

# 防控新冠肺炎疫情值得借鉴的古代“中医方案”

□张彩凤 张 萌

## 防治体系建立健全

宋代建立的各级机构各负其责、各司其职,作用显著,将皇帝、政府官吏、医学家、宗教人士、地方乡绅和普通民众等力量紧密地结合起来,建立了以国家政府为主导、社会力量为辅助的疫病防治体系具有强大的生命力,救济活动更为直接,效果也较为明显。尤其是宋代各级政府,在国家疫病防治体系中发挥了核心力量的作用,采取的政治、医事、经济等措施,不仅有利于控制疫病传播,还将传统政府职能发挥到极致。宋代社

## 防治举措具体详尽

公元960年~1279年,宋代政府应对疫病推出了一系列政治、医事、经济措施,颁布有关诏令达190条。

主要政治措施:重视疫情信息的上报与处理;除赴以时,以避免灾;下诏罪己,封神祭祀;考核政绩,奖惩官吏。其中,特别强调要重视疫情信息的上报与处理。比如皇祐四年(1052年)春正月,全国疫病流行,但地方官吏的奏章却很少,引起宋仁宗警觉。于是,宋仁宗发布诏令,并规定凡是有关州县疫情的公文及臣僚奏疏,阁门司、通进司、银台司、登闻鼓院、进奏院等,不得阻留,直达于上,以保证中央和地方政令通达。

主要医事措施:派医救治,施散药物;编撰方书,依方制药;隔离患者,防止传染;施送棺木,掩埋尸体;保护水源,改善城市卫生。其中,宋代政府在隔离患者方面采取了更加有效的措施来阻断疫病传染。崇宁元年(1102年)宋徽宗下诏在诸路建立安济坊,规定“以病人轻重而异室处之,以防渐染”;随后,又建立独立的厨舍,不但将患者按病情轻重分开居住,而且厨舍、汤药、饮食也分别置办。可谓宋代在隔离传染病患者方面取得了重大成就。

主要经济措施:划拨资金,提供粮食;减免赋役,发放度牒。这充分说明宋朝是中国历史上社会保障救济制度最完善的封建王朝。因此,当疫病来袭之际,以开仓赈粮保温饱,以减免税役减轻经济负担,也是政府的重要救济举措。

## 中医防疫优势发挥充分

宋代医书不仅强调疫病分类的重要性,还强调辨证论治的诊疗特色,说明中医提倡的“病”“症”在防疫方面仍具有强大的生命力。在政府的重视下,官修医学方书《太平圣惠方》《庆历善救方》《简要济众方》等,以及医学家所撰写的医书,比如苏轼撰写的《圣散子方》,朱肱的《南阳活人书》,并对《伤寒杂病论》进行整理和阐释等,成为宋代官府和民间防治疫病的重要依据,出现了许多对后世影响深远的方剂,比如辟瘟丸、犀角散、小柴胡汤、圣散子、麻黄汤、葛根汤、小青龙汤等,极大地促进了成药在疫病防治中的应用,从而推动了医学科学的发展和医疗技术的革新。

此次新冠肺炎疫情,在早期没有特效药、没有疫苗的情况下,总结中医药治疗病毒性传染病规律和经验,深入发掘古代经典名方,结合临床实践,形成了中医药治疗新冠肺炎的诊疗方案和中西医结合的“中国方案”。经有关研究证实,中医药的整体调节,不仅能够

## 强化科普 提高认识 弘扬中医

读史可以明智,读史亦能明志。如何借鉴历代中医药防疫经验教训,让博大精深的中医药在疫情防控中发挥更大作用,惠及更多民众,值得各级政府、中医药工作者深入思考,并付诸实践。只有认真学习并借鉴前人的经验教训,多策并举综合防治,方可达到预期效果。

首先,政府出资,分发中药,应服尽服。中药预防的效果已经被实践所证明。宋朝时期每一次瘟疫来临,政府都会出资组织熬制预防中药汤剂,分发给老百姓进行预防。目前,开封市大宋中医药文化博物馆馆藏的那口纯铜大锅即是清朝时期秉承大宋中医药文化熬制防疫中药汤剂留下的历史见证。建议各地组织中医药专家参照国家中医药管理局公布的预防处方,结合当地地域、气候特点,三因制宜确定预防处方,熬成药剂,多地设点,供百姓预防服用,做到应服尽服,尤其对易感人群要做到人人尽服。这样,不仅能达到良好的预防效果,还能为国家节约大量资金。开封市中医院、通许县人

民医院在疫情期间每天为员工配发中药,无一感染就是例证。

其次,强化科普,提高认识,弘扬中医。在抗疫过程中,中医、西医之争从未停止过,不同的声音让民众无所适从。因此,政府部门、权威专家应该发出中医的最强音!用老百姓喜闻乐见的形式,多途径不断普及中医药科普知识,让群众对数千年来中医药防治瘟疫的历史有更多了解,对中医药防治瘟疫的机理有深刻认识,弘扬中医,造福群众。

