全国儿童呼吸道感染 中医药防治方案

儿童呼吸道感染属于中医学“感冒”“咳嗽”及“肺炎喘嗽”等范畴。为进一步规范我国儿童呼吸道感染中医药防治,发挥中医药预防、治疗与康复的特色优势,结合本轮儿童呼吸道感染发病的临床特点,制定本方案,供临床参考使用。

预防方案

一般预防

避寒保暖,适时增添衣物,切忌汗出当风;合理饮食,宜清淡,忌油腻,保证营养充足;作息规律,适度活动,减少聚集,勤开窗通风换气。

食疗预防

针对儿童的不同体质,可在医生指导下选用药食同源的中草药辅助预防。对于平素易食积、有口气、腹部胀满、大便酸臭、便秘、或者夹有食物残渣的食滞体

质儿童,可以食用山楂、麦芽、陈皮、莱菔子等消食导滞;对于形体偏胖、不喜活动、汗多而黏、大便不易成型的痰湿体质儿童,可以食用陈皮、茯苓、生薏苡仁、赤小豆等化痰利湿;对于平素容易感冒、面色萎黄、自汗便溏的气虚体质儿童,可以食用黄芪、党参、山药、大枣等健脾补气;对于形体偏瘦、急躁易怒、手脚心热、盗汗便干的阴虚体质儿童,可以食用西洋参、玉竹、石斛、百合等

养阴生津。

注:食疗预防时间建议3天~5天。

中医特色疗法预防

小儿推拿

适应体质:气虚体质、痰湿体质、食滞体质。

推荐穴位:腹部、足三里穴、脊柱等。

功效:调和脏腑、健脾和胃。

操作方法:摩腹100次~300次,揉足三里穴30次~50次,捏脊

5遍~7遍。大便干,加清肺经、清大肠经;腕腹胀满,加揉板门穴;汗多,加补肺经。

中药足浴

适应体质:气虚体质、痰湿体质。

推荐药物:黄芪、炒白术、炒苍术、防风、白芷、石菖蒲、藿香、桂枝、陈皮等。

功效:补气固表、芳香化湿。

操作方法:加水适量浸泡30分钟,煎煮,大火煮10分钟转中

小火30分钟,取汤2000毫升,置于足浴盆内,加凉水调节温度为37摄氏度~40摄氏度,患儿取坐位,双足浸泡在药液中,药液以浸泡过足踝为度,每次浴足15分钟~30分钟,每天1次,以头身微微发汗为度。根据地域不同,可选取不同功效的药物进行预防。

也可以根据实际情况,在医生指导下选用穴位贴敷、香佩疗法、耳穴压豆等中医特色疗法调理体质,未病先防。

治疗方案

病因病机

病因分外因和内因两大类,外因责之于风、寒及热邪等,内因责之于肺脾气虚、卫外不固。病位主要在肺。主要病机为外邪侵袭、肺失宣肃。肺外合皮毛,邪气外袭,则成邪犯肺卫证。外邪入里,成风热(寒)郁肺证或外寒内热证;痰热互结,热壅血瘀,热重蕴毒,成痰热(毒)闭肺证或痰瘀闭肺证;病程迁延,耗气伤阴,而见阴虚肺热、肺脾气虚等热病后期诸证。

治则治法

初期、极期祛邪为主,恢复期以扶正为要。据证选用辛温发汗、辛凉解表、清热宣肺、化痰止咳、通腑泄热及益气养阴之法。根据地域及季节不同,可因地制宜。

分期论治

初期
风寒束表证。症见发热或未发热,恶寒重,无汗,鼻塞,流清涕,头身疼痛,口淡不渴,咳嗽气急,痰稀色白,咽不红,舌质淡红,苔薄白,脉浮紧,指纹浮红。
治则:辛温发汗。

推荐方药:葛根汤、麻黄汤或荆防败毒散。葛根汤组成:葛根12克,炙麻黄6克,桂枝6克,生姜9克,炒芍药6克,大枣9克,炙甘草6克。
加减:咳嗽重者,加前胡、清

半夏;痰多者,加陈皮、清半夏;烦躁者,加生石膏。

若出现气急鼻煽等风寒郁肺证,可给予华盖散。

常用中成药:三拗片、感冒清热颗粒等。

外寒内热证。症见高热,恶寒重,无汗,流清涕,头痛,身痛,或咽痛,咳嗽,烦躁,口渴,纳差,心下疼,呕吐,大便秘结,舌质红,苔黄腻,脉浮紧或沉弦,指纹浮红或紫滞。

治则:解表清里。

推荐方药:葛根汤合大柴胡汤或大青龙汤。葛根汤合大柴胡汤组成:葛根12克,炙麻黄6克,桂枝6克,生姜6克~15克,炙甘草6克,炒芍药6克,大枣9克,柴胡12克,黄芩9克,半夏6克,枳实6克,生大黄3克。
加减:便溏者,去生大黄;热重者,加生石膏。

