

发挥中医优势,助力疫情防控

李灿东

(福建中医药大学,福建 福州 350122)



李灿东,教授、医学博士、博士研究生导师。现任福建中医药大学校长、中华中医药学会中医诊断分会主任委员、世界中联中医健康管理专业委员会会长、国家中医药领军人才支持计划—岐黄学者、《中医诊断学》国家级教学团队负责人、《中医诊断学》国家级精品共享课负责人、《中医诊断学》国家级规划教材主编、第六批全国名老中医学学术传承指导老师、全国“百名杰出青年中医”、中华中医药学会中医健康科普首席专家、享受国务院政府特殊津贴专家、国家级百千万人才工程人选、国家有突出贡献中青年专家、教育部中医学类教指委副主任委员、WHO-ICD11传统医学项目专家组成员。

编者按:在中华民族的历史长河中,中医有着极其丰富的对抗瘟疫经验,中医药有力地保障着中华文明的延续。当前,新冠肺炎疫情汹汹来袭且不断扩散,感染者的生命健康牵动着每个人的心弦,中医药再次挽救中华民族于危难之中,中西医协同防控新冠肺炎的效果逐步显现。国家卫生健康委、国家中医药管理局均高度重视中医药在防治新冠肺炎中的作用,自第三版后的诊疗方案中均加入了中医药防治内容,明确提出要强化中西医结合,促进中医药深度介入诊疗全过程,及时推广有效方药和中成药,充分发挥中西医结合救治新冠肺炎的优势,以提高治愈率、降低病亡率。但面对新冠肺炎疫情,中医药治疗介入的最佳时期是什么?治疗效果怎么样?选用中医药应当注意什么?是一线的中医临床工作者和广大民众普遍关注的问题。

摘要:中医药在这场新型冠状病毒感染的肺炎防控中,其有效性和科学性再一次得到了实践的检验。要如何发挥中医药的作用,实现中西医的优势互补,笔者认为:①中医药的应用必须贯穿防治调全过程,但要切实避免中药使用不当甚至滥用和可能因此对中医声誉造成的负面影响;②要以中医的思维来指导临床用药,在整体观念基础上,体现辨证论治和三因制宜,为现代新型传染病防控贡献中医智慧。

关键词:新型冠状病毒;肺炎;中医药;辨证论治;三因制宜

中图分类号:R211

文献标志码:A

文章编号:1000-338X(2020)01-0000-00

几千年来,中医药学历经数百次大型瘟疫洗礼,总结了一套行之有效的宝贵经验,形成了较为系统的理论和方法。近年来,在几次的疫病防治(如2003年SARS、2009年H1N1流感病毒等)中,中医药屡建奇功,特别是在2003年SARS治疗过程中,中医药疗效得到WHO的充分肯定。面对这次新型冠状病毒感染的肺炎(简称新冠肺炎),中医药国家队在第一时间赶赴武汉参与疫情防控的第一线,中医药或中西医结合救治新冠肺炎患者,取得了良好的效果。武汉、河南、山西、广东等地好消息频传,中医药的有效性和科学性再一次得到了实践的检验。国家卫生健康委员会颁布《新型冠状病毒感染的肺炎诊疗方案(试行第五版)》明确要求有关医疗机构要在

医疗救治工作中积极发挥中医药作用,加强中西医结合。方案要求各地要充分发挥中医药救治新冠肺炎的优势,要三因制宜地制定诊疗方案,积极应用中医药技术方法开展疫情防控。2月13日,中共中央政治局常委、国务院总理、中央应对新冠肺炎疫情工作领导小组组长李克强主持召开领导小组会议时强调:“强化中西医结合,促进中医药深度介入诊疗全过程,及时推广有效方药和中成药”。中医药在这次疫病的防治中,再一次面临着新的机遇和挑战。

由于中西医理论体系的不同,决定了中西医在病毒感染和相关疾病防控的认知角度、技术方法、效果评价等存在一定差异,因此,遵循中医思维规律,是充分发挥中医作用,真正做到中西医优势互补的关键。

