

河南省卫生健康委员会

豫卫中医函[2023]10号

关于印发河南省新型冠状病毒感染转阴后 常见症状中医治疗专家共识的通知

各省辖市、济源示范区卫生健康委，郑州航空港区教文卫体局，
南阳市中医药发展局，各省直医院：

为做好新冠病毒感染中医药救治工作，充分发挥中医药在新冠病毒感染康复中的独特作用，我们组织专家进行经验总结，形成《河南省新型冠状病毒感染转阴后常见症状中医治疗专家共识》。现印发给你们，供参考使用。

2023年2月14日

(信息公开形式：依申请公开)



河南省新型冠状病毒感染转阴后常见症状 中医治疗专家共识

部分新冠病毒感染者转阴后，存在咳嗽、乏力、心悸、失眠等症状，影响了身体健康和生活质量。为了充分发挥中医药优势，组织中西医多学科临床专家及药学专家，参照国家和省相关诊治方案，结合临床研究证据、专家临床经验等，制定了《河南省新型冠状病毒感染转阴后常见症状中医治疗专家共识》，为临床诊治及康复提供参考。

一、适用范围

适用于新型冠状病毒感染轻型、中型患者核酸/抗原转阴后常见症状的中医诊疗；重型、危重型患者的有关症状治疗可参考使用。合并其他疾病患者，若以合并疾病为主要表现者，请参考相关疾病诊疗指南。有关非药物疗法，请参考其他有关指南等。

二、新型冠状病毒感染转阴后常见临床表现

新型冠状病毒感染患者核酸/抗原转阴后，由于机体完全恢复仍需一定时间，故在恢复阶段（多发生在感染后两周至三个月）常会伴随一些症状，其临床表现复杂多样，可波及多个脏器系统，包括呼吸系统的呼吸困难、咳嗽、咯痰以及鼻干、咽喉部刺激、咽部异物感等；心脏和血管系统的心悸、胸痛、胸闷、血栓、出血等；神经系统的睡眠障碍、认知障碍、记忆力减退、味

嗅觉减退、耳鸣等；消化系统的食欲不振、恶心、腹痛、腹胀、腹泻、便秘等；精神心理方面的焦虑、抑郁、沟通障碍、创伤后应激障碍等；此外还包括全身症状如低热、肌肉酸痛、乏力、虚弱、汗出及月经周期异常等。

三、治疗

(一) 综合症状治疗

新型冠状病毒感染患者核酸/抗原转阴后，其病机为疫毒外袭，正邪交争，正胜邪退，但余邪未净，正气未复，肺脾受损，气阴两伤，故见倦怠、乏力、动则气短、干咳、少痰、口渴、咽干、心悸、不寐、自汗、盗汗等症。余邪未净，损脾碍胃，脾虚失运，出现胃脘痞闷、纳呆、便溏等症；蒙蔽清窍，致嗅觉减退、昏蒙等症。本病病位在肺、脾，波及他脏，病性为虚实夹杂。

证候：气阴两虚，脾虚失运，余邪未尽。

症状：倦怠，乏力，动后气短，干咳，少痰，咽喉不利，胃脘痞闷，纳呆，便溏，舌淡或红，少津，脉细数。

治法：益气养阴，健脾和中，清热祛湿。

推荐方药：生脉散合平胃散加减（清金益气方）：人参、麦冬、五味子、茯苓、清半夏、麸炒苍术、陈皮、柴胡、升麻、薏苡仁、黄芩、玄参、芦根、马鞭草、淡竹叶、甘草。

(二) 系统常见症状治疗

1. 呼吸道症状

常见呼吸急促、气短、咳嗽、无痰或痰少、言多则咳甚、吸

入刺激气体或冷空气等因素则突发阵咳或呛咳，可伴咽干、咽痒或痛、咽部异物感等。一般有以下证型：

(1) 风邪恋肺

症状：咳嗽，干咳或少痰，咽干、咽痒，遇刺激气味或冷风等因素则突发阵咳或呛咳，嗅觉减退，脉浮或弦细。

治法：宣降肺气，疏风止咳。

推荐方药：止嗽散（《医学心悟》）合杏苏散（《温病条辨》）加减：炒苦杏仁、蜜紫苏、白前、紫菀、蜜百部、前胡、清半夏、陈皮、茯苓、桔梗、生姜。

加减：咯痰黏稠难出者，去生姜、紫苏，加浙贝母、瓜蒌、沙参；咽痒甚者，加蝉蜕、薄荷、射干；遇刺激气味或冷风等咳嗽加重者，加防风、僵蚕、乌梅；鼻塞、嗅觉减退，加辛夷、白芷、炒苍耳子。

推荐中成药：苏黄止咳胶囊；痰黏稠者，可选用橘红化痰丸、橘红颗粒（丸、片）、复方鲜竹沥液；黄痰者，可选用肺力咳合剂、连花清咳片、急支糖浆、杏贝止咳颗粒；痰清稀者，可选用通宣理肺丸（颗粒、口服液）、杏苏止咳颗粒；鼻塞、嗅觉减退明显者，可选用散风通窍滴丸、通窍鼻炎丸、辛芷通窍丸（颗粒）、香菊胶囊、鼻渊通窍颗粒等。

