



黑龙江省政府 >> 黑龙江省疫情防控政策措施 >> 省级政策措施

【政策】关于印发《黑龙江省新型冠状病毒肺炎中医药防治方案（2022年版）》的通知

2022年12月14日22:46 来源：黑龙江省中医药管理局

关于印发《黑龙江省新型冠状病毒肺炎中医药防治方案（2022年版）》的通知

黑疫指办发〔2022〕128号

各市（地）应对新型冠状病毒感染肺炎疫情工作领导小组指挥部：

现将《黑龙江省新型冠状病毒肺炎中医药防治方案（2022版）》印发给你们，请参考执行。

黑龙江省应对新型冠状病毒感染肺炎疫情工作领导小组指挥部办公室

2022年12月13日

（信息公开形式：主动公开）

黑龙江省新型冠状病毒肺炎中医药防治方案（2022年版）

为充分发挥中医药在应对新冠肺炎中的重要作用，科学有效的开展新冠肺炎中医药防治工作，保障人民群众健康，根据《关于印发新型冠状病毒肺炎诊疗方案（试行第九版）的通知》，在总结前期中医药对新冠肺炎救治经验的基础上，结合黑龙江省地域气候、人群体质和近期病例临床特点，经省级中医药救治专家组研究，制定本防治方案。

