

附件

2024年北京冬季流感中医药防治方案（试行）

2024年入冬以来，北京地区天气温暖干燥，多北风，昼夜温差大，流感病例多在内热基础上感受时行疫毒而发。疾病初期可有风寒或风热或表寒里热证，部分病例可发展至热毒壅肺的重型，甚至出现毒热内陷，内闭外脱的危重型，后期常有气阴两虚表现。本方案经北京市流感专家组讨论制定，包括成人流感治疗方案、儿童流感治疗方案、中医适宜技术和预防方案，推荐的基础方可以临证时据证加减。

一、成人流感治疗方案

（一）辨证论治

1. 风寒袭表

【临床表现】恶寒，发热，头身疼痛，咳嗽，痰白，舌苔薄白，脉浮紧。常见于轻型。

【治法】疏风散寒

【基础方】

炙麻黄 6g 苦杏仁 10g 桂枝 10g 葛根 15g

羌活 10g 苏叶 10g^(后下) 荆芥 10g 白芷 5g

炙甘草 6g

水煎服，日一剂，每剂水煎 400 毫升，每次口服 200 毫升，

一日二次。也可以应用中药颗粒剂治疗，服用方法参照说明书。

加减应用：恶寒重可加生姜、红糖助汗解表。雾霾夹燥，可加桑叶、杏仁润燥止咳。

2. 风热犯卫

【临床表现】发热，咽红不适，咳嗽轻少痰，无汗或稍汗，舌质红，苔薄或薄腻，脉浮数。常见于轻型。

【治法】疏风解表，清热解毒

【基础方】

银花 15g 连翘 15g 桑叶 10g 菊花 10g
桔梗 10g 牛蒡子 15g 竹叶 6g 芦根 30g
薄荷 3g^(后下) 生甘草 3g

煎服方法同上。

加减应用：咽干口渴者加麦冬、玉竹以清热润燥。

3. 表寒里热

【临床表现】恶寒，高热，头身酸痛，咽痛咽红，鼻塞流涕，口渴，舌质红，苔薄，脉数。常见于普通型。

【治法】解表清里

【基础方】

炙麻黄 6g 桂枝 10g 羌活 10g 生石膏 30g^(先煎)
黄芩 15g 知母 10g 赤芍 15g 连翘 10g
金银花 15g 炙甘草 6g

煎服方法同上。

加减应用:纳差、苔腻者,加薏苡仁、广藿香、陈皮以化浊理气。

4. 热毒壅肺

【临床表现】高热,咳嗽,咽红咽痛,目赤睑红,口渴喜饮,咳嗽,胸闷憋气,喘促气短,舌红苔黄,脉滑数。常见于重型。

【治法】清热解毒,宣肺透邪

【基础方】

炙麻黄 6g 苦杏仁 9g 生石膏 30g^(先煎) 知母 10g
芦根 30g 牛蒡子 15g 浙贝母 10g 黄芩 10g
金银花 15g 青蒿 15g^(后下) 鱼腥草 30g 生甘草 6g
北沙参 15g

煎服方法同上。

加减应用:大便干燥加大黄、厚朴、瓜蒌以通腑泻热。

5. 毒热内陷,内闭外脱

【临床表现】神识昏蒙、淡漠,口唇爪甲紫暗,呼吸浅促,咯粉红色血水,胸腹灼热,四肢厥冷,汗出,尿少,舌红绛或暗淡,脉沉细数。常见危重型。

【治法】益气固脱,清热解毒

【基础方】

生晒参 15g 炮附子 10g^(先煎) 山萸肉 15g 黄连 6g
生大黄 6g 青蒿 15g 金银花 20g 枳实 10g

水煎服,每日 1-2 剂,每剂浓煎 150 毫升,频服。

6. 气阴两虚，余邪未净

【临床表现】疾病恢复期，乏力，气短，咳嗽，痰少，纳差，舌暗或淡红，苔薄，脉细。

【治法】益气养阴

【基础方】

沙参 15g 麦冬 15g 五味子 10g 浙贝母 10g

杏仁 10g 青蒿 10g 炙枇杷叶 10g 焦三仙各 10g

水煎服，日一剂，每剂水煎 400 毫升，每次口服 200 毫升，一日二次。

(二) 中成药治疗

1. 按中医证候选用

风寒袭表证可辨证选用通宣理肺丸（颗粒、口服液）、荆防颗粒（合剂）、感冒清热颗粒（软胶囊）等。风热犯卫证可辨证选用银翘解毒丸（片、颗粒）、双黄连口服液（颗粒）、金花清感颗粒等。风邪夹湿证可辨证选用藿香正气胶囊（水）、荆防颗粒（合剂）等。表寒里热证和热毒壅肺证可辨证选用连花清瘟胶囊（颗粒）、防风通圣丸（颗粒）等。毒壅气营、内闭外脱证可辨证选用安宫牛黄丸或紫雪丹等。气阴两虚证可辨证选用生脉饮（颗粒）等。

