

中医辨治感冒和流行性感

□李振华

感冒,中医学称为“伤风感冒”,俗称“伤风”。感冒一年四季皆可见,临床症状以鼻塞、声重、流涕、打喷嚏、身困无力、头痛、恶风发热等为主。流行性感,是由流感病毒引起的急性呼吸道传染病,属于中医学“时行感冒”和“风温”范围。它有很强的传染性,多流行于冬季和春季。根据中医学理论,因流行性感冒的症状和病理与伤风感冒相似,但比较重,故合并论述。

病因病机

主要是体质素虚,或生活起居不慎,或疲劳过度以及嗜食辛辣,肺胃有热,卫外不固,每遇天气突变,寒温失常,或四时非其时而有其气,以致机体不能随时适应天气之变化,风邪病毒侵袭机体而发病。风为六淫之首,常随时气而发病,如冬季多风寒,秋季多挟燥气,此为风邪随时气而发病。但天气有时突变无常,故重在审证求因,不可机械于季节。临床以风寒、风热之邪发病为多见。

风邪侵袭机体,常从呼吸道而首先犯肺,或从毛窍而入内合于肺,故肺卫首当其冲。肺合皮毛,开窍于鼻,上系咽喉,职司呼吸。如风寒入侵,肺气郁遏,毛窍因寒闭塞,故症见恶寒、发热、鼻塞、声重、咳嗽、身困等症状。如风热入侵,邪热壅肺,肺失肃降,毛窍疏泄失常,故症见恶风、发热、自汗、咽喉疼痛等症状。

外因是变化的条件,内因是变化的根据。由于患者年龄、体质等内在因素不同,因此感受外邪之后,也常因内在因素的不同而起变化。如初感为风寒之邪,可因年轻体壮,或肺胃素热继而转化为热邪。如初感为风热之邪,亦可因年老体衰或体质虚寒继而转化为寒邪。亦有风寒或风热之邪侵袭肺卫,但由于年老体衰或素体太虚,表症不易解散,病邪由表入里,侵犯他脏,病情加重,或变生他病。这些病理变化都是临床辨证需要注意的。

辨证论治

根据感受不同病邪,从症状上综合分析辨别出是风寒或风热等不同病理,作为辨证依据。在治疗上总是疏风宣肺解表。风寒以辛温为主,风热以辛凉为主。若有挟暑、挟湿或体质虚弱,或变生他病,则随症治疗。

风 寒

症状:恶寒发热,头痛无汗,鼻塞声重,打喷嚏,流清涕,肢体酸痛,口不渴,小便清长,咳嗽咯白痰,舌苔薄白,舌质淡红,脉浮紧。

治法:祛风散寒,宣肺止咳。

处方:加减荆防败毒散。荆芥、防风、前胡、柴胡、杏仁、川芎、陈皮各9克,甘草6克,生姜9克。

本证为感受风寒,寒邪束表,肺气不宣。方中荆芥、防风、生姜辛温解表,祛风散寒;川芎行气活血止痛,使祛风寒之力更强;前胡、杏仁、陈皮配生姜,宣肺止咳祛痰;柴胡配川芎、陈皮,理气和胃,解表清热;甘草调和诸药。故本方适用于风寒感冒。

如恶风低热、打喷嚏、流清涕、鼻塞声重、肢体酸困、舌苔薄白、脉浮者,证系风寒感冒之轻症。

处方:加味葱豉汤。葱白6克,淡豆豉、苏叶、生姜各9克,红糖适量(药水冲)。本方适用于风寒感冒初起的轻症。方中葱白、生姜、苏叶、红糖通阳散寒,祛风解表;淡豆豉辛凉解表,清热除烦。

如发热恶寒、寒热往来、汗出不解、头痛、骨节酸痛、食欲不振、口干、小便黄、舌苔薄白、舌质淡红、脉浮弦数者,方用柴胡解表汤。柴胡、黄芩各9克,桂枝5克,葛根、黄芪各12克,川芎、香附各9克,砂仁6克,陈皮、知母、天花粉各9克,滑石15克,甘草3克,生姜9克,红糖适量(药汁冲)。本证系风邪由表传里,居于半表半里之间,并有内传阳明化热之势。

方中柴胡、黄芩可清半表半里之邪热;桂枝、生姜、红糖、川芎通阳活血,以增强解表之力;葛根、知母、天花粉、滑石、甘草清热生津,以除内热;香附、砂仁、陈皮理中和胃;黄芪既可助桂枝、川芎、生姜鼓舞阳气以解表,又可益气固表、防止多汗。本方辛凉辛温并用,寒热双解,药物彼此协调,相互促进。据多年临床观察,对风寒感冒,数日不解,出现上述症状者,效果良好。

