

湖南省农村地区新冠病毒感染 中医药治疗指导方案

为充分发挥中医药在农村疫病防治中的重要作用，确保农村新冠病毒感染患者在第一时间得到中医药治疗，结合工作实际，特制定本方案。

一、中医病因病机

本病属于中医“疫病”范畴，疫毒之邪，自口鼻而入，首犯肺卫，临床表现多为发热、咳嗽、咽痛、肌肉酸痛、鼻塞、乏力等。部分患者病邪内传，壅闭于肺而出现高热、喘憋等重症状态，终至正虚邪陷、内闭外脱之危候。恢复期可见气阴两虚，肺脾气虚等证。

二、诊疗方案

（一）中医药内治法

1. 中药汤方。适用于感染初期，临床分型为轻型或中型感染者。

（1）基本方：小柴胡汤合败毒散

柴胡 15g、羌活 15g、前胡 10g、枳壳 10g、黄芩 15g、桔梗 8g、连翘 15g、蒲公英 30g、法半夏 9g、甘草 6g。

发热重，恶寒轻的（ $T \geq 38^{\circ}\text{C}$ ）：加金银花 15g、葛根 15g、生石膏 30g。

恶寒重，发热轻或不发热的：加荆芥 10g、防风 10g、独活 10g、生姜 10g。

伴身疼、头痛明显的：加川芎 6g、白芷 10g、秦艽 10g、

僵蚕 10g。

伴呕吐、腹泄、便溏的：加藿香 10g、生姜 10g、厚朴 12g、茯苓 15g。

伴咽喉疼痛的：加牛蒡子 10g、射干 10g、僵蚕 10g。

注意：感染初期，中药第一天可服到 2 剂，以取汗为度。

（2）热退或无表症者

①以咳嗽为主。

基本方：桑贝止嗽散

桑白皮 10g、浙贝 15g、前胡 10g、紫苑 10g、百部 10g
化橘红 10g、杏仁 10g、桔梗 6g、荆芥 10g（或麻黄 6g）
甘草 6g、僵蚕 10g。

