

# 中医外治疗法在新冠肺炎治疗中的应用

河南中医药大学第一附属医院 □ 典迎春

在新冠肺炎疫情防控中在全国各个省市中医药应用率达到90%以上,中医的应用方法可大致分为两大类,分别是中药内服“内治法”和中医外用“外治法”。中医外治法种类繁多,是指除内服中药以外的其他中医疗法,这次在抗击疫情中应用的种类主要有:针刺、艾灸、推拿点穴、耳穴贴压、穴位贴敷、中医养生功法等,这些方法理论基础扎实、

实际操作简便、临床疗效确切、病人容易接受。该疗法主要作用机理是应用非内服中药作用于人体,通过中药和经络穴位特殊作用,由外达内、由表及里、由浅入深,进而调和营卫、疏通经络、调整脏腑、平衡阴阳,具有和内服中药治疗疾病同样的作用,甚至有些外治方法还优于内服中药的功效。

在抗击新冠肺炎疫情过程中,中医外治法在不同场合中均有应用,且受到专家组和患者赞誉。中医外治工作者因不具备急救、抗感染等传染病工作经验,故不能到抗疫一线和新冠肺炎患者接触治疗。因此,外治方法的操作者大多是疫情一线的非中医外治专业医生和护理人员。中医外治法在疫情防控中虽然发挥出很大作用,但如果从中医外治专业角度规范操作流程,应该能获得更好的疗效。笔者是从事中医外治工作的专科医生,根据自己10多年中医外治经验,结合新冠肺炎治疗过程中的中医外治应用项目,探讨关于中医外治法在治疗新型冠状病毒肺炎中的应用,争取最大程度发挥中医外治的作用。笔者认为中医外治法是从病理、生理、心理三方面发挥作用,根据新冠肺炎不同阶段的部分症状,分别论述适合的外治法的方法和操作方法,下面介绍几种常用的、临床疗效确切的方法,希望对临床一线工作者有所帮助。

## 推拿点穴疗法

推拿点穴疗法就是人们所说的按摩,但该技术其实并不是简单的按摩、推拿,通常人们随机揉搓几下也会起到一些效果,但只有规范操作才能避免误治,才能完整发挥出治疗效果,并且让效果更加持久。该疗法是在中医基础理论指导下最常用的外治法,从业者必须在掌握中医基础理论前提下,熟练掌握经络穴位走向和分类,搞清楚不同穴位的配合和治疗禁忌,针对寒热虚实等症准确选穴,同时必须熟练掌握手法,掌握手法的轻重缓急、补泻原则及禁忌证等。

在新冠肺炎患者救治过程中,推拿点穴也多有应用,下面就具体症状介绍几种操作方法:

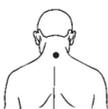
**大椎穴**

穴位:大椎穴。可宣散热邪,升阳行气。

位置:低头颈部最高的点(第七颈椎)下方凹陷处。

手法:选用快速旋转摩法或者挤捏法(调治新冠肺炎患者发热的病理状态)。

操作:旋转摩法,以手掌掌根部对大椎穴顺时针快速做圆形摩擦,至少80次/分,以患者感到后背发热、微微汗出为度;挤捏法,以双手拇指和食指同时由深层肌肉到浅层皮肤对捏大椎穴,以皮肤发红甚至出痧、微微汗出为度。



**太阳穴**

穴位:太阳穴。可解表散热,清利头目。

位置:头部侧面,眉梢和外眼角中间向后一横指凹陷处。

手法:推揉法、点振法(调治新冠肺炎引起的发热、头晕等病理状态)。

操作:推揉法以食指、中指、无名指三指并拢,中指对准并吸定太阳穴,双手同时由后向前旋转推揉,以太阳穴区域酸胀为度;点振法,以双侧中指同时对准太阳穴震颤,100次/分。