常用中成药:杏贝止咳颗粒、防风通圣丸等。

风热袭表证。症见发热重,恶寒轻,汗出,咽痛,流黄涕,咳嗽,咽红,舌质红,苔薄黄,脉浮数,指纹浮紫。

治则:辛凉解表。

推荐方药:银翘散或桑菊饮。银翘散组成:金银花9克,连翘9克,竹叶9克,荆芥6克,淡豆豉6克,芦根9克,薄荷6克,桔梗6克,牛蒡子9克,甘草6克。
加减:咽喉红肿疼痛者,加

僵蚕、玄参;高热者,加生石膏、栀子;咳甚痰黄,加浙贝母。

若出现咳嗽气急、鼻翼翕动等风热闭肺证,可予银翘散合麻杏石甘汤。

常用中成药:热炎宁合剂、连花清瘟颗粒、蒲地蓝消炎口服液、清宣止咳颗粒、小儿肺热咳喘颗粒(口服液)、小儿宝泰康颗粒、芳香清解口服液等。枳椇滞者,予小儿鼓翘清热颗粒。

极期

痰热壅肺证。症见高热,咳嗽喘促,喉间痰鸣,痰稠色黄,鼻翼翕动,面赤唇红,口渴渴,小便短赤,舌质红,苔黄腻,脉滑数,指纹紫滞。

治则:清热涤痰、泻肺止咳。

推荐方药:麻杏石甘汤合小陷胸汤。常用药组成:炙麻黄6克,苦杏仁9克,生石膏15克~30克,全瓜蒌10克,黄连3克,清半夏6克,葶苈子10克,大枣6克,甘草6克。

加减:口干渴者,加天花粉;痰黏稠者,加川贝母;便秘、呕吐者,加生大黄、竹茹。

若出现烦躁、壮热难退,鼻孔干燥,涕泪俱无,为热甚蕴毒之热毒闭肺证,可合黄连解毒汤;若出现咳嗽阵发,目红面赤,兼见肝火犯肺证,可合黛蛤散。

常用中成药:金振口服液、小儿宣肺止咳颗粒等。

痰瘀闭肺证。症见高热不

退,咳声剧烈,或咯血,鼻翼翕动,胸高肋满,张口抬肩,或口唇发绀,烦躁不宁,胸痛,便秘,呕吐,心下疼,舌质暗红有瘀点、瘀斑,舌苔黄厚腻,脉弦涩,指纹紫滞。

治则:清热化痰、开肺通腑。

推荐方药:千金苇茎汤、大柴胡汤合桂枝茯苓丸。常用药:芦根15克,薏苡仁9克,冬瓜仁15克,桃仁9克,柴胡9克~15克,黄芩9克,赤芍、白芍各9克,清半夏6克,生姜6克~15克,炒枳实6克,大枣9克,大黄3克,桂枝9克~12克,茯苓9克,丹皮6克,甘草6克。