痰多者，加法半夏 10g、厚朴 12g、茯苓 15g。

②神疲乏力，食欲不振者（伴味觉、嗅觉障碍）。

基本方：补中益气汤

黄芪 30g、党参 15g、苍术 12g、升麻 8g、当归 10g、法
半夏 9g、陈皮 10g、茯苓 15g、柴胡 10g、神曲 10g、甘草
6g。

注意：上述汤药，服用 3-5 天。

2. 中成药

（1）咳嗽、咯黄痰伴发热、胸闷气喘者，可选用银黄
清肺胶囊、清热解毒颗粒、鲜竹沥等。

（2）口渴、便秘、咽喉肿痛者，可选用喉咽清口服液
（颗粒）、热炎宁等。

（3）头痛昏重、脘腹胀痛、胸闷、呕吐、腹泻者，可

选用藿香正气水（或液、滴丸、颗粒）。

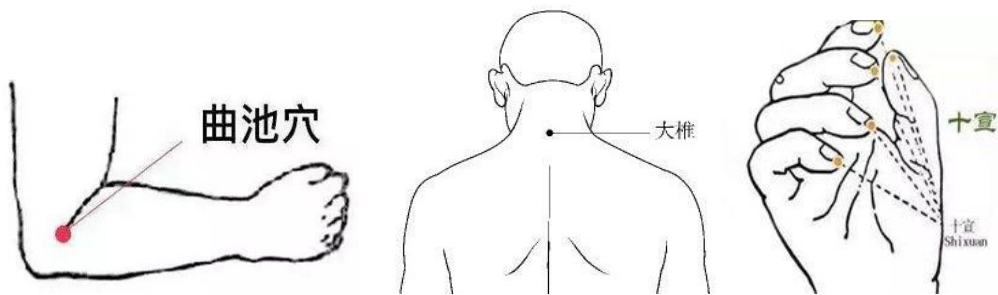
（4）老年人腹胀、便秘者，可选用四磨汤。

注意：上述中成药按照药品说明书服用。

（二）中医非药物疗法

1. 高烧者——大椎、曲池或十宣放血。

穴位：（1）曲池穴，屈肘当肘弯横纹尽头处。（2）大椎穴，在第7颈椎棘突下凹陷中。（3）十宣穴，位于人体十根手指尖，距离手指甲与手指肉边缘0.1寸，左右共十穴。

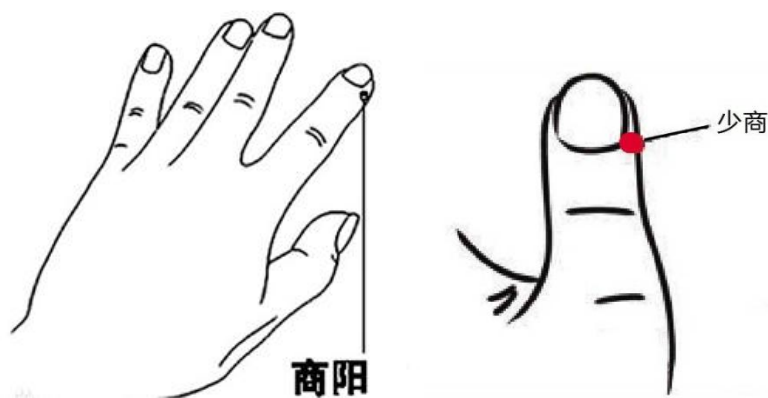


操作：可先揉按穴位至充血，用采血针或注射器针头点刺放血，每穴放血10滴左右。

2. 咽痛较重——少商、商阳放血。

穴位：少商穴位于大拇指内侧，指甲角外一分处。商阳穴位于食指末节桡侧，距指甲角0.1寸。

操作：可先揉按手指穴位至充血，用采血针或注射器针头点刺放血，每穴放血5-10滴。



3. 头痛较重——耳尖放血、太阳穴揪痧。

穴位：（1）耳尖穴，在耳廓的上方，当折耳向前，耳郭上方的尖端处。（2）太阳穴，在头颞侧，当眉梢与目外眦连线之间，向后约一横指凹陷处是太阳穴。



操作：（1）耳尖放血，搓揉耳尖至充血，消毒后用采血针或注射器针头点刺，放血 1ml。（2）太阳穴揪痧，在太阳穴部涂抹抓痧介质（如水、凡士林、刮痧油、香油或橄榄油等）后，用屈曲的右手食指、中指的中节指骨，夹持住太阳穴周边背部皮肤、肌肉，快速向上提起后再松开，一挟一放，出现痧痕为佳。

4. 浑身酸痛较重——用热盐袋滚揉肌肉酸痛处。

部位：颈肩、腰背、四肢肌肉酸痛处。

操作：将盐袋加热后，用按揉法在疼痛不适局部以及整

个背部滚熨 10 分钟左右，并在痛点部位按压停留 20-30 秒。每天按揉外敷 1-2 次。也可用盐包摩腹、揉腹；用掌擦膀胱经，掌搓揉腰部，擦足底涌泉。



5. 畏寒较重者——足浴。

操作：取艾叶 30g、生姜 20g、花椒、葱白少许，煎水泡足。

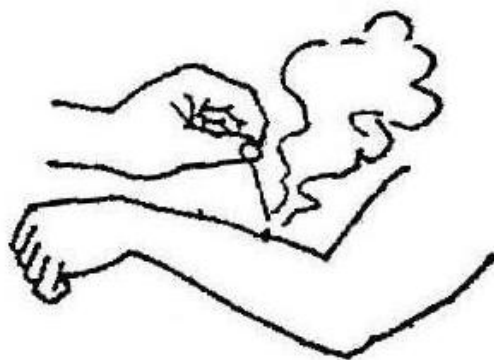


6. 咳喘较重者——麦粒灸天突穴、定喘穴、孔最穴。

穴位：（1）定喘穴，正坐低头，第七颈椎棘突下，旁开 0.5 寸处。（2）天突穴，位于颈部，仰靠坐位取穴，当前正中线上胸骨上窝中央。（3）孔最穴，在前臂掌面桡侧，腕横纹上 7 寸。



操作：取小米粒大艾绒搓紧，先在穴位处点涂一点凡士林药膏，便于艾粒粘附，再用线香点燃艾粒，待患者觉灼痛，用镊子即刻移除艾粒。一般 1-3 壮。也可在定喘穴、孔最穴处放血。