(2) 肺燥津伤

症状：干咳，或痰少而黏、不易咯出，咽干，鼻干，口干，口渴，大便干，小便黄，舌边尖红，舌苔薄少津，脉浮细或细

数。

治法：润肺生津止咳

推荐方药：桑杏汤（《温病条辨》）合沙参麦冬汤（《温病条辨》）加减：桑叶、炒苦杏仁、栀子、浙贝母、北沙参、麦冬、玉竹、天花粉、炙甘草。

加减：鼻塞者，加辛夷、野菊花；咽痒者，加炒牛蒡子、射干、蝉蜕；咽中如有物梗阻者，加法半夏、厚朴、玄参、桔梗；痰黏难咯者，加瓜蒌、海蛤壳；痰黄者，加黄芩、瓜蒌、竹沥。

推荐中成药：养阴清肺丸（颗粒、口服液）、川贝枇杷膏（糖浆、露）、百合固金丸。咽中干痒或痛者，可选用玄麦甘桔颗粒、口炎清颗粒、甘桔冰梅片、咽炎片、咽立爽口含滴丸、西瓜霜润喉片等。

（3）气阴两虚、余热未清

症状：咳嗽，无痰或少痰，气短，乏力，口干或渴，自汗或盗汗，手足心热，舌体瘦小，舌质淡或红，舌苔薄白或黄、花剥，脉沉细或细数。

治法：益气养阴，清肺化痰。

推荐方药：生脉散（《医学启源》）合贝母瓜蒌散（《医学心悟》）加减：人参、地黄、麦冬、五味子、瓜蒌、浙贝母、连翘、黄芩、地骨皮、蜜百部、牡丹皮、陈皮。

加减：余热不明显者，减连翘、黄芩、地骨皮；五心烦热者，加青蒿、醋鳖甲；自汗明显者，加黄芪、浮小麦、煅龙骨、

煨牡蛎；盗汗明显者，加煨牡蛎、浮小麦；心悸、气短者，加丹参、炒酸枣仁、茯神、炙甘草；气短者，加生黄芪、炙甘草；气喘者，加炒白果、炒紫苏子、炒胡桃肉；胸闷甚至胸痛者，加枳壳、郁金、醋延胡索。

推荐中成药：生脉饮（口服液、颗粒）、百合固金丸等。

（4）肺脾气虚、痰湿未尽

症状：咳嗽、言多则甚，痰白或白黏，纳呆，乏力、气短、动则加重，便溏甚至泄泻，舌淡红、齿痕，舌苔白腻，脉沉细或沉缓。

治法：补肺健脾，燥湿化痰。

推荐方药：参苓白术散（《太平惠民和剂局方》）和二陈汤（《太平惠民和剂局方》）加减：人参、黄芪、茯苓、炒白术、炒山药、法半夏、陈皮、浙贝母、黄芩、蜜百部、赤芍、炒薏苡仁。

加减：咯痰不利者，加瓜蒌、海蛤壳；胸闷甚至胸痛者，加瓜蒌、枳壳、郁金；气逆而咳者，加旋覆花、代赭石、蜜枇杷叶。

推荐中成药：参苓白术散（丸、片、口服液）、人参健脾丸、补中益气丸；痰湿盛，咯白痰量多者，可选用二陈止咳颗粒；痰多、气喘者，可选用射麻口服液、止咳定喘丸（片）、咳喘片、丹龙口服液等。

2. 胃肠道症状

常见食欲不振、恶心、胃灼热、腹胀、腹痛、腹泻或便秘

等。一般有以下证型：

(1) 脾胃气虚

症状：纳差，倦怠乏力，少气懒言，味觉减退，脘腹胀满，便溏，或伴有白黏痰，舌淡胖边有齿痕，舌苔薄白，脉沉缓。

治法：健脾益胃。

推荐方药：六君子汤（《医学正传》）加减：党参、炒白术、茯苓、山药、石斛、姜半夏、陈皮、木香、紫苏梗、蜜百部、炙甘草。

加减：纳呆甚至厌食者，加焦三仙、鸡内金、莱菔子；兼有泛酸、嘈杂者，加煅瓦楞子、煅海螵蛸；口黏、舌苔白腻者，去炙甘草、石斛，加炒苍术、姜厚朴、佩兰；泄泻者，加葛根、益智仁、炒白扁豆；大便不畅甚至便秘的，加焦槟榔、枳实、蚕砂。