一、预防方案

（一）药物干预

1.代茶饮方（均为药食同源）

方一：生黄芪9g、金银花5g、广藿香3g。

服法：每日一剂，开水泡服，代茶频频饮服。

适宜人群：普通人群

方二：金银花2g、菊花3g、天冬3g、百合3g、陈皮3g、茯苓3g、生姜1片、大枣2个。



服法：开水煎煮15–20分钟，代茶饮，连用5–7天。

适宜人群：普通人群

方三：黄芪3g、白芷3g、陈皮3g、金银花2g、芦根3g、薏苡仁3g、大枣2个。

服法：开水约150ml冲泡，2–3次，代茶饮，连用5–7天。

适宜人群：老年人平素体弱者

方四：刺五加1g、黄芪1g、云苓1g、陈皮1g、芦根1g、薏苡仁1g、淡豆豉3g、山楂1g、大枣1个。

服法：开水煎煮15–20分钟，代茶饮，连用5–7天。

适宜人群：儿童平素体弱者

2.香囊方

处方：艾叶12g、藿香8g、薄荷8g、佩兰8g、白芷6g、木香6g、苍术8g、青蒿8g、草果4g、丁香8g、肉桂8g、贯众4g。

制法：上述饮片粉碎，过40目筛，混匀，用滤纸袋分装或棉花包裹，一份20g，装入布袋。

用法：将香囊放于枕边、案头，便于吸入芳香药气，也可随身携带或悬挂于室内适当位置。建议2–4周更换香囊或香囊内的药袋。

注意事项：对本方中含有的中药过敏者禁用。

3.中药汤方

方一：芪花饮

基础方剂：生黄芪15g、炒白术10g、防风10g、金银花10g、连翘10g、生甘草10g、桂枝5g、桔梗10g。

服法：每日1剂，水煎300ml，分2次服用，连用3–5天。

适宜人群及注意事项：适用于普通人群。特殊人群请在医师指导下服用，对本方中含有的中药过敏者禁用；脾胃阳虚者慎用。

方二：芪参饮

基础方剂：黄芪15g、太子参15g、茯苓15g、炒白术10g、生甘草5g、金银花10g、连翘10g、桔梗10g。

服法：每日1剂，水煎300ml，分2次服用，连用3–5天。（儿童按照医嘱减量）

适宜人群及注意事项：适用老年人、儿童等体弱人群。特殊人群请在医师指导下服用，对本方中含有的中药过敏者禁用；脾胃阳虚者慎用。

玉屏风颗粒：每次5g，一天三次。适宜容易体虚感冒、自汗恶风者预防服用。

芪风固表颗粒：每次5g，一天二次。适宜肺、脾、肾虚弱所致体虚不固的易感人群。

（二）中医非药物疗法干预

1.功法锻炼：太极拳、八段锦、易筋经等。

2.穴位按摩



(1) 按揉合谷穴

位置：合谷穴位于虎口，第一、二掌骨间，第二掌骨桡侧中点。

操作方法：采用拇指按揉法在穴位上操作，右手拇指按揉左手合谷，左手拇指按揉右手合谷。揉动的过程中，以自己感到酸胀为度，带动皮下组织运动，拇指和皮肤之间不能有摩擦。在两侧合谷穴上按揉持续时间各约3~5分钟，每天早晚各做1次。

(2) 揉擦迎香穴

位置：迎香穴位于鼻翼外缘中点旁，鼻唇沟中。

操作方法：采用擦法操作，左手擦左侧，右手擦右侧。先擦热双手，握空拳，以两手指指间关节背侧，紧贴于鼻梁两侧，上下摩擦；或以中指指腹上下摩擦。上下一次为一拍，可做4个八拍或以发热为度。每天早晚各做1次。

(3) 按揉风池穴

位置：风池穴位于后枕部，胸锁乳突肌与斜方肌上端之间的凹陷处。

操作方法：采用拇指按揉法操作。双手放在头部两侧，掌心对着耳朵，双手拇指分别按在两侧的风池穴上。揉动的过程中，以自己感到酸胀为度，带动皮下组织运动，手指和皮肤之间不能有摩擦。

3. 饮食有节

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，多饮水。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。

组成：银耳、雪梨、百合、冰糖。

用法：银耳用温水泡20分钟，将泡好的银耳去根，撕成小块。雪梨去皮核，切成小块。百合掰成小块。将所有原料放入锅内，加入适量的水，烧开后调成小火炖煮20分钟，待锅内汤品炖制稍微粘稠，开大火加入适量冰糖，待冰糖融化后出锅，温食、凉食均可。每周三服。

4. 起居有常

作息规律，夜卧早起，保障充分睡眠。顺应气候变化，及时调整衣物和室内温度，注意防寒保暖和节气保健。应避免到人群聚集场所。

5. 劳逸有度

运动和休息适度，可适当运用中医功法锻炼，或根据个人条件选择适合自己的锻炼方法。

6. 情志畅达

应保持愉快心情，切勿发怒，顺应自然规律，不厌长日，精神外向，对外界事物保持浓厚的兴趣，使气机宣畅，通泄自如。

二、治疗方案

(一) 成人新冠病毒感染者居家中药治疗方案

1. 症见发热、恶风寒、肌肉酸痛、咽干咽痛、乏力、或鼻塞流涕、或咳嗽者，宜服用具有疏风解表功的中成药，如疏风解毒胶囊（颗粒）、荆防败毒颗粒、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)、四感冒片、感冒疏风胶囊(片、颗粒)、感冒解毒颗粒等。

2.症见咽痛明显,发热、肌肉酸痛、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(丸)、金叶败毒颗粒、炎宁糖浆、蓝芩口服液、复方芩兰口服液、复方鱼腥草糖浆、清咽滴丸、胡氏六神丸、喉咽清颗粒、桑菊感冒片、桑夏菊颗粒、痰热清胶囊、双黄连口服液(胶囊、颗粒)、柴芩清宁胶囊、清热解毒口服液、抗病毒口服液、感冒退热颗粒、消炎退热颗粒、清开灵颗粒(胶囊)、小柴胡颗粒、九味双解口服液、清热八味胶囊、柴银颗粒(口服液)、牛黄利咽丸、清咽甘露丸、清热定宫丸等。

3.症见咳嗽明显者,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、强力枇杷露、川贝枇杷糖浆、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、射麻口服液、痰热清胶囊、百部止咳糖浆、麻杏止咳糖浆、苏黄止咳胶囊等。

