**甘肃省卫生健康委员会文件**

甘卫中医函〔2020〕356号

关于印发甘肃省新冠肺炎疫情常态化防控

中医药防治方案的通知

各市州、兰州新区、甘肃矿区卫生健康委，委属委管各医疗机构:

为贯彻落实《国务院应对新型冠状病毒感染肺炎疫情联防联控机制关于做好新冠肺炎疫情常态化防控工作的指导意见》(国发明电〔2020〕14号)和省新冠肺炎疫情联防联控领导小组印发的《甘肃省新冠肺炎疫情常态化防控实施方案》，在新冠肺炎疫情常态化防控工作中充分发挥中医药特色优势，省卫生健康委组织中医药专家制定了《甘肃省新冠肺炎疫情常态化防控中医药防治方案（试行版）》，现印发给你们，请各地、各单位结合实际参照执行。

附件：甘肃省新冠肺炎疫情常态化防控中医药防治方案

（试行版）

甘肃省卫生健康委员会

2020年6月5日

甘肃省新冠肺炎疫情常态化防控中医药防治

方案（试行版）

为充分发挥中医药辨证论治优势与“治未病”思想，未病先防、已病防变、病愈促康，深度介入新冠肺炎预防、救治、康复全过程，在总结前期中医药参与防治经验的基础上，根据甘肃地域特点及工作实际，制定本方案。

