

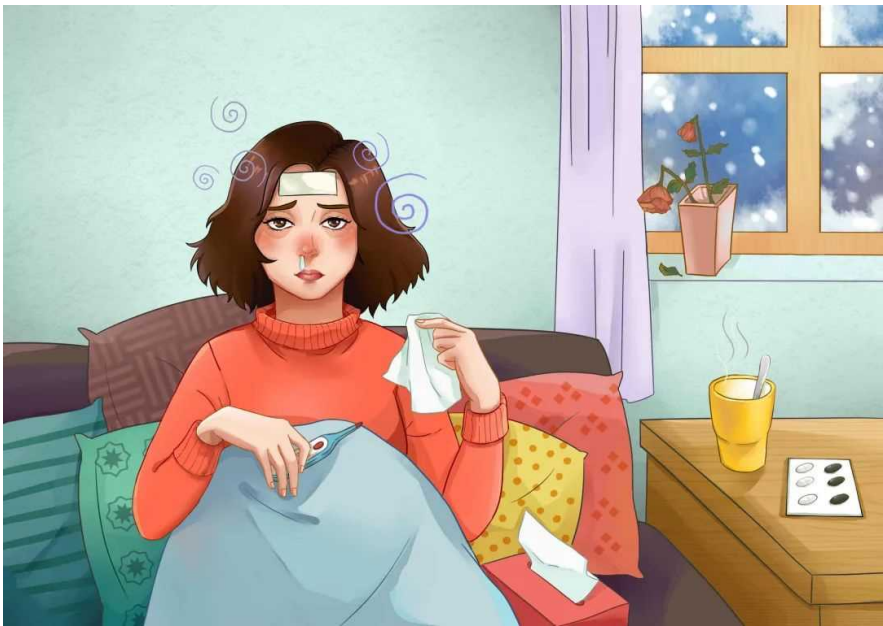
【科普】关于流行性感冒，听听中医怎么说

台州市立医院 2022-12-18 13:57 发表于浙江

—— 点击蓝字，轻松关注   ——

流行性感冒的中医诊治

冬春季是流感高发季节，流行性感冒（简称流感）是由流感病毒引起的一种具有传染性的急性呼吸道疾病，经呼吸道飞沫传播，发病具有季节性，也可全年流行，人群普遍易感。



“流感”在中医学上称为“时行感冒”“时行戾气”“风温”“瘟疫”等，属于外感疾病范畴。根据患者病情轻重程度，可将流感分为轻症、重症、危重症及恢复期四个阶段。



中 医 • 防 治



根据中医药治疗流感临床实践指南（2021）推荐，结合临床常见证型，可将轻症流感分为以下几型：

1 寒邪束表

临床表现：恶寒，发热，无汗，头身疼痛，或伴见咳嗽、流涕，无咽痛口渴，舌质淡红，舌苔薄白，脉浮紧。

治法：发汗解表。

推荐方剂：麻黄汤。

药物组成：麻黄、桂枝、甘草、杏仁。

2 寒郁化热，三阳合病

临床表现：流感初起，发热，恶寒，无汗，肌肉酸痛，头目疼痛，咽干痛，咳嗽，舌质红，舌苔薄白或薄黄，脉浮微洪。

治法：辛凉解肌兼清里热。

推荐方剂：柴葛解肌汤。

药物组成：柴胡、干葛、甘草、黄芩、芍药、羌活、白芷、桔梗、石膏。

3 温邪郁卫

临床表现：发热，咽痛，口干，咳嗽，伴见肌肉酸痛，微恶风寒，无汗或汗出

不畅，舌边尖红，舌苔薄白，脉浮数。
治法：辛凉解表。
推荐方剂：银翘散。
药物组成：连翘、金银花、桔梗、薄荷、竹叶、生甘草、荆芥、淡豆豉、牛蒡子。

4 暑热夹湿

临床表现：高热，汗出不畅，渴喜冷饮，面赤，头身疼痛，或伴见咳嗽，流涕，咽痛，舌红，舌苔黄厚腻，脉滑数或洪大。
治法：清暑祛湿泄热。
推荐方剂：新加香薷饮加减。
药物组成：香薷、金银花、扁豆花、厚朴、连翘、石膏、知母、淡竹叶、芦根、青蒿、甘草。

5 肺阴虚

临床表现：干咳，或咯少量痰，口干而渴，舌红少苔，脉细数。
治法：清养肺胃，生津润燥。
推荐方剂：沙参麦冬汤。
药物组成：北沙参、玉竹、桑叶、天花粉、麦冬、扁豆、甘草。

6 脾肺气虚

临床表现：纳差，脘腹满闷不舒，倦怠乏力，伴或不伴低热，舌淡红，脉虚。
治法：益气健脾，燥湿化痰。
推荐方剂：香砂六君子汤。
药物组成：党参、白术、茯苓、陈皮、姜半夏、砂仁、木香、甘草。

流感重症

流感重症多为轻型流感患者病情加重，常并发病毒性肺炎。建议根据自身情况及时就医。

预防流感推荐家庭自制中药香囊。中药香囊芳香辟秽，解表达邪，芳香之药，具有辛温宣散，驱邪通窍，温和疏达的作用。因其气味芳香，佩戴挂饰美观，便于携带，又兼具预防保健作用，而备受大众喜爱。

所选药物大多有藿香、佩兰、苍术、石菖蒲、草果、艾叶、白芷、肉桂、丁香、薄荷、冰片、丁香等。具体可咨询中医师。



中医建议：



中医讲究慎起居、避风寒、调饮食、适劳逸。一定要保持良好的个人卫生习惯，保持环境清洁和通风，勤洗手，减少到人群密集场所活动，防止交叉感染，同时注意防寒保暖，饮食均衡营养搭配，适度锻炼，增强体质，以抵御外邪。

出现流感样症状应注意休息及自我隔离，前往公共场所或就医过程中需戴口罩，避免用手触摸口罩外侧；重症及老年、体虚者，需加强观察，发现病情变化及时就医。



供稿 | 中医科 池苗苗
编辑排版 | 宣传统战部
审核 | 谢红东 李皖生



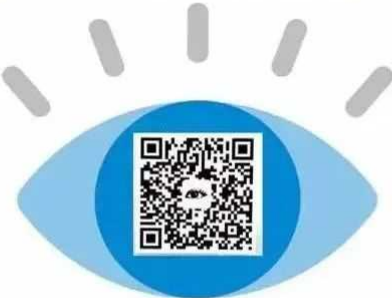
台州市立医院微信公众平台



敬畏生命 追求卓越



台州市立医院眼科中心公众平台



敬畏生命 追求卓越


分享


收藏