4.症见乏力、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(颗粒)。

5.症见鼻塞流涕明显者,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、鼻乐颗粒等。

(二) 儿童新冠病毒感染者居家中药治疗方案

1.症见恶寒发热、肌肉酸痛者,可用小儿柴桂退热颗粒、小儿风热清口服液、疏解散、小儿热速清糖浆(颗粒)、芩香清解口服液等。

2.症见发热、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、双黄连口服液(颗粒)、儿童清咽解热口服液等。

3.症见发热、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、小儿热速清糖浆、保和丸、消胀保和散等。

4.症见咽痛明显者,可用小儿清咽颗粒、开喉剑喷雾剂(儿童型)等。

5.症见咳嗽明显者,可用清宣止咳颗粒、小儿止咳糖浆、小儿清肺止咳片、小儿肺热咳喘口服液(颗粒)、小儿热速清糖浆(颗粒)、小儿清热止咳颗粒(口服液)、小儿咳喘灵口服液(颗粒)、小儿百部止咳糖浆、化痰清肺散、小儿宣肺止咳颗粒等。

6.症见乏力、纳食不香者,可用醒脾养儿颗粒、醒脾养肺散等。

考虑儿童体质特殊,病情变化迅速,宜在医生指导下服用,出现病情变化的,需及时就医。

(三) 特殊人群新冠病毒感染者居家中药治疗建议

特殊人群如婴幼儿、哺乳期妇女、孕妇、老年人以及合并基础疾病人群建议在医生指导下服用。各地医疗机构可利用“互联网+医疗”,开展居家健康指导、健康宣教、用药咨询等服务,指导群众合理使用中医药。

注意:上述中成药选择其中一种,按照说明书剂量服用,一般3~5天或症状消失即停止用药,如症状无缓解或加重,请及时到正规医疗机构就诊。

(四) 临床治疗期(建议在医师指导下用药,下同)



清肺排毒汤、清肺排毒颗粒

适用范围：结合多地医生临床观察，适用于轻型、普通型、重型患者，在危重型患者救治中可结合患者实际情况合理使用。

基础方剂：麻黄9g、炙甘草6g、杏仁9g、生石膏15~30g（先煎）、桂枝9g、泽泻9g、猪苓9g、白术9g、茯苓15g、柴胡16g、黄芩6g、姜半夏9g、生姜9g、紫菀9g、冬花9g、射干9g、细辛6g、山药12g、枳实6g、陈皮6g、藿香9g。

服法：传统中药饮片，水煎服。每天一付，早晚各一次（饭后四十分钟），温服，三付一个疗程。

如有条件，每次服完药可加服大米汤半碗，舌干津液亏虚者可多服至一碗。（注：如患者不发热则生石膏的用量要小，发热或壮热可加大生石膏用量）。若症状好转而未痊愈则服用第二个疗程，若患者有特殊情况或其他基础病，第二疗程可以根据实际情况修改处方，症状消失则停药。

清肺排毒颗粒服法：开水冲服，一次2袋，一日2次。疗程3~6天。

（五）无症状感染者

1.普通人群

临床表现：适用于无明显临床症状、影像学未见肺炎表现、新冠病毒核酸检测阳性者。

推荐处方：益气固表汤

治法：补虚散邪

基础方剂：黄芪15g、连翘10g、金银花10g、豆蔻10g、瓜蒌15g、丹参15g、甘草5g。

服法：每日1剂，水煎300ml，分2次服用，早晚各1次。

2.儿童

推荐处方：参花解毒汤

治法：益气透邪

基础方剂：太子参10g、金银花10g、连翘10g、锦灯笼5g、麦冬5g、甘草5g。

服法：每日1剂，水煎100ml，分2次服用，早晚各1次。（儿童根据年龄、体重具体情况遵医嘱）

（六）轻型

1.寒湿郁肺证

临床表现：发热，乏力，周身酸痛，咳嗽，咯痰，胸闷憋气，纳呆，恶心，呕吐，腹泻或大便粘腻不爽。舌质淡胖齿痕或淡红，苔白厚腻或腐腻，脉濡或滑。

推荐处方：寒湿疫方

基础方剂：生麻黄6g、生石膏15g、杏仁9g、羌活15g、葶苈子15g、贯众9g、地龙15g、徐长卿15g、藿香15g、佩兰9g、苍术15g、云苓45g、生白术30g、焦三仙9g、厚朴15g、焦槟榔9g、煨草果9g、生姜15g。