加减:痰黏稠者,加川贝母;热重者,加生石膏;高热、神昏谵语、四肢抽搐者,加安宫牛黄丸或小儿牛黄清心散;面白肢厥、呼吸不利,可加独参汤或至宝丹鼻饲或灌服。

常用中成药:连花清咳片、小儿肺热清颗粒等。

恢复期

阴虚肺热证。症见低热,盗汗,干咳少痰或无痰,口干口渴,便干,纳差,面色潮红,舌质红,苔少或花剥,脉细数,指纹紫。

治则:养阴清热、润肺化痰。

推荐方药:沙参麦冬汤。常用药:沙参9克,麦冬9克,玉竹9克,天花粉9克,桑叶9克,炒白扁豆9克,炙甘草6克。

加减:低热缠绵者,加青蒿、

地骨皮;久咳者,加百部、炙紫菀;食少纳差者,加焦山楂、炒麦芽;汗多者,加浮小麦、煅牡蛎。

常用中成药:养阴清肺口服液等。

肺脾气虚证。症见久咳无力,动则益甚,低热起伏,面色少华,纳差,便溏,神疲乏力,自汗,舌质淡,苔薄白,脉细弱无力,指纹淡红。

治则:补肺健脾、化痰止咳。

推荐方药:人参五味子汤。常用药:党参(人参)6克~12克,炒白术9克,茯苓9克,五味子6克,麦冬9克,陈皮6克,姜半夏6克,炙甘草6克。

加减:纳差,加厚朴、炒麦芽;汗多,加黄芪、煅牡蛎;便溏,加炒山药、炒扁豆。

若后期肺部影像学检查结果提示实变面积仍较大,证属气虚血瘀者可合桂枝茯苓丸;若气虚、阴虚者,可予竹叶石膏汤。

常用中成药:黄龙止咳颗粒等。

注:要密切关注患儿的体温、脉搏、呼吸、血压等生命体征变化,谨防邪陷正脱等变证出现。上述中药剂量为4岁~7岁的患儿常规用量,临床可根据病情、体质、地域及不同年龄段酌情加减。中成药剂量参照说明书,无儿童用法用量者可据成年人用量酌情应用。对药物有特殊煎服法,请遵医嘱。

中医特色疗法

穴位贴敷

散寒止咳贴剂
适应证:风寒束表证。
推荐药物:麻黄、炒白果仁、细辛、五味子、炒白芥子等,用醋(姜汁醋)等赋形剂调匀。

推荐贴敷穴位:大椎穴、双肺俞穴等。
功效:辛温解表、宣肺止咳。

清热止咳贴剂
适应证:风热郁肺证、痰热壅肺证、热毒闭肺证。

推荐药物:桑白皮、地骨皮、杏仁、胆南星等,用醋等调匀。

推荐贴敷穴位:天突穴、膻中穴、双肺俞穴等。
功效:清热宣肺、止咳化痰。

操作方法:取药贴于相应穴位。6月龄至1岁,贴敷1小时~2小时;1岁至4岁,贴敷2小时~4小时;4岁以上(包含4岁),贴敷4小时~6小时。若出现局部皮肤发红、瘙痒,即刻终止贴敷,必要时局部处理。

小儿推拿

适应证:风寒束表证。
推荐穴位:天门穴、坎宫穴、太阳穴、耳背高骨穴、内八卦穴、三关穴、膻中穴、肺俞穴。

功效:散寒解表、化痰止咳。

操作方法:推开天门穴、坎宫穴,揉太阳穴,掐揉耳背高骨穴,即头面四大手法20次~30次,顺运内八卦50次~100次,推三关100次~200次,揉膻中穴、肺俞穴30次~50次。

适应证:痰热壅肺证、热毒闭肺证。

推荐穴位:肺经、大肠经、六腑、天河水穴、掌小横纹穴。

功效:清热解暑、涤痰开闭。

操作方法:清肺经200次~300次,清天河水、退六腑各100~120次,清天河水300次,推掌小横纹50次~100次。

针刺

适应证:风热郁肺证、痰热

壅肺证、热毒闭肺证等,发热、咳嗽痰多者。

推荐穴位:双侧鱼际穴、尺泽穴。

功效:疏风清热、止咳化痰。

操作方法:鱼际穴针刺方向及深度:取1寸(同身寸,下同)毫针刺入掌心劳宫穴方向刺入,3岁~6岁儿童针刺0.5寸,6岁以上儿童针刺1寸。尺泽穴针刺方向及深度:直刺进针,针0.3~0.5寸。留针时间及补泻手法:留针5分钟~10分钟即可,中间行针1次,适度捻转提插、平补平泻;年患龄小或配合度不好者,可采用快刺不留针的方法。