2. 按临床症状选用

以发热、咳嗽为主症的患者，酌情选用连花清瘟胶囊（颗粒）。以发热、恶寒、流清涕和肌肉酸痛为主症的患者，酌情选用感冒

清热颗粒（软胶囊）、通宣理肺丸（颗粒、口服液）、荆防败毒丸、荆防颗粒（合剂）。以低到中度发热为主症的患者，兼见咽干、头痛、肌肉酸痛者，酌情选用金花清感颗粒；兼见咽喉肿痛、咳嗽明显者，酌情选用退热清咽颗粒、板蓝根颗粒、银翘解毒丸（片、颗粒）、双黄连口服液（颗粒）；兼见明显咳嗽、鼻塞、咽痛者，酌情选用疏风解毒胶囊；兼见乏力、头昏沉、脘腹胀痛者，酌情选用藿香正气胶囊（水）；兼见口淡、舌苔厚腻者，酌情选用抗病毒颗粒；兼见头痛、咽痛、口渴、便秘者，酌情选用柴石退热颗粒。中到重度发热，兼有咳嗽、腹胀、便干者，酌情选用防风通圣丸（颗粒）。高热不退，神识昏迷，可选用安宫牛黄丸。热盛惊厥、抽搐谵语，可选用紫雪丹。感冒后期，自汗、心慌气短，可选用生脉饮（颗粒）。

二、儿童流感治疗方案

（一）辨证论治

1. 风寒束表

【临床表现】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。常见于轻型。

【治法】辛温发汗

【基础方】

葛根 9g 炙麻黄 6g 桂枝 6g 生姜 6g
炒白芍 6g 大枣 6g 炙甘草 6g

水煎服，日一剂，每剂水煎 300 毫升，口服：3~6 岁，每次 50 毫升，一日二次；6~14 岁，每次 100 毫升，一日二次；14~18 岁，每次 150 毫升，一日二次。也可以应用中药颗粒剂治疗，服用方法参照说明书。

2. 风热袭表

【临床表现】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。常见于轻型。

【治 法】辛凉解表

【基 础 方】

金银花 9g 连翘 9g 竹叶 9g 荆芥 6g
淡豆豉 6g 芦根 9g 薄荷 6g^(后下) 桔梗 6g
牛蒡子 9g 甘草 6g

煎服方法同上。

3. 表寒里热

【临床表现】高热，恶寒重，无汗，流清涕，头痛，身痛，或咽痛，咳喘，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。常见于普通型。