1 明察邪正阴阳,防止中药滥用

在充分肯定中医药疗效和优势的同时,我们还

收稿日期:2020-02-14

作者简介:李灿东(1964—),男,教授、医学博士、博士生导师。

E-mail: fjjylcd@126.com

要注意防范在疫情防控过程中可能存在的中药使用不当甚至被滥用的风险。从疫情发生开始,便有不少民众希望通过服用某种中药或中成药等来预防新型冠状病毒的传染,媒体上也不时流传着各种各样的预防中药处方。可以说,在大多数人对于中医防治原理并不了解的前提下,这些做法可能存在一定风险,也容易产生一些误导,甚至让民众产生依赖,放松对疫情的警惕,忽略一些必要的防护措施。因此,我们必须理性地看待中、西医在疫情防控中各自的优势和局限性,包括对人群的筛查、隔离、疾病的诊断、救治、疗效评价以及相关研究成果的应用等,同时,还要严格遵守相关法律法规。

1.1 明确中医防疫机理

中医学认为,外感病(包括疫病)发病是邪正斗争的结果,在疾病发生发展过程中,正气是发病的内在依据,邪气是发病的外在的因素。通常情况下,邪气无处不在、无时不有,当正邪斗争的结果为邪胜正虚则发病,而正胜邪退则不发病,即“正气存内,邪不可干”“邪之所凑,其气必虚”,这就是中医的“内虚发病观”。但是,在一定条件下,邪气可以起决定性作用,例如,在瘟疫流行中,疫疠之气起决定作用,即使正气旺盛,当遭遇致病力强的疫疠之气,也难以抵御,从而发为疫病。从这个意义上说,做好隔离,防止与疫疠之气的接触,对于防止瘟疫流行十分重要!

现代研究表明,某些中草药如板蓝根、贯众等具有抗病毒作用,但如果试图通过服用这一类中草药而达到预防病毒感染或者新冠肺炎的目的,这显然不符合中医理论,也很难达到应有的效果;此外,如果服用一些具有提高免疫力作用的中草药如黄芪、太子参等是否可以预防病毒感染呢?中医的基本治法是“虚则补之,实则泻之”“气有余便是火”,对于正气充足的人群而言,犹如汽车轮胎充气太多就可能产生爆胎,滥补没有好处;而对于正气不足的人群而言,扶助正气有助于提高机体的防病抗病能力。需要注意的是,正气不足只是一个笼统的观念,还必须分清是气血阴阳不足还是精血津液亏虚,阴虚则补阴,阳虚则补阳,如果简单地认为只要是补气药都能够提高抗病能力,这个认知本身是有问题的。

1.2 合理应用中医预防方法

传染病流行期间到底该不该服用中药预防?如何发挥中医药在疫情防控中的作用?

1.2.1 慎服中药预防 如果身体状态存在偏颇(如湿气偏盛或阴虚燥热等),可以在医生指导下分别服用燥湿化湿或养阴润燥的中药进行调理;又如,淋雨受寒之后可以喝一点姜汤,这些在一定程度上

可以纠正身体的偏颇,祛除病邪或减少邪气的侵犯。但是,对于普通的健康人群,并不主张通过服用中草药或中成药来预防病毒传播,特别是为了所谓的预防,大家都去抢购某一种中药或中成药是完全没必要的。

1.2.2 按需选用食疗 病毒感染防控期间,专门食用某一些食物以获得防疫效果是没有根据的。从中医食疗的角度看,根据身体需要适当地选用某些食物可能对身体调理有好处,但不宜太过,而且必须明确食疗和预防是两个不同的概念。

1.2.3 适当体育锻炼 防疫期间,注重劳逸结合,因地制宜、适当地开展体育锻炼,如导引、太极拳、八段锦等可以增强体质,调动机体的正气,抵抗外邪,但这些并不是特异性的手段,更不能替代防护措施。

1.2.4 中药烟熏避浊 传统中医对疫病的防控措施包含了对空气、水源等环境净化消毒等,西医也有类似方法。其中,应用中药烟熏进行空气消毒依然行之有效。例如,前期相关报道认为本次的瘟疫与湿邪有很大关系,传统民间有用苍术点燃烟熏的方法,以达到燥湿避秽的作用。当然,这种烟熏的方法同样需要根据时疫特点和居住环境选用,如果是燥邪为胜,用苍术就不合适。

