，烧开后调成小火炖煮 20 分钟，待锅内汤品炖制稍微粘稠，开大火加入适量冰糖，待冰糖融化后出锅，温食、凉食均可。

## 5.生活调摄

作息规律，夜卧早起，保障充分睡眠。运动和休息适度，顺应气候变化，及时调整衣物和室内温度，注意防寒保暖和节气保健，应避免到人群聚集场所。保持愉快心情，顺应自然规律，精神外向，使气机宣畅，通泄自如。

保持良好卫生习惯，勤洗手，及时佩戴口罩，开窗通风，保持居住环境清洁，做好个人防护。

## 二、儿童防治方案

### （一）预防方药

**方药：**苍术 3g，金银花 6g，桔梗 3g，芦根 9g，白茅根 9g，藿香 9g、生甘草 3g

**煎服方法：**每日一剂，煮茶代饮，放少许冰糖。6 岁以上小儿用方中剂量，3~6 岁用 1/2 量，1~3 岁用 1/3 量。疗程 3 天，可服用 1~3 个疗程。

**中成药：**可选择使用以玉屏风散为主要药物组成的中成药。

### （二）治疗方案

#### 1.外感表证

**临床表现：**发热、咽痛，伴有轻咳嗽、困倦乏力、口干咽燥、偶有腹泻、恶心，舌质红或淡、舌体胖大或边有齿痕、苔微腻，脉浮或滑数。适用于感冒表证为主的感染者。

**治法：**疏风和解，扶正祛邪。

**方药：**扶正和解方-银翘散合小柴胡汤：柴胡 6g，葛根 9g，黄芩 9g，紫苏叶 6g，金银花 9g，太子参 9g，藿香 9g，苍术 6g，芦根 9g，蝉蜕 6g，生甘草 6g

**煎服方法：**每日一剂，煎煮两次，每次煎取 50~100ml，每日早晚两次温服，疗程 3 天，可服用 1~3 个疗程。6 岁以上小儿用原剂量，3~6 岁用 1/2 量，1~3 岁用 1/3 量。

**中成药：**复方一枝蒿颗粒、祖卡木颗粒、小儿柴桂退热颗粒、小儿豉翘清热颗粒、蒲地蓝口服液、小儿热速清颗粒（糖浆）等。

## 2. 燥邪伤肺证

**临床表现：**咳嗽、声音嘶哑，干咳少痰、口渴、咽干鼻燥。舌质红，苔薄白或薄黄，脉数。适用于咳嗽为主（支原体感染的支气管炎及支气管肺炎）的患者。

**治法：**清宣燥热，润肺止咳。

**方药：**桑杏止咳散（方）：桑叶 6g，炒苦杏仁 9g，桔梗 4g，浙贝母 3g，北沙参 9g，白前 6g，连翘 9g，木蝴蝶 5g，炒僵蚕 6g，炒紫苏子 9g，桑白皮 9g，蜜百部 9g，蜜款冬花 9g，炒栀子 9g

**煎服方法：**每日一剂，煎煮两次，每次煎取 50~100ml，每日早晚两次温服，疗程 3 天，可服用 1~3 个疗程。6 岁以上小儿用方中剂量，3~6 岁用 1/2 量，1~3 岁用 1/3 量。

**中成药：**金振口服液、小儿宣肺止咳颗粒、宝咳宁颗粒等中成药。

### 3.痰热证

**临床表现：**高热，咳嗽喘促，喉间痰鸣，痰稠色黄，鼻翼煽动，面赤唇红，口干渴，小便短赤，舌质红，苔黄腻，脉滑数。适用于痰热证为主的感染者。

**治法：**清热解毒，涤痰开闭。

**方药：**定喘汤合麻杏石甘汤加减：麻黄 6g，苦杏仁 9g，生石膏 30~60g，芦根 9g，薏苡仁 18g，桃仁 9g，黄连 3g，清半夏 6g，瓜蒌 9g，黄芩 9g，黄柏 9g，焦栀子 9g，甘草 6g

**煎服方法：**每日一剂，煎煮两次，每次煎取 50~100ml，每日早晚两次温服，疗程 3 天，可服用 1~3 个疗程。6 岁以上小儿用方中剂量，3~6 岁用 1/2 量，1~3 岁用 1/3 量。

**中成药：**回春散、小儿肺热咳喘口服液等中成药。

### 4.寒痰证

**临床表现：**咳嗽，鼻流清涕，咽痒，喉间哮鸣，气急喘促，痰少色白多沫，形寒无汗，口不渴，饮食乏味，睡眠欠安，大便尚调，有时溏薄，小便清短，面色晦滞而青，口唇暗滞，舌淡，苔薄白或厚白，脉浮紧。适用于寒痰证为主的感染者。

**治法：**温肺散寒，涤痰开闭。

**方药：**射干麻黄汤加减：射干 6g，麻黄 6g，紫菀 6g，甘草 6g，半夏 6g，桂枝 6g，生姜 6g

**煎服方法：**（生姜 6g 可以自备，大约一元硬币大小厚薄 3 片）每日一剂，煎煮两次，每次煎取 50~100ml，每日早晚两次温服，疗程 3 天，可服用 1~3 个疗程。6 岁以上小儿用方中剂量，3~6 岁用 1/2 量，1~3 岁用 1/3 量。

