

专家连线

# 中医要辨证用药

□毛书歌



近日,一则“双黄连口服液可以抑制新型冠状病毒”的消息在网络上流传,随即引发“抢购热潮”。

要知道双黄连口服液到底能不能抑制该病毒,就先搞清楚双黄连口服液里的3味药的主要功效是什么。



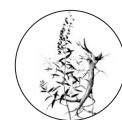
金银花

甘,寒。归肺、心、胃经。清热解毒,疏散风热。



连翘

苦,凉。清热,解毒,散结,消肿。



黄芩

味苦,性寒,能清热燥湿、泻火解毒。主治温热病、上呼吸道感染、肺热咳嗽、肺炎等。

此3味药确实有一定的清热解毒功效,但并非人人适合。

在中医的辨证施治中,患者有热、有毒时会应用金银花、连翘,而热毒伤肺,便会加入黄芩。中医是中华文明的结晶,主要以“医+药”同行,辨证施治才能得到疗效。中医用药必须有医者来辨证。在此次双黄连口服液抢购事件中,人们忽视了自身体质。并不是所有人都适合服双黄连口服液,也并不是所有症状都可以用同一种药进行治疗的。

## 中医提升身体抵抗力

戴口罩、消毒、洗手等是行之有效的防疫措施,全民防疫,责无旁贷。在家健身、起居、饮食、中药预防等又该如何做呢?

### 自我预防锻炼方法

室内锻炼:选用八段锦、五禽戏、太极拳、阴阳动静功、形意拳等,此仅需卧牛之地。



### 自我揉按穴位以及艾灸:

按摩穴位:可按摩迎香穴、下关穴、手三里穴、足三里穴、三阴交穴、风市穴、肩井穴、肩髃穴等。  
艾灸穴位:可灸神阙穴、关元穴、中极穴、中脘穴等。

### 三要、三不、三勤

三要:要适度进行艾熏,勤开窗通风;要合理饮食,按时作息;要在室内进行锻炼,可以做操、深呼吸等。  
三不:不久坐、不久视、不久卧。  
三勤:勤消毒洗手、勤洗热水澡、勤喝温水。

### 合理膳食要做到“三多、一少”

三多:多食谷米,以养脏气;多饮凉性花茶以清余火;多闻香品以辟疫。  
一少:少食辛辣之品,勿增肺燥。



若有体温增高、出现不适症状,可参考服用以下药方:

藿香12克,苍术12克,白术9克,佩兰9克,黄芪9克,黄芩9克,二花9克,连翘9克,贯众9克,芦根9克,甘草6克,柴胡9克。

孕妇、产妇、儿童不建议使用该方。

中国东部、北部大雪,忽然降温,迎来了我们常说的倒春寒。这样的天气对疫情有帮助吗?

春天本应万物复苏,欣欣向荣,天气转暖,而此次的忽然降温,不利于身体健康,更需要保暖,锻炼,提升正气。

立春后,我们如何调整饮食和作息,以达到增强体质的目的呢?

春夏养阳,立春之后,要保护自己的阳气(气为阳,血为阴)。春天重点调摄阳气,气顺,阳气升。因此,要适当增加活动;少吃收敛的酸性食物,多吃偏甘的食物。

## 实用方

### 治寒冷性多形红斑方

香菜水煎内服或外用熏洗患处,每天2次~3次。内服每天用鲜品100克,干品30克;外用量加倍,每次熏洗30分钟左右。儿童酌减。5天为1个疗程。一般用药1个~2个疗程即可。

### 治掌跖脓疱病方

野菊花、白茅根各30克,生地黄、板蓝根、生薏米各15克,栀子、黄芩、蒲公英、金银花、丹皮、苦参各10克。每天1剂,水煎,分2次服用。第3煎用于外洗,每天2次,每次20分钟。

### 治皲裂性湿疹方

黄柏、煅石膏各38克,青黛18克,炉甘石22克,五倍子11克。先将青黛、黄柏研为细末,加入剩余3味药研和,再加入凡士林调成软膏。用前先用清水洗患处,用刀片削去皲裂处角质,再涂软膏,每天换药1次~2次,直至痊愈。

### 治哮喘方

取莱菔子20克、大米50克,加水煎煮莱菔子后滤汁100毫升,倒入淘净的大米,再添水500毫升~700毫升,煮为稀粥。该方具有下气定喘、健脾消食之功效,可用作哮喘的辅助治疗,尤其适用于是痰多气急、食欲不振、腹胀不适的患者。每天2次,空腹温服。

### 治糖尿病合并失眠方

栀子、淡豆豉、酸枣仁、麦门冬各10克。加水1000毫升,浸泡30分钟,急火煎沸即可,然后代茶饮。服药期间停服其他镇静药物,忌辛辣食物、浓茶。每天1剂,连续服用7天为1个疗程。

(以上验方由王芳提供)

本版药方需要在专业医生指导下使用

## 经验分享

# 新型冠状病毒感染的肺炎临床表现

□白晶

新型冠状病毒感染的肺炎有哪些临床表现?