中药足浴

风热郁肺证、痰热壅肺证、热毒闭肺证

推荐药物:北柴胡、黄芩、生石膏、大青叶、板蓝根、葛根、连翘、贯众、蒲公英等。

功效:清热解暑、解肌退热。

操作方法:同预防方案中足浴操作方法。

拔罐

适应证:风热郁肺证、痰热壅肺证、热毒闭肺证等,发热、咳嗽痰多者。

穴位:大椎穴、肺俞穴、脾俞穴。

功效:清热宣肺、止咳化痰。

操作方法:每次8分钟~10分钟,隔天一次。患儿依从性差、不宜使用火罐者,可选用橡胶罐或抽气罐。

注:中药、中成药和中医特色疗法均应在医生指导下使用。也可根据实际情况在医生指导下选用中药汤剂、中药灌肠、刮痧疗法等中医特色疗法辅助治疗。

居家康复

针对出院或门诊药物治疗结束,仍偶有鼻塞流涕、咽干咽痒、间断轻咳、食欲不振、大便不调,患儿可采用中医药方法

居家康复治疗,有助于巩固疗效,预防疾病反复。

膳食指导 营养均衡,食物多样化。有食欲不振、腹胀等症者,推荐生姜、山楂、鸡内金、白萝卜等;有便秘等症者,推荐蜂蜜、香蕉、火龙果、芹菜等。

穴位按摩 病后遗留鼻塞、流鼻涕、嗅觉不敏感,患者可以按揉迎香穴、鼻通穴;咳嗽、咽痒者,可以按揉少商穴、天突穴;腹痛腹胀、纳食不佳者,可以顺时针摩腹、按揉板门穴,每次1分钟~3分钟。

其他方法 可以采用五行音乐疗法,通过聆听五音与五脏、五志配合的乐曲,鼓动气机、舒畅情志。也可以采用吹气球、吹喇叭、腹式呼吸等呼吸疗法,增强肺功能。学龄期儿童,可以做呼吸体操、五禽戏、八段锦,每天1次,每次30分钟。(文章来源中华中医药学会)

面部针刺治疗神经性面痛

□张云霞

神经性面痛给许多患者带来了困扰,但是药物治疗等方法有时效果不佳,因此面部针刺这一非药物治疗方法受到了患者的青睐。那么,面部针刺对神经性面痛真的有效吗?

疾病认识

神经性面痛是一种常见的面部疼痛症状。这种疼痛通常表现为短暂而剧烈的刀割样、电击样或针刺样疼痛,给患者带来了巨大的痛苦和不便。在传统医学中,神经性面痛被认为是由于气血运行失调、经络阻滞,以及新陈代谢障碍等问题导致的。中医理论认为,人体内部的气血是维持生命活动和健康

的关键因素,当气血运行出现异常时,身体各部位的功能也会受到影响。气血失调可能导致面部肌肉和神经营养不良,从而引发疼痛。此外,中医还强调整体观念,认为人体的各个部位是相互关联的。因此,治疗神经性面痛不仅要关注局部的疼痛,还要从整体出发,调节身体功能,以达到整体平衡和治愈疾病的目的。

治疗方法

为了实现这一目标,中医采用了一系列治疗方法。其中,面部针刺成为备受关注的一种非药物治疗方法。接下来,我们将从中医角度深入探

讨面部针刺在神经性面痛治疗中的有效性。

面部针刺的基本原理在于面部穴位与体内的脏腑器官,以及经络系统紧密相连。每一个穴位都承担着特定的生理功能,通过针刺这些穴位,可以激发体内的自愈机制,从而达到治疗疾病的目的。对于神经性面痛患者而言,面部针刺能够直接作用于导致疼痛的病灶,调节气血运行,恢复神经的正常功能。

注意事项

面部针刺疗法对神经性面痛的有效性不仅源于传统的穴位刺激。其背后还涉及一系列

复杂的生理机制。首先,通过刺激面部穴位,可以改善局部血液循环,增加血液流量,为面部肌肉和神经提供充足的营养物质,有助于缓解疼痛和不适感。其次,面部针刺能够调节神经系统功能,通过刺激神经末梢使神经递质得到释放,抑制疼痛信号传导,进一步减轻疼痛。此外,面部针刺还涉及内环境的平衡和调整,调和气血、平衡阴阳,增强身体的免疫力,增强自我修复能力等。这些机制共同作用,使得面部针刺成为一种独特而有效的治疗方法。

患者在考虑使用面部针刺疗法时,安全性和不良反应是

需要关注的重要问题。由于面部针刺是一种有创治疗方法,因此应在专业医生的指导下进行。医生会根据患者的具体情况选择适合的穴位和刺激强度,充分发挥其治疗作用,同时减少副作用。

面部针刺对神经性面痛具有较好的缓解作用,其有效性得益于多方面的生理机制的共同作用。作为一种独特的中医治疗方法,面部针刺不仅能够减轻患者的疼痛程度,还能够降低疼痛的发作频率,从而提高患者的生活质量。(作者供职于山东省聊城市阳谷县中心医院)

在当今的快节奏生活中,功能性胃肠病已成为一种常见的健康问题,中西医结合的治疗方法为我们提供了一种有效的解决方案。

什么是功能性胃肠病

功能性胃肠病是一组以胃肠道功能紊乱为主要表现的疾病,包括功能性消化不良、肠易激综合征等。这类疾病的特点是患者存在明显的胃肠道症状,但经过一系列检查,却未发现器质性病变。功能性胃肠病的症状多样,如腹痛、腹胀、恶心、呕吐、便秘或腹泻等,严重影响患者的生活质量。