**百会穴**

穴位:百会穴。可提升阳气,安神定惊。

位置:头顶正中线与两耳尖连线的交叉处。

手法:掌心缓慢揉法(调整新冠肺炎患者生理机能,改善乏力症状,同时可以改善其心理状态,调治心理恐惧、失眠和焦虑)。

操作:应用掌心缓慢揉法,嘱咐患者闭目养神,掌心对准并吸定百会穴,全掌自然贴着头顶,平稳、着实、缓和地做顺时针带动头顶皮肤揉动,使患者自觉身心放松为度,20次/分。



**廉泉穴**

穴位:廉泉穴。可生津止渴。

位置:脖颈正中线上,喉结上方,舌骨上缘凹陷处。

手法:拇指点振法(调治新冠肺炎引起的干咳等病理状态)。

操作:以拇指指腹向内先均匀点揉,30次/分;再照此角度用拇指点振法进行操作,60次/分,以患者感觉口腔内分泌唾液为好。



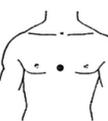
**膻中穴**

穴位:膻中穴。可止咳化痰,开胸顺气。

位置:两乳头连线的中点处。

手法:全掌揉摩法(调治新冠肺炎患者胸膈气短、咳嗽的病理状态)。

操作:掌心对准膻中穴,先做顺时针全掌揉摩,力度要求柔和、渗透,30次/分;再从膻中穴沿前正中线从上往下推至肚脐处,要求速度、力度、频率均匀,以患者感觉气顺舒畅为好。



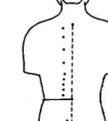
**夹脊穴**

穴位:夹脊穴。可调理脏腑,升阳解郁,泻火解毒。

位置:背腰部,当第一胸椎至第五腰椎棘突下两侧,后正中线旁开0.5寸。

手法:点按法、捏脊法、掌推法(宣散邪热,泻火解毒,调治新冠肺炎引起的发热、便秘、呕吐等病理状态;平衡脏腑,增强正气,调整患者虚衰的生理机能;协调阴阳,调治新冠肺炎患者的心慌、烦闷、抑郁等心理状态)。

操作:点按法,将双手拇指指腹沿脊柱两侧夹脊穴从上往下交替点按6遍~9遍,以患者感觉后背放松、全身舒畅为度;捏脊法,双手拇指和食中指对捏提拉,由下向上—松—紧交替提起皮肤(从背部第5腰椎到颈部第7颈椎),操作6遍~9遍,以背部正中线皮肤发红、患者微微汗出和头脑清醒为度;掌推法,分别沿3条线从上向下用全掌贴合皮肤平推(脊柱从颈部第7颈椎到臀部第5腰椎为第一条线,脊柱两侧旁开1.5寸即膀胱经为第二、第三条线)。



**中腕穴**

穴位:中腕穴。健脾和胃,理气止痛。

位置:肚脐上4寸(此为同身寸,下同),前正中线上。

手法:摩揉法,点揉法(调治新冠肺炎患者引起的腹胀、恶心、便秘等病理状态)。

操作:摩揉法,将掌根紧贴中腕穴处,其余掌面轻轻贴敷在皮肤上,然后顺时针在中腕穴进行揉动,30次/分,以患者感觉腹部皮肤柔软舒适为度;点揉法,将食指、中指、无名指一起并拢,以中指指腹吸定在中腕穴,腕关节顺时针旋转,中指揉按穴位,30次/分,要求柔和、灵活,以患者感觉腹部放松、舒畅为度。



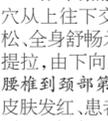
**风池穴**

穴位:风池穴。可发汗解表,疏风清热,清利头目。

位置:项后区,枕骨之下,胸锁乳突肌上端与斜方肌上端之间凹陷处。

手法:拿捏法、点揉法(调治新冠肺炎引起的高热无汗出、头疼头晕等病理状态,调整患者失眠烦躁的心理状态)。

操作:左手扶着患者前额,右手拇指指腹和中指指腹分别放在两侧风池穴处,然后相对拿捏,以患者感觉头部清醒、微微汗出为度;点揉法,一只手扶着患者额头,用另一手的大拇指指腹对准一侧风池穴,吸定穴位后,由轻到重慢慢加力点揉,以患者能耐受且自觉舒服为度,然后换另外一侧风池穴进行操作。