2 立足辨证论治,突显三因制宜

中医药在流感和冠状病毒感染治疗中之所以能起到良好的效果,是建立在中医理论和实践经验基础上的。中西医对疾病认知的角度是不一样的,对于病毒感染的诊断,西医主要是寻找特异性指标,治疗上主要针对病原采取特异性的、对抗的治疗方法。而中医是把人当成一个整体,主张天人合一,在应用过程中,一方面强调整体观念和辨证论治,另一方面强调因人、因时、因地制宜。

2.1 整体审察,立足辨证论治

2.1.1 整体审察 把人当作一个有机整体,在临床信息采集上,不能仅针对新冠肺炎患者出现的某一组特征性表现,要同时注重患者的自觉症状,还要考虑包括季节、节气、气候、地理环境等在内的其他因素,这些都是辨证的重要依据,这对于没有典型临床症状患者的诊断显得弥足珍贵。

2.1.2 辨证论治 在治疗立法上,要以辨证为主要依据,例如,从前段时间根据各地报道的疫情信息看,湿邪为患是武汉地区疫病的重要特点,所以要用燥湿的方法,如果用太多的寒凉(清热解毒)药物,就可能损伤脾胃或助湿生寒;如果滥用补气扶正药物,则存在闭门留寇的风险,所以辨证很重要。

2.2 病证结合,突出三因制宜

2.2.1 病证结合 要辨瘟疫的病机,《素问·刺法

论》曰：“五疫之至，皆相染易，无问大小，病状相似”，疫病变化迅速，症状相似，在这一过程中要抓住时疫的病机特点。顾植山教授认为“本次疫情的发生……不管湿热还是寒湿，‘伏燥’和‘木疝’之气是贯穿始终的病机之本，随时变化的火、湿、寒等是病机之标”。在药物选用上，还应适当选用藿香、佩兰、草果等辛温芳香的药物，以达到芳香辟浊的作用。

2.2.2 三因制宜 要考虑到地理环境、气候条件等因素的影响。例如，春节前后武汉地区阴雨天为多，容易产生湿邪为患，而同一时间段福州没有下雨，相对比较干燥，因此，两地的辨证、立法、方药都应有所区别；此外，还应考虑今年运气的特点——金运太过（燥），容易化燥伤津，因而出现燥和湿同时并存，增加了病情的复杂性，在这种情况下既要防止因化湿伤阴，又要避免因养阴润燥使湿邪滞留。

2.3 动态观察，强调治调并重

2.3.1 动态观察 本次疫病的流行，虽然都是新型冠状病毒感染，但是中医认为疠气侵犯人体，随着季节、节气的变化，病情也将发生相应的变化。因此，诊断和治疗方法也要相应变化，不能一成不变。

2.3.2 治调并重 要关注疾病全过程，把疾病的前期、中期、后期以及治疗后的调养当作一个整体看待，尤其当疾病“治愈”之后，病毒核酸检测已转阴，但此时正气未复，余邪未清，患者依然存在疲乏、无力、食欲不振等症状，这就需要中医的调理；在调理过程中，还要注意饮食宜忌，不能因为要“增加营养”而放开吃喝，正如《内经》云“病热少愈，食肉则复，多食则遗，此其禁也”。

3 总结

在新冠肺炎防控中要充分发挥中医药的优势，同时也要强调中西医结合的重要性；在强调中医药的应用要贯穿防控调治全过程的同时，也要切实避免中药的滥用和可能对中医声誉造成的负面影响；要以中医的思维来指导临床用药，才能真正提高疗效，为现代新型传染病防控贡献中医智慧。

4 新冠肺炎中医药预防方案(附)