中医对功能性胃肠病的认识

在中医学理论中,功能性胃肠病被归为“脾胃不和”“肝气犯胃”等范畴。中医认为,脾胃为后天之本,主运化水谷精微,若脾胃功能失调,则水谷精微无法正常运化,导致气滞、食积、湿阻等病理变化。此外,肝气郁结也会影响脾胃的运化功能,导致胃肠道症状出现。

西医对功能性胃肠病的治疗

西医在治疗功能性胃肠病时,主要采取对症治疗的方法。比如,对于腹胀、腹胀等症状,可使用解痉药、促胃肠动力药等药物进行缓解。此外,调整饮食、改善生活习惯等也是治疗功能性胃肠病的重要手段。

中西医结合治疗功能性胃肠病的优势

中西医结合治疗功能性胃肠病,能够充分发挥中医和西医各自的优势,治疗效果更好。

中医治疗重视整体调理和个体化治疗,通过四诊合参,能够全面了解患者的病情和体质,从而制定有针对性的治疗方案。比如,对于脾胃虚弱者,采用健脾和胃的中药进行治疗;对于肝气犯胃者,采用疏肝理气的中药进行治疗。此外,中医的针灸、推拿等非药物疗法手段,能够在一定程度上缓解功能性胃肠病。

西医治疗则注重对症治疗和病因治疗。利用现代医学检查手段,西医能够准确诊断功能性胃肠病,并针对具体症状选择合适的药物进行治疗。

预防与调护

预防功能性胃肠病的关键在于保持良好的生活习惯和饮食习惯。患者应定时定量进食,避免暴饮暴食;保持心情愉悦,避免过度劳累;适度进行体育锻炼,增强体质。

对于已经患有功能性胃肠病的患者来说,调护同样重要。在饮食方面,患者应避免食用辛辣、油腻、生冷等刺激性食物;在生活方面,患者应注意保暖,避免受凉;在心理方面,患者应保持积极乐观的态度,避免情绪波动。

总之,中西医结合治疗功能性胃肠病是一种有效的治疗方法。充分发挥中医和西医各自的优势,注重整体调理、对症治疗相结合,帮助患者提高生活质量。

(作者供职于河南信合医院)

中西医结合 治疗乙肝的优势

□黄新喜

乙肝,全称为乙型肝炎病毒性肝炎,是由乙型肝炎病毒引起的以肝脏病变为主的一种传染病。中医和西医在治疗乙肝上各有优势。

乙肝病毒主要通过血液、性接触和母婴进行传播,感染后患者可能出现急性或慢性肝炎或乙肝病毒携带状态,严重者可能发展为慢急性性肝衰竭、肝硬化或肝癌。乙肝的常见症状有乏力、食欲不振、恶心、呕吐、黄疸等。

西医的抗病毒药物能有效抑制乙肝病毒复制,而中医的免疫调节作用有助于增强体质和改善肝功能。中西医结合治疗不仅能抑制病毒,还注重改善体质和增强免疫功能,实现长期稳定的疗效。

中医根据辨证论治的原则,采用相应的中药方剂进行治疗。比如,对于肝郁脾虚型患者,常用柴胡疏肝散加减;对于湿热内蕴型患者,常用茵陈蒿汤加减;对于肝肾阴虚型患者,常用一贯煎加减等。同时,中医可以根据患者的具体情况,采用中药、中药煎剂等方式进行治疗。

针刺是中医的特色疗法之一,对于乙肝有一定疗效。常用的针灸疗法包括体针、耳针、穴位注射等。针灸能够调节人体免疫功能,改善肝功能,缓解症状。

推拿、按摩也是中医传统的治疗方法之一,通过手法刺激患者的穴位和经络,调节人体气血和脏腑功能。在乙肝治疗中,适度推拿、按摩可以缓解患者的不

征稿

本版是以中医药为主要内容的“医生园地”,设有《名医堂》《中西合璧》《中医特色技术》《中医外治》《针推论》《四诊合参》《临证心语》《中药用法》《验案举隅》《经验之谈》等栏目。

稿件要求:一定是原创,言之有物,具体可行;1000字以内;可以用小故事开头,以增加趣味性。

联系人:朱老师 电话:13783596707
投稿邮箱:5615865@qq.com

中西医结合应对功能性胃肠病

□余伟