【治 法】解表清里，宣肺疏风

【基 础 方】

葛根 9g 炙麻黄 6g 桂枝 6g 生石膏 15g^(先煎)
生姜 6g 炒白芍 6g 大枣 6g 柴胡 12g

黄 芩 9g 半 夏 6g 枳 实 6g 生 大 黄 3g

煎服方法同上。

4. 痰热壅肺

【临床表现】高热，咳嗽喘促，喉间痰鸣，痰稠色黄，鼻翼煽动，面赤唇红，口干渴，小便短赤，舌质红，苔黄腻，脉滑数，指纹紫滞。常见于重型。

【治 法】宣肺清热，止咳化痰

【基 础 方】

炙麻黄 3g 苦杏仁 6g 生石膏 15g^(先煎) 桔 梗 3g

黄 芩 6g 前 胡 10g 连 翘 10g 瓜 蒌 10g

浙贝母 6g 鱼腥草 10g^(后下) 生甘草 3g 莱菔子 9g

煎服方法同上。也可以每剂浓煎 150 毫升，频服。

5. 肺脾气虚

【临床表现】久咳无力，动则益甚，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。常见于恢复期。

【治 法】补脾益肺，化痰止咳

【基 础 方】

太子参 9g 炒白术 9g 茯 苓 9g 陈 皮 6g

姜半夏 6g 紫 菀 9g 炙甘草 6g

每日一剂，水煎 300 毫升。口服：3~6 岁，每次 50 毫升，一日二次；6~14 岁，每次 100 毫升，一日二次；14~18 岁，每次

150 毫升，一日二次。也可以应用中药颗粒剂治疗，服用方法参照说明书。

6. 气阴两虚

【临床表现】乏力盗汗，食欲不振，手足心热，咳嗽痰少，舌质淡红，苔少或有剥脱，脉细。常见于恢复期。

【治法】益气养阴

【基础方】

太子参 9g 麦冬 9g 北沙参 9g 茯苓 9g
生龙骨 15g 生牡蛎 15g 枇杷叶 9g

煎服方法同上。

(二) 中成药治疗

1. 风热袭表证可辨证选用小儿感冒颗粒、小儿豉翘清热颗粒、金莲清热泡腾片、芩香清解口服液、小儿热速清颗粒等。
2. 表寒里热证可辨证选用小儿柴桂退热颗粒等。
3. 痰热壅肺证可辨证选用小儿清热宁颗粒、儿童咳液、肺热咳喘口服液、小儿咳喘灵口服液、金振口服液等。
4. 高热惊厥可选用羚羊角粉或羚羊角口服液。

三、中医适宜技术

1. 针刺

适应症：风热犯卫、热毒壅肺、痰热壅肺等发热、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寸毫针向掌心劳宫穴方向刺入约1寸，6岁以下儿童针刺0.5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5~10分钟即可，中间行针一次，适度捻转提插，平补平泻。

2. 刮痧

适应症：风热犯卫、毒壅气营等发热、咽痛者。

推荐穴位：大椎、合谷、曲池、尺泽、外关、风池。

功效：清热解毒，宣肺透邪。

操作方法：在需刮痧部位先涂抹适量刮痧油。从风池穴直向下刮3寸，中间不要停顿，用力不宜过重。颈后高骨大椎穴，用力要轻柔，不可用力过重，可用刮板棱角刮拭，以出痧为度。刮拭上肢内侧部穴位，由上向下刮，尺泽穴可重刮。刮拭上肢外侧部穴位，由上向下刮。

3. 拔罐

适应症：风热犯卫、风邪夹湿、痰热壅肺等发热、咳嗽痰多者。

推荐穴位：大椎、肺俞、脾俞。

功效：疏风清热，清肺透邪。

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

4. 足浴

适应症：风热犯卫、风邪夹湿、痰热壅肺等。

功效：清热解毒，解肌退热。

操作方法：北柴胡、黄芩、生石膏、大青叶、板蓝根、葛根、连翘、贯众、蒲公英等加水适量浸泡 30 分钟，大火煎煮，烧开 10 分钟取汤 2000 毫升，置于足浴盆内，加凉水调节温度为 37℃ ~ 40℃，患者取坐位，双足浸泡药液中，药液以浸泡过足踝为度。每次浴足 15 ~ 30 分钟，每日一次，以头身微微发汗为度。

5. 穴位贴敷

风寒束表者推荐穴位：大椎、双肺俞等。功效：辛温解表，宣肺止咳。操作方法：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，贴敷于穴位，一次/天。

痰热壅肺者推荐穴位：天突、膻中、双肺俞等。功效：清热宣肺，止咳化痰。操作方法：桑白皮、地骨皮、杏仁、胆南星等，用醋等赋形剂调匀，贴敷于穴位，一次/天。

6. 推拿按摩

风寒束表者选推荐穴位：天门、坎宫、太阳、耳背高骨、内八卦、三关、膻中、肺俞。功效：散寒解表，化痰止咳。操作方法：推开天门、推坎宫、揉太阳、掐揉耳背高骨即头面 20 次，顺运内八卦 50 次，推三关 100 次，揉膻中、肺俞 30 次。

痰热壅肺、热毒壅肺者推荐穴位：肺经、大肠经、六腑、天河水、掌小横纹。功效：清热解毒，涤痰开闭。操作方法：清肺经 200 次，清大肠经、退六腑各 100 次，清天河水 300 次、推掌

小横纹 50 次。

四、预防方案

(一) 成人

金莲花 3g 薄荷 3g 党参 5g 沙参 5g

苏叶 5g 生甘草 3g

每日一剂，连服 5 天，代茶饮。

(二) 儿童

大青叶 3g 薄荷 3g^(后下) 炒山楂 3g 菊花 3g

陈皮 6g 芦根 10g

水煎服，每日一剂，连服 5 天。

五、生活调护

1. 注意气候变化，随时增减衣物。
2. 尽量少去人群聚集的场所，戴口罩，房间多通风，勤洗手。
3. 患流感后宜多饮温水，饮食要清淡，保持大便通畅。
4. 老人、孕妇、婴幼儿、肥胖者和有慢性病者，患流感后请及时就医，在医生指导下选用中医药辨证治疗。

本方案供中医、中西医结合和西医医务人员临床参考使用。