中医药应用强调辨证论治，三因制宜。对于健康人群，以预防为主：

4.1 生活起居

4.1.1 保持良好生活规律 注意休息，保证充足睡眠；运动宜适当减量，运动后及时擦汗，避免受凉。

4.1.2 注意保暖防寒 适时增减衣物，冬季人体特别要保暖的部位是头、颈部、背部和脚；适时开窗通风，保持空气流通。

4.1.3 适当体育锻炼 可选择五禽戏、八段锦、太极拳等运动以增强正气。

4.1.4 调畅情志 保持乐观心态，避免对新型冠状病毒产生恐惧心理。

4.2 饮食调理

饮食以清淡富有营养为宜，还可以根据身体的具体情况，适当地采用饮食调理，但由于不同人群体质有所差异，调理需在医生的指导下进行。

4.3 中药预防

不建议给所有人群服用中药，只是对于体质偏颇易感者或特殊人群予以中药预防。

4.3.1 中药汤剂 ① 以寒湿为主：恶寒重发热轻、胸脘胀闷、舌质淡胖苔白腻。苏叶 6 g，藿香叶 6 g，陈皮 9 g，煨草果 6 g，生姜 3 片。煎汤代茶服。② 以湿热为主：发热、口苦口干、不欲多饮、痰黄黏、舌红苔黄腻。藿香叶 6 g，厚朴 6 g，姜半夏 6 g，薏米 20 g，黄芩 9 g，杏仁 6 g。煎汤代茶服。③ 阳虚为主：阳气不足，素有怕冷、乏力者。黄芪 12 g，桂枝 6 g，生姜 3 片，苏叶 6 g，藿香叶 6 g，苍术 6 g，陈皮 6 g，煎汤代茶服。④ 阴虚为主：阴津不足，素有口干口苦者：百合 9 g，栀子 6 g，金银花 6 g，竹茹 6 g，苏叶 3 g，陈皮 9 g。煎汤代茶服。

4.3.2 中成药 ① 临床表现以乏力伴胃肠不适者，推荐中成药：藿香正气胶囊（丸、水、口服液）。② 临床表现以乏力伴发热者，中成药：小柴胡冲剂（颗粒）、连花清瘟胶囊（颗粒）、银翘解毒片（颗粒）、防风通圣丸（颗粒）。

4.4 外用法

4.4.1 中药烟熏 公共场所或室内使用苍术 20 g，艾叶 20 g，草果 10 g，藿香 20 g，白芷 10 g，冰片 10 g，薄荷 10 g，菖蒲 15 g。用电焙笼熏烤，3h/d，分 2 次，适用于 60~100 m² 空间；也可以直接点燃（冰片不用），1 次/d。

4.4.2 艾灸 选取大椎、肺腧、足三里、神阙、气海、关元等穴位，艾灸 10~20 min，每 1~2 d 灸 1 次。体质偏热者不宜用灸。

4.4.3 中药香囊 中药香囊具有芳香避秽作用，可随身携带，方便简单。可选用藿香、佩兰、贯众、羌活、白芷、菖蒲、苍术、细辛等量粉碎制成香囊，适量冰片酒精溶解后喷洒于香囊上。用法：每人 1 个（15~20 g），睡前可置于枕边，每周更换 1 次。

4.4.4 中药足浴 可选用荆芥 20 g，艾 30 g，石菖蒲 15 g，花椒 5~10 g，桂枝 20 g，生姜 30 g，加适量清水煎煮约 30 min，于睡前待温度适宜时沐足 15 min。

Advantage of TCM for prevention and treatment of COVID-19

LI Candong

Fujian University of traditional Chinese medicine, Fuzhou, Fujian 350122, China

ABSTRACT In the control of COVID-19, the effectiveness and correctness have been once again validated. How to play the role of TCM and realize the complementary advantages of TCM and Western medicine, it is thought that: (1)The application of Chinese medicine must run through the whole process of prevention and control, but to effectively avoid the improper use of Chinese medicine or even abuse and therefore the negative impact on the reputation of Chinese medicine;(2)The prevention and treatment should be under the guidance of the thinking of TCM, base on the wholistic concept and three-factor condition. It could contribute the wisdom of traditional Chinese medicine to the prevention and control of modern new infectious diseases.

KEY WORDS SARS-CoV-2; pneumonia; TCM; treatment based on syndrome differentiation; three- factor condition