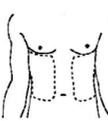
**肋肋**

穴位:揉摩肋肋,这是临床常用的一种复合性推拿手法,具有开郁降浊、顺气止痛之功效。

位置:腋部以下至肚脐水平线部分,两侧下胸肋及肋缘部。

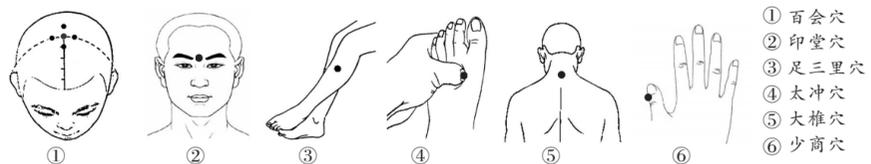
手法:揉摩法(调治新冠肺炎引起的咳嗽气逆、胃痛呕吐等病理状态,调整患者腹胀烦躁的心理状态)。

操作:将两掌贴合皮肤从两侧腋下揉摩至肚脐水平线,手腕放松,忌用大力,操作6遍~9遍。



## 针刺疗法

针刺疗法在治疗新冠肺炎中应用得比较多。笔者强调,操作者一定要掌握针刺的操作规范、适应证、禁忌证,以及穴位的配伍等。针刺属于有创疗法,在操作时要严格消毒,避免医患双方发生感染,下面就新冠肺炎引起的一些临床症状,结合笔者临床经验列举部分针刺配方。



处方一:百会穴、印堂穴、足三里穴、太冲穴,具有安神解郁、理气解郁之功效(调治新冠肺炎患者的失眠抑郁等病理状态和烦躁暴怒的心理状态)。

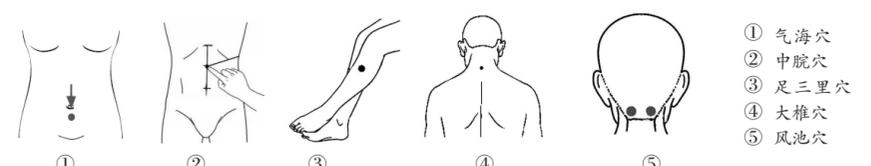
处方二:大椎穴、少商穴,具有开窍泻热、解毒利咽之功效(调治新冠肺炎引起的高热昏厥、咽喉肿痛等病理状态)。

以上两穴均采用放血疗法操作。大椎穴(图⑤),操作时先在大椎穴上搓揉,使局部皮肤发红,严格消毒用具,然后用采血针或10毫升注射器针头快速局部点刺2次~3次,使局部出血,此法治疗高热有速效。

少商穴(图⑥):位于拇指末端桡侧,指甲跟角侧上方0.1寸,操作时先在大鱼际往指尖方向搓揉数次,将一只手的拇指、食指和中指对捏固定好患者拇指,另一手应用采血针对准穴位快速点刺1次,然后沿大鱼际向指尖方向快速推推推,使之出血。

太冲穴(图④),位于足背侧,第一、第二跖骨结合部之前凹陷处,操作时采取直刺法,进针0.3寸~0.5寸,切忌针刺后出现抽筋感。

## 艾灸疗法



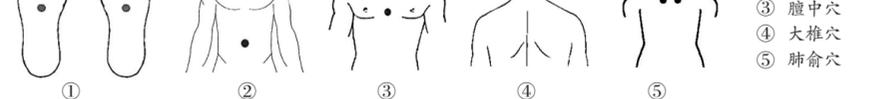
艾灸疗法相对于针刺操作要略微简单一些,艾灸无毒无创,在防病保健、增强正气、提升免疫力上发挥着重要作用。艾灸是中医正规治疗方法,有双向调节之功效,可以补益阳气、扶助正气,疏通经络、祛邪逐实,宣通发散、引热外出,温阳散寒、行气活血。医者在艾灸时必须严格把握操作流程,掌握灸法操作分类和灸法的补泻方法,明确不同病证选穴配伍,要做到辨病选穴、辨证施灸。下面笔者介绍几种适合新冠肺炎的灸法。