服法：每日1剂，水煎600ml，分3次服用，早中晚各1次，饭前服用。

寒湿疫方亦适用于普通型患者。

2.湿热蕴肺证



临床表现：低热或不发热，微恶寒，乏力，头身困重，肌肉酸痛，干咳痰少，咽痛，口干不欲多饮，或伴有胸闷脘痞，无汗或汗出不畅，或见呕恶纳呆，便溏或大便粘滞不爽。舌淡红，苔白厚腻或薄黄，脉滑数或濡。

推荐处方：槟榔10g、草果10g、厚朴10g、知母10g、黄芩10g、柴胡10g、赤芍10g、连翘15g、青蒿10g（后下）、苍术10g、大青叶10g、生甘草5g。

服法：每日1剂，水煎400ml，分2次服用，早晚各1次。

推荐中成药：金花清感颗粒、连花清瘟胶囊（颗粒）。

针灸治疗推荐穴位：合谷、后溪、阴陵泉、太溪、肺俞、脾俞。针刺方法：每次选择3个穴位，针刺采用平补平泻法，得气为度，留针30分钟，每日一次。

3.风寒化热证

临床表现：外感风寒，郁而化热，恶寒渐轻，头痛肢楚，目疼鼻干，眼眶疼痛，心烦不眠，舌苔薄黄，脉浮微洪者。

推荐处方：柴葛清瘟汤

治法：解肌止痛、燥湿祛邪。

基础方剂：柴胡15g、葛根20g、生甘草10g、黄芩15g、羌活10g、白芷10g、芍药20g、桔梗10g、苍术10g。

临证加减：若咳嗽较重，方药去白芷、苍术，加款冬花10g、蜜紫菀10g；若大便溏稀方药去生石膏，杏仁，牛蒡子，加炒山药10g、炒薏苡仁15g；若鼻塞流涕，方药去芍药、苍术、藿香，加荆芥穗10g、防风10g、薄荷10g。

服法：每日1剂，水煎300ml，分2次服用，早晚各1次。

4.气虚邪犯肺卫证

临床表现：发热，微恶寒，无汗或少汗，乏力，倦怠，心烦，失眠，咽痛，咳嗽，苔薄白，舌边尖红，脉浮数。

推荐处方：益气解毒1号方

治法：益气扶正，清热解毒。

基础方剂：黄芪20g、党参15g、沙参15g、白术15g、金银花15g、芦根15g、陈皮15g、牛蒡子15g、桔梗15g、生甘草10g。

服法：每日1剂，水煎300毫升，每次150毫升，一日2次，早晚1次，餐后30分钟温服。若发热、干咳、咽痛症状较重，可以1日服用2剂，分4次服用。

5.儿童轻型（邪犯肺卫证）

临床表现：咽干咽痛，鼻塞流涕，或有低热，或见头痛，纳食正常，大便干或正常，无明显嗅觉、味觉异常。咽红，舌质红或淡红，苔薄腻，脉浮或浮数。

推荐处方：银翘散加减

治法：疏风解表，清热解毒。



基础方剂：金银花10g、连翘10g、薄荷6g（后下）、荆芥穗10g、射干10g、桔梗10g、芦根15g、淡豆豉10g、黄芩10g、板蓝根10g、玄参10g、甘草6g。