如发热恶寒、寒热往来、早轻晚重、汗出不解、头痛、食欲不振、胃脘胀满、舌苔白稍腻、舌质淡红、脉象弦数者,方用柴胡双解汤。柴胡、黄芩各9克,桂枝5克,生白芍9克,黄芪12克,川芎、香附各9克,砂仁6克,陈皮9克,吴茱萸5克,炒山楂12克,青皮9克,甘草6克,生姜9克,红糖适量(药汁冲)。本证系风寒之邪,留于半表半里,表邪未祛,胃有宿食积滞,即所谓表不解,里不和之证。治取“大柴胡汤”之方义,又据内无热结、舌苔反白腻、舌质淡红的现症,故不用枳实、大黄等以缓下泄热。方中柴胡、黄芩直入少阳,可清半表半里之邪热。黄芪配桂枝、川芎、生姜、红糖鼓舞阳气,以发汗解表;配生白芍益气固表、敛阴益营以止汗。温经解表与敛阴固表药物共用,相辅相成,共奏解表散寒、调和营卫,而不伤正之功效。香附、砂仁、陈皮、吴茱萸、山楂、青皮行气消积,温中和胃。表邪解,胃气和,营卫协调,则诸症自愈。

风 热

症状:发热重,微恶风寒,咽喉干痛,或见红肿、头痛、自汗出、口渴欲饮,咳嗽,咯痰黄稠不利、面色潮红,小便黄,舌苔薄黄或薄白、质红,脉象浮数。

治法:辛凉解肌,宣肺清热。

处方:加减银翘散。金银花15克,连翘12克,蒲公英21克,牛蒡子、桔梗、荆芥、薄荷、淡豆豉各9克,葛根12克,菊花9克,甘草3克。

本证系外感风热病毒,从呼吸道而首先犯肺,肺气失其宣肃,表卫调节失司而为病。方中荆芥、薄荷、淡豆豉、葛根疏风解肌,透表散热;连翘、金银花、蒲公英、菊花清热解毒;桔梗、甘草配牛蒡子清利咽喉,宣肺散热。共奏辛凉解肌,宣肺清热解毒的作用,故适用于风热外感。

高热口渴甚者,加知母9克、生石膏30克、板蓝根30克;鼻衄者,加白茅根30克、黑柏叶12克;咳嗽咯黄痰重者,加杏仁、川贝母各9克,生桑白皮、地骨皮各12克;恶心呕吐者,加竹茹12克、藿香6克、槟榔9克。

如症见高热、口渴、剧烈咳嗽、呼吸气喘、头痛体痛、咯痰黄稠不利、口唇青紫、舌苔薄黄、舌质红、脉浮数者,证系风热闭肺,肺失肃降。

治法:清热宣肺,祛痰平喘。

处方:加味麻杏石甘汤。辽沙参24克,麻黄、杏仁各9克,生石膏30克,苏子、桔梗各9克,生桑白皮12克,地骨皮15克,川贝母、陈皮各9克,甘草3克。本证系风热闭肺,肺失肃降,表卫失调,肺热壅盛所致。常见于肺炎型流行性感。方中麻黄、杏仁宣肺解表、止咳平喘;辽沙参、生石膏、生桑白皮、地骨皮清肺散热;苏子、桔梗、陈皮、川贝母开泄肺气、清热祛痰。且生石膏3倍量于麻黄,使麻黄宣肺解表而不发汗,治风热阳证而不伤阴;又有辽沙参清热固阴;甘草益气解毒,调和诸药。故本方一般适用于肺炎、支气管肺炎等。

如高热不退,自汗出,口渴引饮,心急烦躁,鼻衄,口唇干燥,头晕头痛,甚则神昏谵语,舌苔黄缺津,舌质绛红,脉数。证系高热伤阴,热入营血,甚至热犯清窍。

治法:清热解毒,凉血透窍。

处方:加减清营汤。犀角(水牛角代替)9克,生地黄15克,玄参12克,竹叶、金银花各15克,连翘12克,黄连、麦冬各15克,菊花12克,石膏蒲9克,甘草3克。方中犀角、生地黄、玄参、连翘、金银花清热解毒、凉血安神;黄连、竹叶、麦冬、菊花清心凉肝、生津祛烦;甘草调和诸药;石膏蒲透窍。共奏清热解暑、凉血透窍的作用。本证多系中毒型流感,宜及时治疗。如神昏谵语重者,可服用安宫牛黄丸,每次半丸,每天2次~3次。

兼 证

风夹挟湿

症状:恶寒低热,骨节痛重,头痛头沉,食欲不振,舌苔白腻、质淡,脉濡数。

处方:羌活胜湿汤。羌活、独活、藁本、川芎、防风、蔓荆子各9克,甘草6克。

本证系感受风夹湿,风湿客于肌表,经络营卫受阻,故致周身骨节疼痛。方中羌活、独活、防风、藁本疏风散寒、燥湿通络;川芎、蔓荆子活血祛风而清头目;甘草和中而调和诸药,共奏疏风散寒、祛湿通络的作用。如恶心不食者,加藿香9克、砂仁6克。