推荐中成药：可选用六君子丸、参苓白术散（丸、片、颗粒、口服液）、补中益气丸、人参健脾丸、健脾丸等。

(2) 湿阻中焦

症状：纳呆，恶心，甚则呕吐，咳嗽，痰白、泡沫，脘腹胀满，倦怠乏力，头身困重，大便黏滞不爽，舌苔白厚腻，脉沉缓或沉滑。

治法：化湿健脾，理气和中。

推荐方药：香砂六君子汤（《古今名医方论》）合藿朴夏苓汤（《医原》）加减：党参、炒白术、茯苓、藿香、姜厚朴、姜

半夏、木香、砂仁、陈皮。

加減：嘔吐、噯氣者，加黃連、生薑、丁香；口黏不爽者，加佩蘭、蒼朮；腹脹痞滿、便秘，加檳榔、枳實；口苦黏，加佩蘭、黃連；痰黏黃者，去木香、砂仁，加黃芩、瓜蒌皮。

推薦中成藥：可選用香砂六君子丸、參苓白朮散（丸、片、顆粒、口服液）、香砂養胃丸；惡心、嘔吐為主者，可選用藿香正氣水（丸、滴丸、軟膠囊、口服液）等。

3. 心血管症狀

常見心悸、胸悶、胸痛等症狀。一般有以下証型：

(1) 氣陰兩虛

症狀：心悸、氣短、動則加重，失眠，口乾燥，咽干，自汗或盜汗，倦怠乏力，舌紅少苔，舌苔薄或剝脫，脈細或細數。

治法：益氣養陰，寧心安神。

推薦方藥：炙甘草湯（《傷寒論》）合安神定志丸（《醫學心悟》）加減：炙甘草、人參、地黃、阿膠、麥冬、桂枝、茯神、遠志、龍齒、酸棗仁、牡蠣。

加減：心煩、不寐者，加黃連、百合、淮小麥；胸悶、隱痛者，加郁金、醋延胡索、醋香附；盜汗者，加醋鱉甲、浮小麥、煅龍骨、煅牡蠣；兼瘀血，如胸痛、舌暗，加丹參、赤芍、三七。

推薦中成藥：動後心悸明顯者，可選用芪參益氣滴丸、生脈飲（顆粒、口服液）、通脈養心丸、參松養心膠囊、穩心顆粒、

参芪口服液、养心氏片、芪冬颐心颗粒；胸闷甚至胸痛伴舌紫暗者，可选用复方丹参滴丸（片）、心速宁胶囊等。

（2）心肺气虚

症状：胸闷、气短、心悸、动则加重，咳嗽、动则咳甚，咳声低弱，倦怠乏力，自汗，畏风，舌淡，脉细弱。

治法：补肺益气，养心安神。

推荐方药：补肺汤（《永类钤方》）合养心汤（《仁斋直指方论》）加减：人参、黄芪、五味子、熟地黄、茯神、当归、远志、炒酸枣仁、蜜紫菀、蜜桑白皮、炙甘草。

加减：自汗者，加浮小麦、煅牡蛎；动则心悸加重或失眠多梦者，加龙齿、珍珠母；胸闷隐痛、舌暗者，加丹参、苏木、檀香。

推荐中成药：胸闷、心悸，动则加重者，可选用芪参益气滴丸、生脉饮（颗粒、口服液）、参松养心胶囊；胸闷、气喘明显者，可选用补肺活血胶囊，蛤蚧定喘胶囊；胸闷隐痛，口唇紫绀者，可选用复方丹参滴丸（片）、血府逐瘀胶囊（丸、片、口服液）等。

4. 神经精神症状

常见睡眠障碍、焦虑、抑郁等症状。一般有以下证型：

（1）肝郁化热

症状：焦虑，抑郁，失眠，烦躁，口苦，咽干，小便黄，舌红，舌苔薄黄，脉弦或弦数。

治法：疏肝解郁，清热除烦。

推荐方药：丹栀逍遥散（《内科摘要》）合酸枣仁汤（《金匱要略》）加減：醋柴胡、牡丹皮、梔子、知母、当归、白芍、炒酸枣仁、百合、地黄、薄荷、炙甘草。

加減：烦躁易怒者，加龙胆草、黄芩、蒲公英；抑郁、易悲伤者，加刺蒺藜、香附、淮小麦、大枣；失眠严重者，加琥珀、珍珠母、龙齿；兼心肝阴虚者，加沙参、麦门冬、五味子。

推荐中成药：可选用丹栀逍遥丸、逍遥丸、解郁丸；口干、口苦、胁痛、烦躁者，可选用龙胆泻肝丸；兼阴虚内热者，可选加天王补心丹、枣仁安神胶囊等。

（2）痰热内扰

症状：心烦，失眠，胸闷，头晕，口苦或口黏，大便不爽，小便黄，舌红，舌苔黄腻，脉滑数或弦数。

治法：清热化痰，宁心安神。

推荐方药：黄连温胆汤（《六因条辨》）加減：黄连、清半夏、陈皮、茯苓、竹沥、竹茹、枳实、牡丹皮、梔子、海蛤壳。

加減：烦躁、言语错乱者，加胆南星、石菖蒲、龙齿，或选加安宫牛黄丸、至宝丹；失眠、烦躁者，加龙骨、牡蛎、珍珠母；大便秘结者，加芦荟、生大黄；兼阴虚者，加百合、炒酸枣仁、麦门冬；兼气虚者，减枳实、竹沥，加太子参、黄精。

推荐中成药：可选用朱砂安神丸、牛黄清心丸等。

5. 全身症状

常见低热、肢体酸痛、乏力、虚弱、汗出等症状。一般有以下证型：

(1) 邪郁少阳

症状：低热，微恶寒，或寒热往来，肌肉酸痛，口苦，咽干，乏力，舌边尖红，舌苔薄黄，脉浮或弦。

治法：和解少阳，扶正透邪。

推荐方药：小柴胡汤（《伤寒论》）加减：醋柴胡、黄芩、清半夏、党参、葛根、白薇、鸡血藤、忍冬藤、白茅根、川芎、炙甘草。

加减：头痛、鼻塞者，加白芷、辛夷；气短、自汗者，加黄芪、浮小麦、煅牡蛎；腰背酸痛者，加烫狗脊、盐杜仲、独活；上肢酸痛者，加桑枝、羌活、姜黄；下肢酸痛者，选加川牛膝、木瓜、白芍、独活。