临证加减：发热者，加柴胡10g、香薷6g；鼻塞者，加辛夷6g；大便干结者，加大黄5g。

服法：根据患儿年龄、体重及病势，每剂药煎煮150ml~300ml，每日分3~5次温服。5岁以下患儿，药物用量酌减。

（七）普通型

1.湿毒郁肺证

临床表现：发热，咳嗽痰少，或有黄痰，憋闷气促，腹胀，便秘不畅。舌质暗红，舌体胖，苔黄腻或黄燥，脉滑数或弦滑。

推荐处方：宣肺败毒方

基础方剂：麻黄6g、炒苦杏仁15g、生石膏30g、薏苡仁30g、麸炒苍术10g、广藿香15g、青蒿12g、虎杖20g、马鞭草30g、芦根30g、葶苈子15g、化橘红15g、甘草10g。

服法：每日1剂，水煎400ml，分2次服用，早晚各1次。

推荐中成药：宣肺败毒颗粒。

2.寒湿阻肺证

临床表现：低热，身热不扬，或未热，干咳，少痰，倦怠乏力，胸闷，脘痞，或呕恶，便溏。舌质淡或淡红，苔白或白腻，脉濡。

推荐处方：苍术15g、陈皮10g、厚朴10g、藿香10g、草果6g、生麻黄6g、羌活10g、生姜10g、槟榔10g。

服法：每日1剂，水煎400ml，分2次服用，早晚各1次。

3.疫毒夹燥证

临床表现：恶寒，发热，肌肉酸痛，流涕，干咳，咽痛，咽痒，口干、咽干，便秘，舌淡、少津，苔薄白或干，脉浮紧。

推荐处方：宣肺润燥解毒方

基础方剂：麻黄6g、杏仁10g、柴胡12g、沙参15g、麦冬15g、玄参15g、白芷10g、羌活15g、升麻8g、桑叶15g、黄芩10g、桑白皮15g、生石膏20g。

服法：每日1剂，水煎400ml，分2次服用，早晚各1次。

推荐中成药：金花清感颗粒、连花清瘟胶囊（颗粒）。

针灸治疗推荐穴位：内关、孔最、曲池、气海、阴陵泉、中脘。针刺方法：每次选择3个穴位，针刺采用平补平泻法，得气为度，留针30分钟，每日一次。

4.儿童（痰热蕴肺证）

临床表现：咳嗽痰多，色黄质稠，或伴低热，大便干或正常。咽红，舌质红，苔黄腻，脉滑或滑数。

推荐处方：麻杏石甘汤和清金化痰汤加减

治法：宣肺清热，化痰止咳。



基础方剂：蜜麻黄3~6g、杏仁6~10g、生石膏15~30g（先煎）、桔梗10g、浙贝母10g、瓜蒌10g、枳壳10g、黄芩10g、玄参6g、炙桑白皮10g、葶苈子10g（包煎）、紫菀10g、清半夏6g、陈皮10g、马鞭草12g、生牡蛎15g（先煎）。

临证加减：发热者，加柴胡10g、羚羊角粉0.3g；咽干咽痛者，加牛蒡子10g、射干6g；鼻塞者，加辛夷10g（包煎）、苍耳子6g；血分有热者加生地10g、丹皮10g。

服法：根据患儿年龄、体重及病势，每剂药煎煮150ml~300ml，每日分3~5次温服。5岁以下患儿，药物用量酌减。

推荐中成药：连花清瘟颗粒、疏风解毒颗粒、小儿肺热咳喘口服液（颗粒）、感冒解毒灵颗粒、羚羊清肺散、小儿热速清糖浆（颗粒）、小儿咳喘灵口服液（颗粒）、小儿清热止咳颗粒（口服液）、小儿百部止咳嗽糖浆等。

