

咸安区中医医院特聘医师为您答疑解惑

# 中药治疗新冠病毒 这些知识早知道

●记者 夏咸芳

当前,我国疫情防控工作重心从“防感染”转向“保健康、防重症”。发挥好中医药的作用,对于提高治愈率、降低重症率和死亡率、促进患者早日康复有着重要作用。如何利用中医药有效预防、治疗感染新冠病毒?有哪些中医非药物疗法可预防新冠病毒?哪些中药可用于新冠患者康复?中药和西药是否可以一起吃等都成为市民当前普遍关心的问题。1月11日,记者就此采访了咸安区中医医院特聘医师柯裕枝,为市民答疑解惑。

## 关注点一

### 对于成年人,哪些中药治疗效果好?

柯裕枝医师介绍,凡是发热、恶风寒、肌肉酸痛、咽干咽痛、乏力、鼻塞流涕或咳嗽者,宜服用具有疏风解表功效的中成药,如疏风解毒胶囊(颗粒)、清肺排毒颗粒、散寒化湿颗粒、感冒清热胶囊(颗粒)、荆防颗粒、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)等。

对于咽痛明显,发热、肌肉酸痛、咽干咽痛、乏力或咳嗽者,宜服用具有疏风清热、化湿解表,清热解毒功效的中成药,如连花清瘟胶囊(颗粒)、金花清感颗粒、化湿败毒颗粒、宣肺败毒颗粒、热炎宁合剂、银黄清肺胶囊、连花清咳片、六神丸(胶囊)、银翘解毒颗粒、金叶败毒颗粒、蓝芩口服液、复方芩兰口服液、清咽滴丸、喉咽清颗粒、桑菊感冒片、夏桑菊颗

粒、痰热清胶囊、双黄连口服液,柴芩清宁胶囊、抗病毒口服液、感冒退热颗粒、消炎退热颗粒、清开灵颗粒、小柴胡颗粒等。

对于咳嗽明显者,宜服用具有宣肺止咳功效的中成药,如急支糖浆、咳速停糖浆、宣肺止咳合剂、通宣理肺丸(颗粒、口服液)、杏苏止咳颗粒、连花清咳片。杏仁止咳颗粒,橘红痰咳液,感冒止咳颗粒等。

对于乏力、伴胃肠不适、如呕吐、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)等。伴便秘便干者,可服用防风通圣丸九(颗粒)。

对于鼻塞流涕明显者,宜服用具有解表通窍功效的中成药,如鼻窦炎口服液、散风通窍滴丸等。



## 关注点四

### 中药和西药是否可以一起吃?

“如果被新冠病毒感染,西药退烧药与中药感冒药尽量不要同服。”柯裕枝介绍,此时,中药感冒药尽量只选一种服用,没必要两三种一起服用,这类药多含有清热解毒类的苦寒药,叠加使用易伤脾胃,不利于愈后。西药退烧药同样如此,选用一种即可,避免联合用药,要注意每日服用剂量不要超标,否则可能会对肝脏

带来损伤。如,服用连花清瘟、金花清感、宣肺败毒颗粒等有退热功效的中成药,不要联合服用布洛芬或对乙酰氨基酚。其他中药和西药如服用也应间隔1小时,避免互相影响。若服用了感冒类中药,但咽痛明显,可以加服六神丸、清咽滴丸等对症药,同时应把握“中病即止”原则,症状消失后及时停止用药。

## 关注点二

### 对于儿童,哪些中药治疗有疗效?

“由于儿童体质特殊,病情变化迅速,需在医生指导下服用药物,出现病情变化的,需及时就医。”柯裕枝医师介绍,儿童服用药物需小心谨慎,根据病情不同,儿童所服用的药物也不尽相同。如出现恶寒发热、肌肉酸痛的孩子,可用小儿柴桂退热颗粒、小儿风热清口服液等,而出现发热、咽干咽痛、咳嗽者,可用金振口服液、儿童清肺口服液、小儿消积止咳口服液、减味小儿化痰散等;针对发热、食少腹胀、口臭、大便酸臭或秘结者,可用健儿清解液、小儿豉翘清热颗粒等。针对咽痛明显的儿童,可用小儿清咽颗粒、开喉剑喷雾(儿童型)等;而咳嗽明显者,可用清宣止咳颗粒、小儿止咳糖浆、小