推荐中成药：可选用小柴胡颗粒等。

(2) 肺脾气虚

症状：气短，神疲，倦怠乏力，自汗，畏风寒，纳呆或食少，便溏，舌质淡胖或有齿痕，舌苔薄白或白腻，脉沉细或沉缓。

治法：益肺健脾。

推荐方药：补中益气汤（《脾胃论》）合黄芪桂枝五物汤（《金匱要略》）加减：人参、炙黄芪、茯苓、炒白术、升麻、柴

胡、陈皮、桂枝、白芍、炙甘草。

加减：口中黏腻者，加佩兰、苍术；脘腹胀满者，减黄芪、白芍、炙甘草，加枳实、木香；咳嗽者，加蜜紫菀、浙贝母；自汗者，加浮小麦、煅牡蛎；兼有阴虚，症如口干舌燥者，减桂枝、升麻、柴胡，加麦冬、五味子、知母；腰酸、膝软或下肢乏力者，加菟丝子、杜仲、寄生。

推荐中成药：可选用补中益气丸、参苓白术散（丸、片、颗粒、口服液）、人参健脾丸、香砂六君丸等。

四、注意事项

1. 除推荐中成药外，也可根据证候选用其他同类中成药，建议参照药品说明书或在医师指导下使用。

2. 特殊人群如孕产妇、儿童患者用药，应在医师指导下使用。

3. 患者应注意合理膳食，加强营养；适当锻炼，避免剧烈运动；起居有常，避免过度熬夜；调畅情绪，避免忧思过度；重视防护，勤洗手，戴口罩，多通风。

专家组名单

起草组组长：

李建生 河南中医药大学

起草组成员：

李素云 河南中医药大学第一附属医院

余学庆 河南中医药大学第一附属医院
王明航 河南中医药大学第一附属医院
张海龙 河南中医药大学第一附属医院
冯贞贞 河南中医药大学第一附属医院
杨曙光 河南中医药大学第一附属医院
赵虎雷 河南中医药大学第一附属医院

专家组（以姓氏笔画为序）：

王振涛 河南省中医院
朱明军 河南中医药大学第一附属医院
李莹 河南中医药大学第一附属医院
张国俊 郑州大学第一附属医院
张晓菊 河南省人民医院
张勤生 河南省中医院
周森 河南中医药大学第三附属医院
孟泳 河南省中医院
赵敏 河南中医药大学第一附属医院
赵文霞 河南中医药大学第一附属医院
党中勤 河南省中医院
高翔 河南中医药大学第三附属医院
唐进法 河南中医药大学第一附属医院
执笔人：李建生、余学庆、李素云

• 标准与规范 •

河南省新型冠状病毒感染者核酸/抗原转阴后 常见症状中医治疗专家共识*

河南中医药大学,呼吸疾病中医药防治省部共建协同创新中心,河南中医药大学第一附属医院

摘要: 为有效诊治新型冠状病毒感染者核酸/抗原转阴后临床症状、提高生活质量,由河南中医药大学牵头组织多学科临床及药学专家,参照国际公认的共识形成方法,制定了《河南省新型冠状病毒感染者核酸/抗原转阴后常见症状中医治疗专家共识》,内容包括范围、规范性引用文件、常见临床表现、治疗和注意事项5部分,其中治疗部分为本共识的核心内容,包括综合症状治疗、系统常见症状治疗(呼吸道、胃肠道、心血管、精神神经)和全身症状治疗,并推荐了相应方药及加减和常用中成药,旨在为临床医生的诊治及康复提供参考。

关键词: 新型冠状病毒肺炎;核酸/抗原转阴;症状;专家共识

DOI: 10.16368/j.issn.1674-8999.2023.03.094

中图分类号:R256.1 文献标志码:A 文章编号:1674-8999(2023)03-0567-05

Expert Consensus on Common Symptoms Treatment of Nucleic Acid/Antigen Turning Negative of COVID-19 Infected People in Henan Province by TCM Experts

Henan University of Chinese Medicine, Collaborative Innovation Center for Chinese Medicine and Respiratory Diseases co-constructed by Henan province & Education Ministry of P. R. China, First Affiliated Hospital of Henan University of Chinese Medicine

Abstract: In order to effectively diagnose and treat the clinical symptoms and improve the quality of life of people infected with novel coronavirus, Henan University of Traditional Chinese Medicine led the organization of multidisciplinary clinical and pharmaceutical experts. Referring to the internationally recognized consensus formation method, *Expert Consensus on Common Symptoms Treatment of Nucleic Acid/Antigen Turning Negative of COVID-19 Infected People in Henan Province by Traditional Chinese Medicine Experts* was formulated, which includes five parts, namely, scope, normative references, common clinical manifestations, treatment and precautions. The treatment part is the core content of this consensus, including comprehensive symptom treatment, the treatment of common symptoms of the system (respiratory tract, gastrointestinal tract, cardiovascular, psychiatric) and systemic symptoms, and the corresponding prescription. Addition and subtraction and commonly used Chinese patent medicine are recommended. It aims to provide reference for clinicians' diagnosis and treatment and patients' rehabilitation.