中医关于疫病的论述很早就有记载,《黄帝内经·素问·刺法论(达篇)》中提出“五疫之至,皆相染易,无问大小,病状相似”“皆相染易”“病状相似”。这是强调疫病的传染性强、症状表现类似的特点,这与今天的传染病是一致的。

中医对传染病的病因认识,认为四时气不正,侵犯人体致病,即外感风、寒、暑、湿、燥、火等外邪,也有人体自身抵抗力强弱的内在因素。

东汉末年,因战乱引发大规模瘟疫,直接



# 治未病思想在传染性肝炎防治中的应用

□王润兮

中医学十分重视治未病思想,在烟波浩瀚的历史发展进程中,先贤不断实践治未病这一思想,对于传染性疾病有着十分显著的治疗作用。笔者从以下几个方面进行探究,论述治未病思想在中医药防治传染性肝炎中的应用。

**天人合一 预防截断**

《素问·六节藏象论》中有“不知年之所加,气之盛衰,虚实之所起,不可以为工矣”的文字记载。这说明中医学十分重视“天人合一”理论,创造出独特的五运六气学说,历经千年依然能够指导人们预防疾病,截断传染途径。

《黄帝内经》中有诸多关于五运六气的描述,认为传染病的产生是“地不奉天”的结果。五运六气学说认为,金克木,主运的四运金运起于处暑后七日至立冬后四日,即肝病最易于秋季复发、加重。同时,由于木克土,肝旺则易生土病,易表现为呕吐、腹胀等脾胃病症状。

在临床上,传染性肝炎患者在夏秋季节发病比较明显,患者表现出众多脾胃病症状。春天与肝相应,肝主疏泄,是阳气生发之时;脾主长夏,喜燥恶湿,湿热聚集,则易发黄疸。

为此,我们应顺应自然之气候规律,在夏秋季节注意预防肝脏不适,对于肝病患者而言,此时需多加注意,防止病情加重;应注意水源清洁,勤开窗通风,防止不正之气乘虚而入。

**避毒存正 未病先防**

中医学将传染性肝炎归属于“黄疸”“胁痛”

“疫病”范畴。《沈氏尊生书》中有“又有天行疫病,以致发黄者,俗谓之瘟黄,杀人最急”的文字记载。这说明先贤已充分认识到黄疸具有传染性。《医宗金鉴》中有“天行疫病发黄,名曰瘟黄,死人最暴也”的文字说明,《诸病源候论》中有“四时之间,忽有非节之气伤人,谓之天行。大体似伤寒,亦头痛壮热。其热入于脾胃,停滞则发黄也”的文字记载。这提示我们预防其传染的重要性。

中医学认为,外邪是疾病产生的重要诱因,但人体正气的盛衰决定疾病是否产生,因此顾护正气十分重要。那么,如何才能做到避毒存正呢?中国清代医学家陈修园认为,“避疫之法,惟在节欲节劳,仍勿忍饥,以受其气”。这说明调养人体正气对预防传染性肝炎具有重要作用。

中医学对于固护正气,有着全面而深刻的认识。正如《素问·上古天真论》中有“上古之人,其知道者,法于阴阳,和于术数,食饮有节,起居有常,不妄作劳,故能形与神俱,而尽终其天年,度百岁乃去”的文字记载。这说明吃好、睡好、心情好就是长寿的秘诀。而对于传染性肝炎患者而言,这3点尤为重要。

首先,由于肝脏分泌胆汁,属于人体消化系统中十分重要的一个环节。当肝脏代谢失常时,患者最容易产生的症状是食欲不振、脘腹胀满。唐代医药学家孙思邈有“安身之本,必资于食”的论述,此时,对食物的选择就更为重要。传染性肝炎患者宜饮食清淡,当肝区不适或疼

痛时,可以食用甘缓之类的食物,比如蜂蜜、甘草、木耳等;在缓解疼痛的同时,蜂蜜还可以减缓肝硬化发展进程。而当肝气不舒、心情抑郁之时,可以选择辛散的食物,比如白萝卜、韭菜等,以调畅肝气,平时还可以将白萝卜榨汁服用。而当肝气疏泄太过时,可以选择枸杞、乌梅等以柔肝敛阴。

《医学衷中参西录》中有“病人服之不但治病,并可充饥,不但充饥,更可适口。用之对证,病自渐愈,即不对证,亦无他患”的文字记载。这说明通过饮食调理而缓解病情是最安全、无毒的选择,由于肝脏是重要的解毒器官,临床用药时需谨慎小心,食疗则可以通过五谷果蔬进行治疗,确为古人一大智慧。

除此之外,慎起居也十分重要。中医学理论强调,肝病患者平素应注意情绪稳定,戒酒,经常运动。情绪稳定对于肝脏来说也十分重要,肝主疏泄,情志不畅时往往最易伤肝,肝病患者常会心情抑郁。因此,患者要保持心情愉悦平和,中医学中亦有音乐疗法,可以调畅肝胆的疏泄,起到辅助治疗的作用。