患者的主要临床表现为发热、乏力、呼吸道症状以干咳为主,并逐渐出现呼吸困难,严重者出现急性呼吸窘迫综合征、脓毒症休克、难以纠正的代谢性酸中毒和凝血功能障碍。部分患者起病症状轻微,可无发热。

多数患者为中轻度症状,预后良好;少数患者病情危重,甚至死亡。

如果出现早期临床表现,是否意味着自己被感染了?什么情况下需要就医?

出现发热、乏力、干咳表现,并不意味着已经被感染了。但如果出现发热(腋下体温 $\geq 37.3$ 摄氏度)、咳嗽、气促等急性呼吸道症状,且有武汉旅行史或居住史,或发病前14天内曾接触过来自武汉的发热伴呼吸道症状的患者,应到当地指定医疗机构进行排查、诊治。

去医院就医需要注意什么?

就医时,应如实详细讲述患病情况和就医过程,尤其是应告知医生近期的武汉旅行和居住史、肺炎患者或疑似患者的接触史、动物接触史等。特别应注意的是,诊疗过程中应

全程佩戴外科口罩,以保护自己和他人的。

什么是密切接触者?

与发病病例(疑似和确诊病例)有如下接触情形之一者属于密切接触者:1.与病例共同居住、学习、工作或其他有密切接触的人员;2.诊疗、护理、探视病例时未采取有效防护措施的医护人员、家属或其他与病例有类似近距离接触的人员;3.病例同病室的其他患者及其陪护人员;4.与病例乘坐同一交通工具并有近距离接触人员;5.现场调查人员调查后经评估认为符合条件的人员。

为什么密切接触者要医学观察14天?

目前对密切接触者采取较为严格的医学观察等预防性公共卫生措施十分必要,这是一种对公众健康安全负责任的态度,也是国际社会通行的做法。参考其他冠状病毒所致疾病潜伏期、此次新型冠状病毒病例相关信息和当前防控实际,将密切接触者医学观察期定为14天,并对密切接触者进行居家医学观察。

公众如何预防新型冠状病毒感染的肺炎?

1.保持手卫生。咳嗽、饭前便后、接触或处理动物排泄

物后,要用流水洗手,或者使用含酒精成分的免洗洗手液。

2.保持室内空气流通。避免到封闭、空气不流通的公共场所和人多集中地方,必要时请佩戴口罩。咳嗽和打喷嚏时使用纸巾或屈肘遮掩口鼻,防止飞沫传播。

3.医院就诊或陪护就医时,一定要佩戴合适的口罩。

4.养成良好的饮食习惯,处理生食和熟食的切菜板及刀具要分开,做饭时彻底煮熟肉类和蛋类。

5.尽量避免在未加防护的情况下接触野生或养殖动物。

近期去过武汉,回到居住地后要注意什么?如出现临床症状,是否要做新型冠状病毒肺炎相关检查?

回到居住地之后,可在2周内注意加强身体防护,关注自身身体状况。如果接到疾控部门通知,需要接受居家医学观察,不要恐慌,不要上班,不要随便外出,做好自我身体状况观察,定期接受社区医生的随访。如果出现发热(腋下体温 $\geq 37.3$ 摄氏度)、咳嗽、气促等急性呼吸道感染早期临床症状,请及时到当地指定医疗机构进行排查、诊治。

(作者供职于巩义市人民医院)

# 新生儿泪囊炎的治疗方法及时机

□段瑞强



绝大部分新生儿在出生后有一双清晰明亮的大眼睛,泪液引流正常。但也有约6%的足月儿在胚胎发育过程中,因各种原因导致泪道发育不完全或异常,便会造成先天性泪道疾病,其中最常见的是鼻泪管下端还没有完全发育通畅,即先天性鼻泪管阻塞,使泪液不能流入鼻腔而致溢泪。当泪液和泪囊内分泌物滞留,就会有大量黏性分泌物溢出。而当细菌随着泪液流进泪道并在其中堆积和繁殖时,就形成了泪囊炎。此时,新生儿就会溢泪并有大量脓性分泌物滞留和溢出。