（八）重型

1. 疫毒闭肺证

临床表现：发热面红，咳嗽，痰黄粘少，或痰中带血，喘憋气促，疲乏倦怠，口干苦粘，恶心不食，大便秘结，小便短赤。舌红，苔黄腻，脉滑数。

推荐处方：化湿败毒方

基础方剂：生麻黄6g、杏仁9g、生石膏15g、甘草3g、藿香10g（后下）、厚朴10g、苍术15g、草果10g、法半夏9g、茯苓15g、生大黄5g（后下）、生黄芪10g、葶苈子10g、赤芍10g。

服法：每日1~2剂，水煎服，每次100ml~200ml，一日2~4次，口服或鼻饲。

推荐中成药：化湿败毒颗粒

2. 气营两燔证

临床表现：大热烦渴，喘憋气促，谵语神昏，视物错愕，或发斑疹，或吐血、衄血，或四肢抽搐。舌绛少苔或无苔，脉沉细数，或浮大而数。

推荐处方：生石膏30~60g（先煎）、知母30g、生地30~60g、水牛角30g（先煎）、赤芍30g、玄参30g、连翘15g、丹皮15g、黄连6g、竹叶12g、葶苈子15g、生甘草6g。

服法：每日1剂，水煎服，先煎石膏、水牛角后下诸药，每次100ml~200ml，每日2~4次，口服或鼻饲。

推荐中成药：喜炎平注射液、血必净注射液、热毒宁注射液、痰热清注射液、醒脑静注射液。功效相近的药物根据个体情况可选择一种，也可根据临床症状联合使用两种。中药注射剂可与中药汤剂联合使用。

针灸治疗推荐穴位：大椎、肺俞、脾俞、太溪、列缺、太冲。针刺方法：每次选择3~5个穴位，背俞穴与肢体穴位相结合，针刺平补平泻，留针30分钟，每日一次。

（九）危重型内闭外脱证

临床表现：呼吸困难、动輒气喘或需要机械通气，伴神昏，烦躁，汗出肢冷，舌质紫暗，苔厚腻或燥，脉浮大无根。

推荐处方：人参15g、黑顺片10g（先煎）、山茱萸15g，送服苏合香丸或安宫牛黄丸。



出现机械通气伴腹胀便秘或大便不畅者，可用生大黄5~10g。出现人机不同步情况，在镇静和肌松剂使用的情况下，可用生大黄5~10g和芒硝5~10g。

推荐中成药：血必净注射液、热毒宁注射液、痰热清注射液、醒脑静注射液、参附注射液、生脉注射液、参麦注射液。功效相近的药物根据个体情况可选择一种，也可根据临床症状联合使用两种。中药注射剂可与中药汤剂联合使用。

注：重型和危重型中药注射剂推荐用法

中药注射剂的使用遵照药品说明书从小剂量开始、逐步辨证调整的原则，推荐用法如下：

病毒感染或合并轻度细菌感染：0.9%氯化钠注射液250ml加喜炎平注射液100mg，一日2次，或0.9%氯化钠注射液250ml加热毒宁注射液20ml，或0.9%氯化钠注射液250ml加痰热清注射液40ml，一日2次。