Key words: COVID-19; nucleic acid/antigen turning negative; symptom; expert consensus

当前,我国新型冠状病毒疫情防控工作的重心已从“防感染”转向“保健康、防重症”。部分感染者

核酸/抗原转阴后,常存在诸如咳嗽、乏力、心悸、失眠等诸多症状,较严重影响人们的健康状况和生活质量。为了更好地发挥中医药的作用优势,由河南中医药大学牵头组织中医、西医、中西医结合多学科临床专家及药学专家,根据河南省新型冠状病毒感染实际情况,参照国家相关诊治指导文献,结合临床研究证据、专家临床经验等,制定了《河南省新冠

* 基金项目:国家中医药管理局中医药传承与创新“百千万”人才工程—岐黄工程首席科学家项目{国中医药人教函(2020)219号};河南省科学技术厅中原学者科学家工作室项目{豫财行(2018)204号};2022年河南省疫情防控应急科研攻关项目(221111312000)

状病毒感染者核酸/抗原转阴后常见症状中医治疗专家共识》(简称“本共识”),旨在为临床医生的诊治及康复提供参考。

1 范围

本共识提出了新型冠状病毒感染者核酸/抗原转阴后常见症状的中医治疗及注意事项等内容。

本共识适用于新型冠状病毒感染轻型、中型患者核酸/抗原转阴后的中医诊疗;重型、危重型患者的有关症状治疗可参考使用。合并其他疾病患者,若以合并疾病为主要表现者,请参考相关疾病诊疗指南。有关非药物疗法,请参考其他有关指南如康复指南等。

本共识供中医、西医、中西医结合医务人员及临床研究人员参考使用。

2 规范性引用文

下列文件中的内容通过文中的规范性引用而构成本文件必不可少的条款。其中,注日期的引用文件,仅该日期对应的版本适用于本文件;不注日期的引用文件,其最新版本(包括所有的修改单)适用于本文件。

《新型冠状病毒感染诊疗方案(试行第十版)》(国家卫生健康委办公厅、国家中医药局综合司)《新型冠状病毒肺炎恢复期中西医结合康复指南(第一版)》(中华中医药学会与中国康复医学会)《新冠病毒感染者居家中医药干预指引》(国家中医药管理局中医疫病防治专家委员会)《中医药治疗新型冠状病毒感染核酸/抗原转阴后常见症状专家共识》(GS/CACM 312-2023)(中华中医药学会)《中华人民共和国药典(2020年版)》《河南省卫生健康委员会关于印发新冠肺炎中医辨证治疗要点的通知》(豫卫中医函[2020]5号)《中药饮片处方用名规范》(T/CACM 1361-2021)(中华中医药学会)

3 新型冠状病毒感染者核酸/抗原转阴后常见临床表现

新型冠状病毒感染者核酸/抗原转阴后,由于机体完全恢复仍需一定时间,故在恢复阶段(多发生在感染后两周至三个月)常会伴随一些症状,其临床表现复杂多样,可波及多个脏器系统,包括呼吸系

统的呼吸困难、咳嗽、咯痰以及鼻干、咽喉部刺激、咽部异物感等;心脏和血管系统的心悸、胸痛、胸闷、血栓、出血等;神经系统的睡眠障碍、认知障碍、记忆力减退、嗅觉减退、耳鸣等;消化系统的食欲不振、恶心、腹痛、腹胀、腹泻、便秘等;精神心理方面的焦虑、抑郁、沟通障碍、创伤后应激障碍等;此外还包括全身症状如低热、肌肉酸痛、乏力、虚弱、汗出及月经周期异常等。针对上述临床常见的呼吸道、胃肠道、心血管、神经精神以及全身症状,可采取下列治疗方法。

4 中医治疗

4.1 综合症状治疗 新型冠状病毒感染者核酸/抗原转阴后,其病机为疫毒外袭,正邪交争,正胜邪退,但余邪未净,正气未复,肺脾受损,气阴两伤,故见倦怠、乏力、动则气短、干咳、少痰、口渴、咽干、心悸、不寐、自汗、盗汗等症。余邪未净,损脾碍胃,脾虚失运,出现胃脘痞闷、纳呆、便溏等症;蒙蔽清窍,致嗅觉减退、昏蒙等症。本病病位在肺、脾,波及他脏,病性为虚实夹杂。