处方一:气海穴、足三里穴、中腕穴(调治新冠肺炎引起的气虚乏力、免疫力差等,调治腹泻腹痛等病理状态)。

处方二:大椎穴、风池穴(调治新冠肺炎引起的高热无汗等病理状态)。

以上两个穴位与处方一中的操作方法相同,应用泻法,就是雀啄灸法,顾名思义,像麻雀啄食一样,对准穴位后,和皮肤成90度角,将点燃后的艾条一上一下的灸疗,以患者能耐受且微微汗出为好,此法可以引热外出,治疗发热。

## 穴位贴敷疗法



穴位贴敷疗法属于常用中医特色疗法。结合新冠肺炎的症状,根据常用的贴敷方法,笔者将临床治疗中常用且有效的方法介绍如下:

方法一:釜底抽薪退热贴敷法,贴敷双足涌泉穴(调治新冠肺炎引起的发热、头昏、咳嗽有痰等病理状态)。

膏药方成分:吴茱萸、白矾、大黄、胆南星、丁香,以上方药比例为2:2:1:1:0.5。

贴敷方法:按以上比例将中药研磨成粉末,用醋调和后贴敷在双涌泉穴上。每天1次,每次贴敷4小时~6小时。

穴位:涌泉穴位于足底部,蜷足时足前部凹陷处,约当足底第二趾趾、第三趾趾缝纹头端与足跟连线的前1/3与后2/3交点上。

方法二:健脾和胃贴敷法,贴敷神阙穴(调治新冠肺炎引起的腹泻、腹痛、腹胀、呕吐等消化道病理状态)。

膏药方成分:川椒、炒苍术、砂仁、丁香、吴茱萸、藿香,以上方药比例为3:3:1:1:0.5:0.5。

贴敷方法:按以上比例将中药研磨成粉末,用醋调和后贴敷在神阙穴上。每天1次,每次贴敷6小时左右。

穴位:神阙穴在肚脐位置。

方法三:止咳泻热贴敷法,贴敷膻中穴、大椎穴、肺俞穴(调治新冠肺炎引起的咳嗽、发热等病理状态)。

膏药方成分:麻黄、杏仁、杏仁、细辛、栀子、僵蚕,以上方药比例为4:4:4:2:2:1:1。

贴敷方法:按以上比例将中药研磨成粉末,用醋调和姜汁(醋、姜汁的比例为5:1)后贴敷在膻中穴、大椎穴、双侧肺俞穴上。每天1次,每次贴敷4小时~6小时。

穴位:肺俞穴位于第三胸椎棘突旁开1.5寸。以上中医外治特色疗法在新冠肺炎治疗中均有应用,笔者是从专科角度结合新冠肺炎临床症状,规范化描述了操作流程和适应证,希望对治疗新冠肺炎贡献微薄之力,不足之处敬请指正。

本版图片为资料图片

**药斗® 医用柜**

张家三代技艺 87年传承 300多家三甲医院在使用 400-788-0059

主 中药柜、治疗柜、处置柜、配餐柜、储物柜 营 导诊台、护士台、操作台、实验台、诊断桌



**多功能红外线灸疗床** Multifunctional infrared moxibustion bed

国家专利, 艾灸专业设备 专利号: ZL 2016 2 1384826.3

督灸 火龙灸 周天大灸 现代科技与传统中医完美结合 大艾健康 生生不息

湖南龙菲医疗器械有限公司 电话: 13298305907 邮箱: 1119564171@qq.com



**肛肠全程无痛技术培训 常年招生 学痔瘘技术送鼻炎技术**

联系人: 田长修 电话: 13653737333 地址: 卫辉市人民路北段田氏痔瘘专科医院