第一步:建议先行保守疗法。行泪囊区按摩,这样可以清除滞留在泪道里的分泌物,并通过按摩的压力传导,使阻塞在鼻泪管下端较薄的薄膜自行破裂,泪道变得通畅,溢泪就好了。当有泪囊炎时局部配合用抗生素眼液,抗菌消炎,有一部分患儿是可以痊愈的。

第二步:如果保守治疗一段时间后症状仍未缓解,可以带患儿到医院进行就诊。部分患儿可以通过加压泪道冲洗将鼻泪管下段的薄膜冲破而治愈,但不建议连续性冲洗或长期冲洗。

第三步:如果以上两种方法治疗均无效果,出生6个月以上的患儿可以到医院接受泪道探通手术,就是应用患儿专用泪道探针将阻塞在鼻泪管下端的薄膜刺破,使泪道得以通畅。出生6个月内的患儿泪道比较嫩,在探通过程中容易出现假道。

经过以上治疗,绝大部分新生儿的泪囊炎可以治愈。可是,极少数患儿骨性泪道狭窄或阻塞,甚至先天无泪道或病情复杂,就需要专业医生根据患儿的病情和年龄制定个体化泪道治疗方案。(作者供职于新郑市人民医院)

## 寻医问药

Xun Yi Wen Yao

### 专家团队 答疑解惑

专家:郑州视光眼科医院 陈彬川



网友:

请问,何时接受白内障手术较为合适?

民间曾流传一种说法,白内障要等完全成熟、看不见以后才能进行手术,其实这是一种错误的观点。随着显微手术的普及和手术技术的提高,视力减退已经不是白内障手术的唯一指标。通常来讲,只要白内障影响到正常的生活和工作,就可以考虑手术治疗了。有些患者虽然视力较好,但伴有明显的畏光或眩光等不适,或对比敏感度明显下降,应尽早进行手术治疗,从而改善生活质量。如果在白内障成熟期或过熟期手术,不但会因晶状体过熟引起继发性青光眼或葡萄膜炎,还会增加手术难度,并发症相对也较多。



陈彬川

目前治疗白内障的手术方式主要有3种:

- 1.现代囊外白内障手术,适用于晚期白内障比较硬的患者。该手术方式较以前切口明显缩小,长5毫米~6.5毫米,手术散光减少,安全性大为提高。
- 2.超声乳化白内障摘出术,是目前国内外最为常用的手术方式。该手术切口不超过3毫米,无需缝合,手术散光更少,术后视力恢复快。
- 3.囊内白内障摘出术,就是把白内障连同囊袋一起取出来。由于不能植入常规人工晶状体,其目前已不是常规手术方式,仅适用于晶体脱位的部分患者。

(本文由朱忱飞、徐琳琳整理)

《寻医问药》栏目旨在为广大患者与医生、医生与医生之间搭建起咨询交流的平台。该栏目专家团队由全省各科专家组成。

如果您想寻医问药,我们可以邀请相关专家在栏目中为您一对一答疑解惑。同时,请关注“医药卫生报”官方微信公众号,可以在线咨询专家,也可以加QQ(一种流行的中文网络即时通信软件)进行咨询。

本报微信公众号:yjyaoweishengbao QQ:5615865

河南中医药大学第一附属医院  
业务副院长徐立然:

## 中医药如何防治新型冠状病毒感染的肺炎



专家名片:

徐立然,医学博士,国家二级教授,主任医师,博士研究生导师;河南中医药大学第一临床医学院(河南中医药大学第一附属医院)副院长;为享受国务院政府特殊津贴专家,卫生部有突出贡献中青年专家,全国中西医结合优秀科技工作者;国家中医药应急突发公共卫生事件专家委员会专家,世界中医药学会联合会老年医学分会副主委,中华中医药学会呼吸病专业委员会常委。

近年来,徐立然作为第一负责人,承担国家“十五”“十一五”“十二五”“十三五”科技重大专项等3项重大课题;获科研成果奖10余项,出版专著12部,发表论文200余篇;获国家发明专利5项,获国家新药临床研究批件1个。他主要从事呼吸吸系统疾病、免疫功能缺陷、艾滋病等疾病的临床、科研和教学工作。



扫码看视频

本版未署名图片为资料图片

## 稿约

为了更好地为基层医生的日常诊疗工作提供帮助,本版对内容进行了调整,设置了《专家连线》《实用验方》《误诊误治》《经验分享》《临床提醒》等栏目。请您关注,并提供稿件或建议。

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

联系人:朱忱飞  
电话:(0371)85966391  
投稿邮箱:5615865@qq.com  
邮政编码:450000

地址:郑州市金水东路与博学路交叉口东南角河南省卫生健康委员会8楼医药卫生报社编辑部