**中成药：**寒喘祖帕颗粒、小青龙颗粒等中成药。

### （三）中医非药物治疗

#### 1. 中药香囊

可选用藿香、白芷、石菖蒲、艾叶、薄荷、丁香、佩兰、冰片、肉桂、辛夷等芳香化浊类中药，制成香囊，佩带胸前，或者悬挂室内，半月至 1 月换 1 包。用于本病预防。

#### 2. 穴位贴敷技术

##### （1）清热止咳贴剂

**药物：**桑白皮，地骨皮，杏仁，胆南星等，用姜汁或凡士林等赋形剂调匀。

**穴位：**天突、膻中、双肺俞等。

**功效：**清热、止咳、化痰。

**适应症：**风热闭肺证、痰(毒)热闭肺证。

**操作方法：**取药贴于相应穴位，4~6 小时取下即可。

##### （2）散寒止咳贴剂

**药物：**麻黄，炒白果仁，细辛，五味子，炒白芥子等，用姜汁或凡士林等赋形剂调匀。

**穴位：**大椎、双肺俞等。

**功效：**辛温解表，宣肺止咳。

**适应症：**风寒袭表证。

**操作方法：**取药贴于相应穴位，4~6小时取下即可。

### 3.中药足浴熏洗

**足浴处方：**北柴胡 30g，黄芩 30g，生石膏 60g，大青叶 30g，板蓝根 30g，葛根 30g，连翘 30g，贯众 30g，蒲公英 30g

**功效：**清热解毒，解肌退热。

**主治：**风热闭肺证，痰(毒)热闭肺证。

**操作方法：**将上方中药加水适量浸泡30分钟，锅加盖煎煮，大火烧开10分钟转中小火30分钟取汤2000毫升，置于专用足浴盆内，加凉开水调节温度为37℃~40℃，患儿取坐位，双足浸泡药液中，药液以浸泡过足踝为度，加盖大毛巾以保持温度，每次足浴30分钟，每日1次，体温复升者每日可足浴1次或2次。足浴时在盆内套一足浴袋，防止交叉感染。

### 4.拔罐技术

**穴位：**大椎、肺俞、脾俞、神阙、中脘、天枢、督脉、足太阳膀胱经等。

**功效：**清热宣肺，止咳化痰。

**主治：**风热闭肺证、痰热闭肺等发热、咳嗽痰多者。

操作方法：患者取俯卧位，充分暴露背部皮肤，选用合适大小的罐，急性期肺炎以闪火法拔大椎、肺俞及肺炎病灶处；恢复期拔双侧肺俞穴、双侧脾俞穴及炎症体表投影处。根据患儿年龄及拔罐时皮肤反应确定留罐时间，一般留罐时间为 5~15min，依据患儿皮肤恢复程度决定拔罐频次，一般为每周 1~2 次。

### 三、注意事项

（一）上述中药汤方、中成药根据诊断及证型选择其中一种，请勿联合使用，按照说明书剂量服用，一般 3~5 天或症状消失即停止用药，如症状无缓解或加重，请及时到医疗机构就诊。

（二）在服用中药过程中若出现恶心、腹泻、心慌、胸闷等不适症状时，立即停止服用相关药物，必要时进行对症处理。

（三）中成药剂量参照说明书，无儿童用法用量者可据成人用量酌情应用。

（四）发热、肌肉酸痛者，服药后应多喝热水或热米粥等汤类，盖被取汗，以保持全身微汗出为宜，直至症状缓解或疾病解除。

（五）婴幼儿、孕妇、哺乳期妇女、老年人、患有基础性疾病、体质特殊等人群在中医师指导下用药。若病情变化迅速，一旦出现高热、神志不清、呼吸喘促等情况，应及时就医。

（六）有医疗机构制剂（中药类）的相关医院，可由专业中医师处方选用相关医疗机构制剂。如需医疗机构制剂调剂使用，审批依照《中华人民共和国药品管理法》、《医疗机构制剂注册管理办法》和《新疆维吾尔自治区实施〈医疗机构制剂注册管理办法〉（试行）细则（试行）》相关规定执行。