**辨证论治 已病防变**

对于已经感染了传染性肝炎的患者,我们也应准确辨证论治,防治病情进一步传变。

从温病卫气营血角度来看,肝炎的早期、中期阶段属于卫分和气分,即大多为肝气郁结、肝胆湿热、肝郁脾虚之证。而在血分阶段,大多为肝炎晚期或已经发展为肝硬化和肝癌,此时多

为气滞血瘀,脾肾阳虚,肝肾阴虚,治疗当攻补兼施。

从三焦传变角度来分析,即邪气初感人体时,伏邪伏而未发,疫毒内侵,患者除疲乏无力等尚未出现明显症状;病情进一步发展,传至中焦,可以表现为严重的中焦水谷不运,或湿热蕴结;待疾病后期,则为下焦病变,肝肾亏损,甚至阻闭心神,出现神志不清。孙思邈在《备急千金要方》中有诸多治疗黄疸的方剂论述,但治疗法则主要是以“诸病黄疸,宜利其小便,假令脉浮,当以汗解”为主。其中,论述了茵陈丸为“治时行病急黄,并瘴病疫气及疟疟方”,其组方为茵陈、栀子、芒硝、杏仁、巴豆、常山、鳖甲、大黄、玻。该方在清热利湿之余也可活血。

但需要注意的是,并不能简单地认为“见肝之病,知肝传脾,当先实脾”。中医认为,传染性肝炎的病位为肝脾肾三脏,并非如现代医学所认为的只在肝脏。因此,在治疗传染性肝炎时,需要注意其病本亦在脾肾。

**调养身心 病愈防复**

中医学认为,疾病的康复并非其终点,而是要将人体调理为阴阳平衡方为万全之计。当人体大病初愈时,往往阳气尚虚,或阴津不足,因此病后调护亦不可偏废。

《备急千金要方·灸例》中有“凡人吴蜀地游宦,体上常须三两处灸之,勿令疮暂瘥,则瘴疠温疟毒气不能着人也,故吴蜀多行灸法”的文字记载。这说明艾灸作为一种古老的保健方法,

中医人语

一名合格的现代中医应具备的素质

薛松

如今,做一名合格的中医实在不容易。临床无捷径,合格的中医需要具有良好的知识结构、系统的理论修养与丰富熟练的临床诊疗技能。

真正的中医好手、中医针灸的好手,应该是精通中医理医案,熟悉临床有效治疗法则,善诊善治,且具有广博的知识、良好的理论知识结构和较好的沟通能力,并建立起了自己的临床思路、方法体系的医生。

明医理,善诊善治,应该是作为一个医生最基本的要求。一些在治疗疾病方面成效卓越的现代针法的创新者,之所以开创出新的针灸治疗技术,能够丰富针灸治疗方法,是建立在良好的医学修养基础之上的,某一方法技术绝不可能凭空创造出来,他们对于这些方法技术的应用,是他们多年积淀的中医理论知识与临床实践的领悟,并适时运用于临床实践。今人学习现代针法,更应该学习这些创新者对中医理论方法的深入研究和应用,对现代医学解剖理论与技术的熟悉和应用。

医学是系统的学科,无论中医、西医都是如此。与西医需要熟悉现代解剖、生理、病理、药理及各科疾病常见临床表现,实验室理化诊断指标等一样,熟悉中医基础理论和诊断常识是中医各科临床和治疗方技术的前提。

若不明医理、生理、病机、经络腧穴、刺灸法等方法理论,或不能在临床中灵活运用诸多理论,仅知一法或数法,执某法以应万病,在临床上就可能出现“生搬硬套”理论,或无视患者实际病情的治疗情况,将难以获效或者疗效不稳定,甚至出现误诊等后果。

善诊者才能善治。中医的生命在于临床疗效。临床疗效的获得,与中医辨证论治,尤其与辨证的准确与否密切相关。作为一个专业的、优秀的针灸医生,绝不应该仅仅学习某一方面的针灸知识或者某一种治疗技能;对中医针灸的认识,也不能只是停留于某些热点疗法,应该从基础理论到诊治技术方法对中医针灸学术与临床体系进行全面、深入学习,并适时应用于临床实践。

通过对书本、前贤理论总结和技术方法的“参”“悟”“践行”,逐步建立起真正属于自己的理论与临床认知体系,并不断完善,才是修业之道。

(作者供职于濮阳市中医医院)

本版未署名图片为河南省中医院于红艳提供



因其方便价廉,广受群众喜爱。对于传染性肝炎而言,常常以保健穴位为主,例如足三里穴、阳陵泉穴等穴位。当然也可以配合中药贴敷、拔罐等,效果会更好。除此之外,传统功法,比如太极拳、八段锦、五禽戏、易筋经等也是不错的选择。《吕氏春秋·尽数》有“流水不腐,户枢不蠹”的文字记载。这说明天地都在不断运动变化,人亦应时而活动。有关学者经研究表明,五禽戏对传染性肝炎有较好的预防和治疗作用,因此可以增加腹腔脏器的活动度,畅通肝胆管道系统。

治未病是中医学中具有实用性的思想,在现代预防和治理传染病方面具有明显优势。

(作者供职于河南中医药大学)