证候:气阴两虚,脾虚失运,余邪未尽。

症状:倦怠,乏力,动后气短,干咳,少痰,咽喉不利,胃脘痞闷,纳呆,便溏,舌淡或红,少津,脉细数。

治法:益气养阴,健脾和中,清热祛湿。

推荐方药:生脉散合平胃散加减(清金益气方):人参、麦冬、五味子、茯苓、清半夏、麸炒苍术、陈皮、柴胡、升麻、薏苡仁、黄芩、玄参、芦根、马鞭草、淡竹叶、甘草。

4.2 系统常见症状治疗

4.2.1 呼吸道症状 常见呼吸急促、气短、咳嗽、无痰或痰少、言多则咳甚、吸入刺激气体或冷空气等因素则突发阵咳或呛咳,可伴咽干、咽痒或痛、咽部异物感等。

4.2.1.1 风邪恋肺 症状:咳嗽,干咳或少痰,咽干、咽痒,遇刺激气味或冷风等因素则突发阵咳或呛咳,嗅觉减退,脉浮或弦细。

治法:宣降肺气,疏风止咳。

推荐方药:止嗽散(《医学心悟》)合杏苏散(《温病条辨》)加减:炒苦杏仁、蜜紫苏、白前、紫菀、蜜百部、前胡、清半夏、陈皮、茯苓、桔梗、生姜。

加减:咯痰黏稠难出者,去生姜、紫苏,加浙贝

母、瓜蒌、沙参;咽痒甚者,加蝉蜕、薄荷、射干;遇刺激气味或冷风等咳嗽加重者,加防风、僵蚕、乌梅;鼻塞、嗅觉减退,加辛夷、白芷、炒苍耳子。

推荐中成药:苏黄止咳胶囊;痰黏稠者,可选用橘红化痰丸、橘红颗粒(丸、片)、复方鲜竹沥液;黄痰者,可选用肺力咳合剂、连花清咳片、急支糖浆、杏贝止咳颗粒;痰清稀者,可选用通宣理肺丸(颗粒、口服液)、杏苏止咳颗粒;鼻塞、嗅觉减退明显者,可选用散风通窍滴丸、通窍鼻炎丸、辛芷通窍丸(颗粒)、香菊胶囊、鼻渊通窍颗粒。

4.2.1.2 肺燥津伤 症状:干咳,或痰少而黏、不易咯出,咽干,鼻干,口干,口渴,大便干,小便黄,舌边尖红,舌苔薄少津,脉浮细或细数。

治法:润肺生津止咳。

推荐方药:桑杏汤《温病条辨》合沙参麦冬汤(《温病条辨》)加减:桑叶、炒苦杏仁、栀子、浙贝母、北沙参、麦冬、玉竹、天花粉、炙甘草。

加减:鼻塞者,加辛夷、野菊花;咽痒者,加炒牛蒡子、射干、蝉蜕;咽中如有物梗阻者,加法半夏、厚朴、玄参、桔梗;痰黏难咯者,加瓜蒌、海蛤壳;痰黄者,加黄芩、瓜蒌、竹沥。

推荐中成药:养阴清肺丸(颗粒、口服液)、川贝枇杷膏(糖浆、露)、百合固金丸。咽中干痒或痛者,可选用玄麦甘桔颗粒、口炎清颗粒、甘桔冰梅片、咽炎片、咽立爽口含滴丸、西瓜霜润喉片。

4.2.1.3 气阴两虚、余热未清 症状:咳嗽,无痰或少痰,气短,乏力,口干或渴,自汗或盗汗,手足心热,舌体瘦小,舌质淡或红,舌苔薄白或黄、花剥,脉沉细或细数。

治法:益气养阴,清肺化痰。

推荐方药:生脉散《医学启源》合贝母瓜蒌散(《医学心悟》)加减:人参、地黄、麦冬、五味子、瓜蒌、浙贝母、连翘、黄芩、地骨皮、蜜百部、牡丹皮、陈皮。

加减:余热不明显者,减连翘、黄芩、地骨皮;五心烦热者,加青蒿、醋鳖甲;自汗明显者,加黄芪、浮小麦、煅龙骨、煅牡蛎;盗汗明显者,加煅牡蛎、浮小麦;心悸、气短者,加丹参、炒酸枣仁、茯神、炙甘草;气短者,加生黄芪、炙甘草;气喘者,加炒白果、炒紫苏子、炒胡桃肉;胸闷甚至胸痛者,加枳壳、郁金、醋延胡索。

推荐中成药:生脉饮(口服液、颗粒)、百合固金丸。

4.2.1.4 肺脾气虚、痰湿未尽 症状:咳嗽、言多则甚,痰白或白黏,纳呆,乏力、气短、动则加重,便溏甚至泄泻,舌淡红、齿痕,舌苔白腻,脉沉细或沉缓。

治法:补肺健脾,燥湿化痰。

推荐方药:参苓白术散《太平惠民和剂局方》和二陈汤《太平惠民和剂局方》加减:人参、黄芪、茯苓、炒白术、炒山药、法半夏、陈皮、浙贝母、黄芩、蜜百部、赤芍、炒薏苡仁。

加减:咯痰不利者,加瓜蒌、海蛤壳;胸闷甚至胸痛者,加瓜蒌、枳壳、郁金;气逆而咳者,加旋覆花、代赭石、蜜枇杷叶。

推荐中成药:参苓白术散(丸、片、口服液)、人参健脾丸、补中益气丸;痰湿盛,咯白痰量多者,可选用二陈止咳颗粒;痰多、气喘者,可选用射麻口服液、止嗽定喘丸(片)、咳喘片、丹龙口服液等。