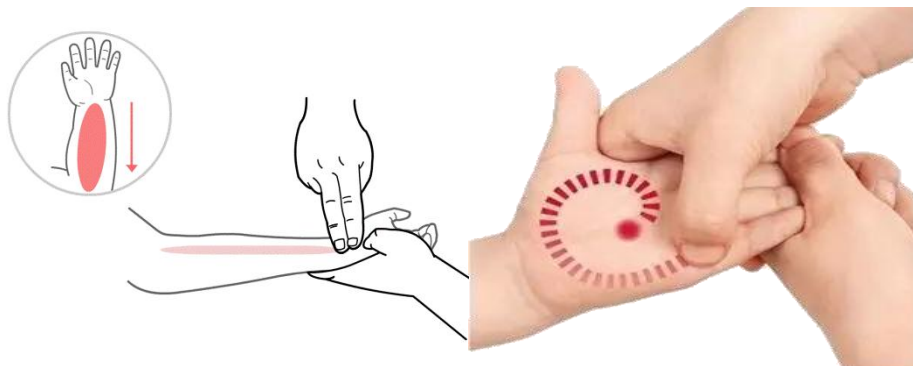
7. 小儿发烧——可以用退烧推拿手法（推天河水，水底捞明月）。

穴位：天河水，位于前臂内侧正中，从腕横纹到肘横纹呈一条直线。内劳宫，位于手掌心，当握拳屈指时中指尖处。



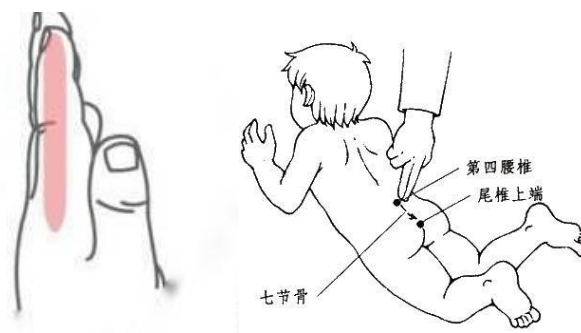
操作：（1）推天河水，是从腕横纹推向肘横纹，每次 200-300 次。（2）水底捞明月：一手握住患儿四指，将掌面

朝上，用冷水滴入患儿掌心，用另一手拇指螺纹面在患儿掌心做旋推法，边推边用口对其掌心吹凉气，掌心凉透即可。

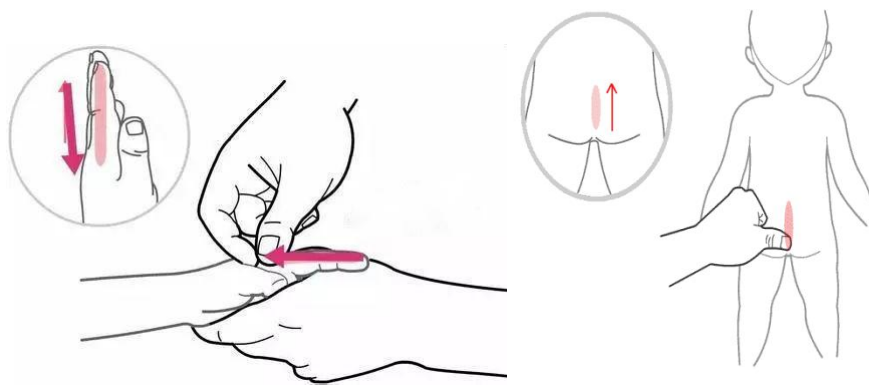


8. 小儿腹泻——可用祛湿止泻推拿手法（推大肠，推上七节骨）。

穴位：（1）小儿大肠穴，位于食指外侧边缘从指根到指尖。（2）上七节骨，位于腰骶正中，命门至尾骨端呈一直线。



操作：（1）推大肠，用拇指桡侧缘或拇指指腹由指尖推向指根，每次 100-200 次。（2）推上七节骨，用拇指桡侧或食指，中指两指螺纹面，自尾骨端向第 4 腰椎直推，每次 100-300 次。