儿清肺止咳片等;出现乏力、纳食不香者,可用醒脾养儿颗粒等。

“临床中,很多家长主诉治疗退热的药大多味苦,很多孩子不愿意吃,此时,对于中药,可以放入冰糖改善口感。”柯裕枝医师介绍,一旦孩子出现发烧症状,可以使用温毛巾擦拭等物理降温法。家长还可以尝试自学小儿退热推拿,包括头面部的开天门,推坎宫、揉太阳、掐揉耳后高骨,手部的清天河水、退六腑。如果孩子咳嗽,可加清肺平肝手法;如果大便干燥,加清大肠经;如果腹胀、大便不畅,加掐揉板门。他提醒家长,3岁以下的孩子如果持续高烧不退,要及时到医院就诊。

## 关注点五

### “阳康”后,中医药有哪些方法可巩固疗效?

柯裕枝医师称,新冠病毒感染后的核心症状是发热,无症状者不能算病人。体温一旦恢复正常,症状已基本解除了八九成,遗留症状可能是咽喉不适或咳嗽。这时新冠病毒感染者即将进入康复期,如难以忍受,可服用3至5天的润肺、清肺、止咳的中药。如果咳嗽没有影响正常生活,可以不吃药,在家蒸个梨或煮苹果汤,或煮白萝卜水,喝一喝,能够缓解

咳嗽。他提醒,从中医的角度而言,新冠本质上是外感病,所以同外感病的禁忌是一样的,用药期间,应避免吃油腻、辛辣、刺激性强的食物。饮食以清淡为主,同时加强营养,建议多吃高蛋白类的食物,如鸡蛋、牛奶等,此外,多喝水非常重要,饮水利尿能够代谢出感染产生的毒素,对缓解症状有好处。

## 关注点三

### 哪些中药有利于新冠病毒患者康复?

“感染新冠病毒后,很多患者出现了气短、多汗、胸闷、心悸、干咳的症状,此时宜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。”柯裕枝医师介绍,对于乏力、纳差、腹胀、便溏者,宜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、香砂六君丸等。

还有一部分患者出现失眠、焦虑和抑郁,此时宜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。

“事实上除了吃药,还有一些中医方法也有助于康复。”柯裕枝医师推荐,感染新冠病毒后,患者可试试艾

灸、耳穴压豆、拔罐以及经穴推拿等中医疗法,帮助身体快速康复。同时还可以运用八段锦、太极拳等中医传统功法进行适当锻炼。

针对如何运用中医非药物疗法预防新冠的问题,柯裕枝医师建议市民应饮食有节、起居有常、劳逸有度,同时保持情志畅达。如每日三餐规律进食,饮食宜清淡易消化,食物多样,保证谷类、优质蛋白质类食物、新鲜蔬菜和水果摄入量;多喝水。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。

## 关注点六

### 网上流传着很多未经证实的预防或治疗新冠的中药方、食补方,是否可信?

“网上流传的部分中药方可能对一部分人起效,但不一定对其他人有效,甚至有反作用。对患者而言,多喝水,多吃富含维C的水果和新鲜蔬菜,注意休息,保障睡眠最为重要。”柯裕枝表示,根据中医“三因制

宜”的原则,不同的地域、不同的人,不同的季节防治疾病的方剂都有所不同,需因时因人因地裁方用药,食补也是同样道理。因此,药方或食补方都应该在中医师指导下进行合理使用。

#### 相关链接

从中医药角度,有哪些药物可预防新冠?

1.代茶饮:生黄芪9g、金银花5g、广藿香3g,每日一剂,开水泡服,代茶频频

饮服,适宜普通人群的预防服用。

2.玉屏风颗粒:每次5克,一天三次。适宜体虚容易感冒、自汗恶风者预防服用。