4.2.2 胃肠道症状 常见食欲不振、恶心、胃灼热、腹胀、腹痛、腹泻或便秘等。

4.2.2.1 脾胃气虚 症状:纳差,倦怠乏力,少气懒言,味觉减退,脘腹胀满,便溏,或伴有白黏痰,舌淡胖边有齿痕,舌苔薄白,脉沉缓。

治法:健脾益胃。

推荐方药:六君子汤《医学正传》加减:党参、炒白术、茯苓、山药、石斛、姜半夏、陈皮、木香、紫苏梗、蜜百部、炙甘草。

加减:纳呆甚至厌食者,加焦三仙、鸡内金、莱菔子;兼有泛酸、嘈杂者,加煅瓦楞子、煅海螵蛸;口黏、舌苔白腻者,去炙甘草、石斛,加炒苍术、姜厚朴、佩兰;泄泻者,加葛根、益智仁、炒白扁豆;大便不畅甚至便秘者,加焦槟榔、枳实、蚕砂。

推荐中成药:可选用六君子丸、参苓白术散(丸、片、颗粒、口服液)、补中益气丸、人参健脾丸、健脾丸。

4.2.2.2 湿阻中焦 症状:纳呆,恶心,甚则呕吐,咳嗽,痰白、泡沫,脘腹胀满,倦怠乏力,头身困重,大便黏滞不爽,舌苔白厚腻,脉沉缓或沉滑。

治法:化湿健脾,理气和中。

推荐方药:香砂六君子汤《古今名医方论》合藿朴夏苓汤《医原》加减:党参、炒白术、茯苓、藿香、姜厚朴、姜半夏、木香、砂仁、陈皮。

加减: 呕吐、噎气者, 加黄连、生姜、丁香; 口黏不爽者, 加佩兰、苍术; 腹胀痞满、便秘, 加槟榔、枳实; 口苦黏, 加佩兰、黄连; 痰黏黄者, 去木香、砂仁, 加黄芩、瓜蒌皮。

推荐中成药: 可选用香砂六君子丸、参苓白术散(丸、片、颗粒、口服液)、香砂养胃丸; 恶心、呕吐为主者, 可选用藿香正气水(丸、滴丸、软胶囊、口服液)。

4.2.3 心血管症状 常见心悸、胸闷、胸痛等症状。

4.2.3.1 气阴两虚 症状: 心悸、气短、动则加重, 失眠, 口干燥, 咽干, 自汗或盗汗, 倦怠乏力, 舌红少苔, 舌苔薄或剥脱, 脉细或细数。

治法: 益气养阴, 宁心安神。

推荐方药: 炙甘草汤《伤寒论》合安神定志丸(《医学心悟》)加减: 炙甘草、人参、地黄、阿胶、麦冬、桂枝、茯神、远志、龙齿、酸枣仁、牡蛎。

加减: 心烦、不寐者, 加黄连、百合、淮小麦; 胸闷、隐痛者, 加郁金、醋延胡索、醋香附; 盗汗者, 加醋鳖甲、浮小麦、煅龙骨、煅牡蛎; 兼瘀血, 如胸痛、舌暗, 加丹参、赤芍、三七。

推荐中成药: 动后心悸明显者, 可选用芪参益气滴丸、生脉饮(颗粒、口服液)、通脉养心丸、参松养心胶囊、稳心颗粒、参芪口服液、养心氏片、芪冬颐心颗粒; 胸闷甚至胸痛伴舌紫暗者, 可选用复方丹参滴丸(片)、心速宁胶囊。

4.2.3.2 心肺气虚 症状: 胸闷、气短、心悸、动则加重, 咳嗽、动则咳甚, 咳声低弱, 倦怠乏力, 自汗, 畏风, 舌淡, 脉细弱。

治法: 补肺益气, 养心安神。

推荐方药: 补肺汤(《永类铃方》)合养心汤(《仁斋直指方论》)加减: 人参、黄芪、五味子、熟地黄、茯神、当归、远志、炒酸枣仁、蜜紫菀、蜜桑白皮、炙甘草。

加减: 自汗者, 加浮小麦、煅牡蛎; 动则心悸加重或失眠多梦者, 加龙齿、珍珠母; 胸闷隐痛、舌暗者, 加丹参、苏木、檀香。

推荐中成药: 胸闷、心悸, 动则加重者, 可选用芪参益气滴丸、生脉饮(颗粒、口服液)、参松养心胶囊; 胸闷、气喘明显者, 可选用补肺活血胶囊、蛤蚧定喘胶囊; 胸闷隐痛, 口唇紫绀者, 可选用复方丹参滴丸(片)、血府逐瘀胶囊(丸、片、口服液)。

4.2.4 神经精神症状 常见睡眠障碍、焦虑、抑郁等症状。

4.2.4.1 肝郁化热 症状: 焦虑、抑郁、失眠、烦躁, 口苦、咽干, 小便黄, 舌红, 舌苔薄黄, 脉弦或弦数。

治法: 疏肝解郁, 清热除烦。

推荐方药: 丹栀逍遥散《内科摘要》合酸枣仁汤《金匱要略》加减: 醋柴胡、牡丹皮、栀子、知母、当归、白芍、炒酸枣仁、百合、地黄、薄荷、炙甘草。

加减: 烦躁易怒者, 加龙胆草、黄芩、蒲公英; 抑郁、易悲伤者, 加刺蒺藜、香附、淮小麦、大枣; 失眠严重者, 加琥珀、珍珠母、龙齿; 兼心肝阴虚者, 加沙参、麦冬、五味子。