（三）中医药膳食疗法

1. 轻型（风寒型）：解表散寒汤

适用人群：有恶寒、发热、咳嗽、恶心呕吐、食欲不振、味觉减退、便溏等表现者。

组成：葱白 30g、紫苏叶 10g、生姜 10g、大蒜 20g、芫荽菜 30g、胡椒 10g。

制作方法：以上食材加水 500 毫升，煎煮 10-15 分钟，汤汁中加入盐适量，喝汤解表散寒。

食用方法：感染早期服用，每天 1-2 次。

2. 中型（痰湿中阻）：陈皮乌梅雪梨汤

适用人群：咳嗽、咳痰、咽痒、气满等表现者。

组成：陈皮 10g、乌梅 3 个、甘草 10g、雪梨 1 个、橙子（去皮）1 个，加水 500 毫升，煲汤 30 分钟

食用方法：每次 150 毫升，每天 3 次。

三、初愈后康复方案

（一）中医药内治法

1. 中药汤方

(1) 初愈后，以咳嗽或胸满气促，心慌、心悸为主。

基本方：沙参麦冬汤加减

组成：沙参 15g、麦冬 12g、前胡 12g、法半夏 9g、桔梗 9g、枳壳 9g、苏子 9g、射干 9g、浙贝 9g、紫菀 9g、川芎 9g、炙甘草 6g。

(2) 初愈后，以肌肉无力、酸痛或头身疼痛为主。

基本方：柴葛解肌汤加减

组成：柴胡 12g、葛根 12g、黄芩 9g、羌活 15g、白芷 9g、白芍 9g、桔梗 9g、桂枝 9g、生姜 9g、大枣 6g、甘草 6g。

(3) 初愈后，以一过性的认知、记忆障碍为主，或头晕，或味觉、嗅觉减退，或有轻微耳鸣等。

基本方：香砂六君子汤加味

组成：党参 15g、白术 9g、茯苓 9g、陈皮 9g、法半夏 9g、砂仁 6g、木香 6g、甘草 6g。

头晕者加天麻 15g；味觉、嗅觉减退或耳鸣者，加辛夷 9g、苍耳子 9g、细辛 3g。

(4) 初愈后以反复多汗为主。

基本方：玉屏风散合生脉饮加减

组成：党参 15g、麦冬 12g、五味子 6g、黄芪 30g（蜜炙）、防风 15g、煅牡蛎 15g、白术 12g。

睡眠障碍者，加龙眼肉 9g、酸枣仁 9g。

注意：上述汤药，服用 3-5 天。

2. 中成药

(1) 康复期见咳嗽，气短，食少纳差，脘闷腹胀等症状，可选用宣肺败毒颗粒或化湿败毒颗粒。

(2) 康复期见气短，多汗，胸闷，心悸，干咳等症状，可选用贞芪扶正颗粒、生脉饮或金水宝胶囊。

(3) 康复期见乏力、纳差、腹胀、便溏等症状，可选用补中益气丸、参芪口服液或香砂六君丸。

(4) 康复期见恶心、呕吐、腹泻等胃肠道不适症状明显者，可选用藿香正气水（胶囊、口服液）或保和颗粒。

(5) 康复期见咳嗽、咽痛、咽干者，可选用强力枇杷露、通宣理肺颗粒或麻杏止咳片等。

(6) 康复期见失眠、焦虑、抑郁者，可选用加味逍遥丸或百乐眠等。

(7) 儿童康复期见腹胀、腹痛、腹泻、哭闹不安、胃肠道不适症状明显者，可选用四磨汤口服液。

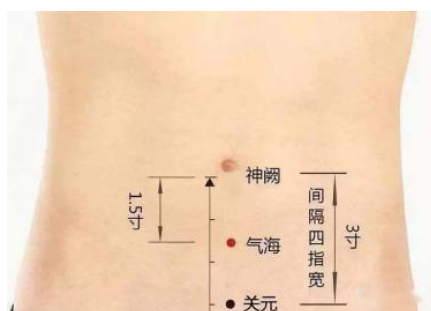
注意：上述中成药按照药品说明书服用。

（二）中医非药物疗法

1. 体虚乏力——艾灸。

穴位：足三里、气海、神阙、命门。

操作：采用艾灸盒灸，对准穴位，以局部温热为度，每穴 5-10 分钟，每天 1-2 次。





2. 手足不温——足浴。

足浴：取艾叶 30g、生姜 20g、桂皮 20g、花椒少许等，煎水泡足。



（三）中医药膳食疗法

康复期：益气健脾粥。

适应人群：乏力、纳差、出汗、精神不振、反复感冒、睡眠差等表现。

组成：黄芪 80g，白扁豆 50g，莲子 50g，绿豆 25g，薏苡仁 50g，大枣 30g，枸杞子 10g，生姜 10g，银耳 25g，百合 25g（2~3 人份）。

制作方法：莲子清水泡去心洗净，百合、银耳清水泡软洗净，黄芪煎水 30 分钟，取其药液，放入砂锅，再加入白扁豆、绿豆、薏苡仁、大枣（去核）、生姜。锅中加入适量的水，小火煮至发涨，然后倒入泡好的百合、银耳、莲子，煮至粥略微粘稠时放入枸杞再煮 10 分钟左右即可。

食用方法：早、晚均可服食，每天食用 1-2 次。

四、注意事项

1. 上述推荐中药汤方、中成药涉及儿童、老年人、孕妇、哺乳期或有基础病患者的，应在医生指导下应用。
2. 重型及以上患者，请及时就医。