高热伴意识障碍：0.9%氯化钠注射液250ml加醒脑静注射液20ml，一日2次。

全身炎症反应综合征或（和）多脏器功能衰竭：0.9%氯化钠注射液250ml加血必净注射液100ml，一日2次。

免疫调节：葡萄糖注射液250ml加参麦注射液100ml或生脉注射液20~60ml，一日2次。

针灸治疗推荐穴位：太溪、膻中、关元、百会、足三里、素髀。针刺方法：选以上穴位，针刺平补平泻，留针30分钟，每日一次。

（十）恢复期

1.肺脾气虚证

临床表现：气短，倦怠乏力，纳差呕恶，痞满，大便无力，便溏不爽。舌淡胖，苔白腻。

推荐处方：法半夏9g、陈皮10g、党参15g、炙黄芪30g、炒白术10g、茯苓15g、藿香10g、砂仁6g（后下）、甘草6g。

服法：每日1剂，水煎400ml，分2次服用，早晚各1次。

2.气阴两虚证

临床表现：乏力，气短，口干，口渴，心悸，汗多，纳差，低热或不热，干咳少痰。舌干少津，脉细或虚无力。

推荐处方：南北沙参各10g、麦冬15g、西洋参6g、五味子6g、生石膏15g、淡竹叶10g、桑叶10g、芦根15g、丹参15g、生甘草6g。

服法：每日1剂，水煎400ml，分2次服用，早晚各1次。

针灸治疗推荐穴位：足三里（艾灸）、百会、太溪。针刺方法：选以上穴位，针刺平补平泻，留针30分钟，每日一次。隔物灸贴取穴：大椎、肺俞、脾俞、孔最、每次贴敷40分钟，每日一次。

注：儿童患者的中医证候特点、核心病机与成人基本一致，治疗参照成人中医治疗方案，结合儿童患者临床证候和小儿生理特点，辨证酌量使用。可选择儿童适用中成药辨证使用。

三、康复方案

（一）中成药康复

1.症见气短、多汗、胸闷、心悸、干咳者，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。



2.症见乏力、纳差、腹胀、便秘者，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。

3.症见失眠、焦虑、抑郁者，宜服用具有养心安神功效的中成药，如加味逍遥丸、百乐眠、疏肝解郁胶囊、刺五加脑灵合剂、灵芪加口服液等。

（二）中医非药物疗法康复

1.艾灸疗法

常用选穴：大椎、肺俞、上脘、中脘、膈俞、足三里、孔最、肾俞等。

方法：大椎、肺俞与膈俞（或中脘与上脘），用温灸盒灸30分钟；足三里或孔最或肾俞，清艾条温和灸每穴15分钟。频次：每日1次。选用艾灸疗法时，一般隔2天施灸1次，每穴灸10~15分钟，持续2周；症状明显可交替选用不同穴位每天施灸，5次后休息1~2天，然后继续施灸5次。10次为1个疗程。

2.经穴推拿

（1）穴位按摩：太渊、膻中、中府、肺俞、肾俞、大肠俞、列缺、中脘、足三里等，咳嗽、咽痒、干咳者，可加少商、尺泽等。

方法：以大拇指放置于穴位上，拇指指腹触摸皮肤并稍加按压，小幅度的环转按揉穴位，以产生酸胀温热感为佳，每次1~3分钟。

（2）经络推拿：手太阴肺经、手阳明大肠经、足阳明胃经、足太阴脾经、任脉、督脉等。

方法：取坐位或卧位，均匀呼吸。用一手手掌大鱼际沿经络循行方向紧贴皮肤施力作直线往返快速摩擦，可两手掌交替进行，100~120次/分钟（每手摩擦50~60次/分钟），每条经络摩擦1分钟为宜。

3.耳穴压豆

常用耳穴：支气管、肺、肾、内分泌、神门、枕、脾、胃、大肠、交感等。

方法：耳穴压豆是将贴有王不留行籽的耳豆贴敷于相应耳穴并稍加压力，以穴位产生酸麻重胀感或发热为度。贴敷后每天自行按压数次，每次3~4分钟。每次贴压后保留1~2天，取下后让耳穴部位放松一晚，次日再以同样方法贴敷，一般5~6次为1个疗程。

4.拔罐

背腧穴为主，如肺俞、膏肓、脾俞、肾俞、大椎等。

作用：拔罐是简便的中医康复手段，在调节亚健康状态、治疗多种疾病方面有较好效果。

注意事项：拔火罐应注意防止烫伤及引燃易燃物，留罐时间不宜太长，拔罐时如出现四肢发冷、恶心呕吐、心悸、面色苍白、冷汗、头晕等应立即停止，并让患者平卧休息。

5.其他方法

可使用八段锦、太极拳、易筋经等中医传统功法适当锻炼。



（责编：