推荐中成药: 可选用丹栀逍遥丸、逍遥丸、解郁丸; 口干、口苦、胁痛、烦躁者, 可选用龙胆泻肝丸; 兼阴虚内热者, 可选加天王补心丹、枣仁安神胶囊。

4.2.4.2 痰热内扰 症状: 心烦、失眠、胸闷、头晕, 口苦或口黏, 大便不爽, 小便黄, 舌红, 舌苔黄腻, 脉滑数或弦数。

治法: 清热化痰, 宁心安神。

推荐方药: 黄连温胆汤《六因条辨》加减: 黄连、清半夏、陈皮、茯苓、竹沥、竹茹、枳实、牡丹皮、栀子、海蛤壳。

加减: 烦躁、言语错乱者, 加胆南星、石菖蒲、龙齿, 或选加安宫牛黄丸、至宝丹; 失眠、烦躁者, 加龙骨、牡蛎、珍珠母; 大便秘结者, 加芦荟、生大黄; 兼阴虚者, 加百合、炒酸枣仁、麦冬; 兼气虚者, 减枳实、竹沥, 加太子参、黄精。

推荐中成药: 可选用朱砂安神丸、牛黄清心丸。

4.2.5 全身症状 常见低热、肢体酸痛、乏力、虚弱、汗出等症状。

4.2.5.1 邪郁少阳 症状: 低热、微恶寒, 或寒热往来, 肌肉酸痛, 口苦, 咽干, 乏力, 舌边尖红, 舌苔薄黄, 脉浮或弦。

治法: 和解少阳, 扶正透邪。

推荐方药: 小柴胡汤《伤寒论》加减: 醋柴胡、黄芩、清半夏、党参、葛根、白薇、鸡血藤、忍冬藤、白茅根、川芎、炙甘草。

加减: 头痛、鼻塞者, 加白芷、辛夷; 气短、自汗者, 加黄芪、浮小麦、煅牡蛎; 腰背酸痛者, 加烫狗脊、盐杜仲、独活; 上肢酸痛者, 加桑枝、羌活、姜黄; 下肢酸痛者, 选加川牛膝、木瓜、白芍、独活。

推荐中成药: 可选用小柴胡颗粒。

4.2.5.2 肺脾气虚 症状: 气短, 神疲, 倦怠乏力, 自汗, 畏风寒, 纳呆或食少, 便溏, 舌质淡胖或有齿痕, 舌苔薄白或白腻, 脉沉细或沉缓。

治法: 益肺健脾。

推荐方药: 补中益气汤《脾胃论》合黄芪桂枝五物汤《金匮要略》加减: 人参、炙黄芪、茯苓、炒白术、升麻、柴胡、陈皮、桂枝、白芍、炙甘草。

加减: 口中黏腻者, 加佩兰、苍术; 脘腹胀满者, 减黄芪、白芍、炙甘草, 加枳实、木香; 咳嗽者, 加蜜紫菀、浙贝母; 自汗者, 加浮小麦、煅牡蛎; 兼有阴虚, 症见口干舌燥者, 减桂枝、升麻、柴胡, 加麦冬、五味子、知母; 腰酸、膝软或下肢乏力者, 加菟丝子、杜仲、桑寄生。

推荐中成药: 可选用补中益气丸、参苓白术散(丸、片、颗粒、口服液)、人参健脾丸、香砂六君丸。

5 注意事项

以上推荐的中成药, 建议参照药品说明书或在医师指导下使用; 特殊人群如孕产妇、儿童患者用药, 应在医师指导下使用; 患者应注意合理膳食, 加强营养; 适当锻炼, 避免剧烈运动; 起居有常, 避免过度熬夜; 调畅情绪, 避免忧思过度; 重视防护, 勤洗手, 戴口罩, 多通风。

附: 起草组成员及单位

本文件起草组组长: 李建生(河南中医药大学, 河南中医药大学第一附属医院)

本文件起草组成员: 李素云、余学庆、王明航、张海龙、冯贞贞、杨曙光、赵虎雷(河南中医药大学第一附属医院)

本文件专家组(以姓氏笔画为序): 王振涛(河南中医药大学第二附属医院)、朱明军(河南中医药大学第一附属医院)、李莹(河南中医药大学第一附属医院)、张国俊(郑州大学第一附属医院)、张晓菊(河南省人民医院)、张勤生(河南中医药大学第二附属医院)、周淼(河南中医药大学第三附属医院)、孟泳(河南中医药大学第二附属医院)、赵敏(河南中医药大学第一附属医院)、赵文霞(河南中医药大学第一附属医院)、党中勤(河南中医药大学第二附属医院)、高翔(河南中医药大学第三附属医院)、唐进法(河南中医药大学第一附属医院)

本文件执笔人: 李建生、余学庆、李素云

收稿日期: 2023-01-16

通信作者: 李建生(1963-), 男, 教授, 主任医师, 研究方向: 中医药防治呼吸系统疾病。E-mail: li_js8@163.com

编辑: 纪彬