一、预防

**（一）食疗方**

薏苡仁30g 银耳50g 百 合60g 净山药50g

生黄芪30g 草果15g 白豆蔻15g 橘 皮30g

荷 叶20g 莲子10粒 排骨500g

洗净食材，加水适量入煲内，慢煲三小时，适量带汤食用，人群普遍适用。

**（二）口服预防方**

扶正辟瘟方：生黄芪15g 防风9g 麸炒白术15g

麸炒苍术6g 连翘9g 荷叶6g 生姜3g。

煎服方法：加水500ml，水煎两次，每次30分钟，兑取200ml，不拘时服。人群普遍适用。

**（三）芳香辟瘟方**

1.辟瘟香囊

基本方：藿香15g 佩兰15g 冰片6g

雄黄3g 白芷20g 艾叶10g

药物制粗散，装入致密小囊，随身佩戴。个人可根据基本方自制。

2.辟瘟香薰

基本方：苍术5g 生甘草5g 细辛5g

乳香5g 艾 叶15g 大枣25g

上述药物制粗粉，搓捏成圆锥形，置耐热器皿中点燃。个人可根据基本方制作并使用。

**（三）足浴方**

基本方：杜仲30g 川断30g 当归60g 炙黄芪30g

藿香15g 木瓜20g 艾叶15g 生姜15g

加水2000ml，水煎45分钟，去滓取汁，进足浴，注意温度适宜。每天1次，每次15-30分钟。

**（四）养生功法**

患者可根据自身条件，以动静结合为原则，选择太极拳、八段锦、气功吐纳等方法，调整脏腑机能；慢性基础疾病患者如慢阻肺患者，可选择呼吸操等，训练呼吸机能，增强抵抗力。

**（五）穴位保健**

穴位按摩可达到调畅气血、扶正祛邪、调节情志的作用。嘱患者指压按摩迎香、合谷、足三里三个穴位，用一手拇指按压1分钟，再重复用另一只手按压，重复3-5次。

**（六）艾灸**

用艾条悬灸足三里，或艾柱隔姜灸神阙穴，每日一次，每次15-30分钟，连续3-7天，可发挥预防作用。注意慢性肺病患者不适合在加重使用，以免烟雾刺激，诱发基础病。

**（七）生活调护**

1.防止邪侵：适时增减衣物，减少聚集及人员密集场所逗留时间，房屋通风，注意个人卫生，注意呼吸道防护，科学合理佩戴口罩。

2.饮食调摄：饮食清淡、规律，营养成分齐全，多喝水，忌食辛辣刺激和肥甘厚味之品。

3.起居有常：规律作息，劳逸结合，适当锻炼身体。

4.调畅情志：保持心神安宁，情志和畅，对疾病不过度恐惧，乐观积极生活。

**（八）饮食调养**

1.百合薏米汤

适用于普通人群。

配方：百合60g，薏苡仁30g，银耳50g，山药50g，排骨500g，荷叶3g，莲子10粒。

制法：食材洗净，加水适量，慢煲3小时，带汤食用。

功效：滋阴润燥，补肺祛湿。

2.芪归炖鸡汤

适用于气虚人群，常见身体虚弱、面色苍白、呼吸短促、四肢乏力等症。

配方：黄芪20g，当归10g，母鸡1只，调料适量。

制法：鸡肉切小块，入锅凉水煮开，焯去血水，将鸡肉连同药材放入汤锅，大火煮开，再小火慢炖2小时左右，加适量盐即可食用。

功效：益气养血，健脾养胃。

3.当归生姜羊肉汤

适用于血虚人群，症见疲劳乏力、面色苍白、头晕眼花、心悸多梦、唇舌爪甲色淡，妇女月经量少、色淡、后期或闭经等。

配方：当归10g，生姜30g，羊肉500g。

制法：羊肉去骨,入沸水锅内焯去血水，切块。砂锅内放清水，放入羊肉、当归、生姜，武火烧沸，去浮沫，文火炖至羊肉熟烂。

功效：养血填精，散寒止痛。

4.银耳枸杞汤

适用于阴虚人群，症见口干咽燥、干咳无痰、手足心热、潮热盗汗、心烦失眠等。

配方：银耳20g，枸杞15g，莲子10g，冰糖适量。

制法：银耳洗净，泡软，撕成小朵，枸杞洗净备用。所有材料放入锅中加水适量炖煮约20分钟，再加入冰糖煮至糖融化即可。

功效：养阴润燥，补益肝肾。

5.核桃羊肉汤

适用于阳虚人群，症见畏寒、易感冒、精力不足、便溏、小便清长等。

配方：核桃仁60g，羊肉500g，红枣3个，生姜3片。

制法：羊肉切片，热锅里炒5分钟出水，其余材料洗净放入锅中，加水适量，大火烧开后转文火煲2小时，加适量盐调味后即可食用。

功效：温阳散寒，补益气血。

6.黄芪百合汤

适用于体虚易感人群。

配方：生黄芪30g，鲜百合50g，薏苡仁30g，胡萝卜250g，草果15g，白豆蔻10g，陈皮30g，大枣4枚，生姜3片。

制法：可凭个人喜好加入瘦肉适量，慢煲3小时，甜食或咸食均可。

功效：滋阴润肺，行气除湿。

二、治疗

可根据病情、当地气候特点以及不同体质等情况，参照下列方案进行辨证论治，同时注重中医临床诊疗相关资料的收集总结工作。重点在诊断初期即进行中药汤剂治疗，截断病情由轻型加重为重型、危重型的趋势。所有治疗处方不可用于预防。

**（一）中药治疗**

1.轻型

临床表现1：乏力伴胃肠不适。

推荐中成药：藿香正气胶囊（丸、水、口服液）。

临床表现2：乏力伴发热。

推荐中成药：金花清感颗粒、连花清瘟胶囊（颗粒）、疏风解毒胶囊（颗粒）、防风通圣丸（颗粒）。

2.普通型（证属湿热壅肺）

临床表现：发热，口渴，不欲饮；胸闷喘息、乏力或劳力性气短；咽干少痰，纳差，大便不畅或便溏；舌红，苔黄厚腻，脉滑数。

治法：宣肺透邪，清热化浊。

推荐处方：宣肺化浊方

处方：

蜜麻黄6g 连 翘15g 前 胡9g 法半夏12g

麸炒苍术12g 广藿香6g 羌 活9g 酒大黄6g

陈 皮6g 黄 芩6g

服法：水煎分服，一日一剂。

3.重型（证属温毒闭肺）

临床表现：高热不退，咳嗽；痰少，痰黄粘稠不易咳，或黄痰，胸闷气短喘促，腹胀便秘，四肢欠温，微汗，舌质红，苔黄腻或黄燥，脉滑数。

治法：清肺通络，泻热解毒。

推荐处方：清肺通络方。

蜜麻黄9g 杏 仁9g 生石膏30g（先煎） 胆南星6g

葶苈子15g 桃 仁9g 赤 芍15g 射 干9g

生苡仁15g 水 蛭3g

服法：水煎分服，一日一剂。

4.危重型（内闭外脱）

临床表现：神昏，烦躁；胸腹灼热，手足逆冷；呼吸急促或需要辅助通气。舌质紫绛，苔黄褐或燥，脉浮大无根。

治法：开闭固脱，解毒救逆。

推荐处方：四逆加人参汤、安宫牛黄丸、紫雪丹。

5.恢复期（肺脾气虚）

临床表现：气短，乏力，轻咳；心虚胆怯，夜寐欠安，纳呆腹胀，便溏不爽；易汗出，苔薄白或白腻，脉濡细。

治法：运脾益肺，培元固本。

推荐处方：益肺健脾方。

处方：

炙黄芪15g 党 参6g 陈 皮9g 当 归9g

柴 胡6g 桔 梗3g 麸炒白术15g 炒白芍9g

砂 仁3g 生麦芽15g 炙甘草6g

服法：水煎分服，一日一剂。

（二）中成药、藏药

方便不便接受汤药的人群，推荐在预防阶段服用玉屏风颗粒、催汤颗粒（藏药）；治疗阶段推荐服用催汤颗粒或流感丸（藏药，适用于普通型患者）；康复阶段推荐服用贞芪扶正颗粒、仁青芒觉（藏药）。

三、康复治疗

按照国家卫生健康委颁布的《新冠肺炎出院患者康复方案试行）》（国卫办医函〔2020〕189号）的建议，对新冠肺炎出院患者的呼吸功能、躯体功能、心理功能、日常生活活动能力及社会参与能力进行评估和干预，促进患者机能恢复。可根据患者个体差异，可进行八段锦、太极拳等传统功法训练。