挟暑

症状:头晕头痛,身热无汗,心烦口渴,干呕食少,体困无力,小便短赤,舌苔黄腻,质红,脉濡数。

处方:新加香薷饮加减。香薷、川厚朴各9克,连翘12克,金银花15克,藿香、白芷各9克,竹茹、菊花各12克,滑石18克,甘草3克。

本证系暑令感冒,暑夹挟湿,多为因热贪凉,寒邪束表,暑热内闭,故出现高热无汗等症。方中香薷、白芷祛暑化湿、解表止痛;藿

香、川厚朴、竹茹行气化湿、和胃止呕;连翘、金银花、菊花、滑石、甘草清热解暑、清利湿热,故适用于暑令感冒。

另有阳虚感冒,即每遇风寒而感冒,迁延不愈,或反复发作。不发热或有低热,恶寒,鼻塞,流清涕,身困无力。证系素体气虚,或感冒后发汗太过,或反复感冒,经常发汗,以致肺卫气虚,卫外不固,风寒易于侵袭。

阳虚感冒在治疗方面,宜扶正祛邪,不宜解表发汗。感冒愈后,宜补气健脾、调和营卫以增强抵抗力。

处方:加减补中益气汤。黄芪30克,党参15克,白术、当归各9克,杭白芍12克,桂枝6克,防风3克,柴胡6克,甘草3克,白芷9克。

本方为补中益气汤合玉屏风散化裁而来。为扶正固本,兼祛表邪之剂。方中黄芪、党参、白术补气健脾、增强卫卫之气,为本方之主药;当归、白芍、桂枝、柴胡、白芷、防风调和营卫、祛风解表;同时黄芪配防风,更增强益气固表之力,使解表祛邪而不发汗;甘草益气调和诸药。故本方适用于体虚感冒(亦称“习惯性感冒”)。

如感冒愈后,上方可去白芷、柴胡,易生甘草为炙甘草,多服以补肺卫之气,增强机体抵抗力。

亦有阴虚感冒。由于阴虚肺燥,卫气不固,外邪易于侵袭。症见发热汗出,身困无力,头晕头痛,咽干口渴,五心烦热,舌苔薄黄、质红,脉细数。

本证治疗宜滋阴清热,辛凉透表。不宜辛温解表发汗。否则汗多伤阴,加重阴虚内热,并发他病。

处方:育阴透表汤。辽沙参21克,麦门冬12克,桑叶、菊花各9克,葛根12克,薄荷、淡豆豉、银柴胡、桔梗、牛蒡子各9克,甘草3克。

方中辽沙参、麦门冬滋阴清热;薄荷、淡豆豉、葛根、桑叶、菊花辛凉透表、疏风解肌;桔梗、牛蒡子、甘草宣肺散热、清利咽喉;银柴胡可除阴虚内热。故本方适用于阴虚内热而致的感冒。

外感风寒,症见恶寒无汗者,上方可酌加荆芥、紫苏梗、生姜各9克等辛温药品以增强解表之力。高热汗出、口渴烦躁、内热甚者,上方可加生石膏15克~20克。

肺热咯血者,上方加白茅根30克。

验方

方一:生姜9克、葱白6克,水煎加红糖30克,服后盖被取微汗。

方二:生谷子1把,开水送服,盖被取汗。

方三:参苏丸(成药)每次1包,每天2次~3次。

以上适用于风寒感冒轻症。

方四:白菜疙瘩2个、白茅根30克、冰糖适量(药水冲),水煎服。

方五:银翘解毒丸、羚翘解毒丸(成药),每次2丸,每天服药2次~3次。

以上适用于风热感冒轻症。

医案

彭某,男,56岁,工人。

主诉:反复感冒3个月。

病史:3个月前因感冒而致咳嗽,迁延两周始愈,以后每遇风寒则感冒,反复发作,经多方治疗,效果不佳。现感冒,不发热,恶寒,鼻塞,流清涕,身困无力,纳食不佳,舌质淡胖,苔薄,脉细弱。

中医诊断:气虚感冒(肺脾两虚)。

西医诊断:习惯性感冒。

治法:补气健脾,调和营卫,发散风寒。

处方:补中益气汤加减。黄芪30克,党参10克,白术10克,当归10克,杭芍12克,桂枝6克,泽泻12克,防风3克,柴胡6克,白芷10克,生甘草3克。共9剂,水煎服。嘱咐其避风寒,忌生冷肥甘辛辣之品。

二诊:患者感冒已愈,其他症状均消失。现风寒之邪已祛,故去解表之柴胡、白芷,改生甘草为炙甘草,以益气补中,缓和药性;加砂仁8克,温中理气,合党参、白术以助脾胃健运,补气而不滞气,使生化有源,气机通畅,则体质强健,邪不可干。共10剂,水煎服。

三诊:患者精神可,饮食好,病状痊愈。1年后随访未复发。

(作者为全国名老中医)



验案举隅

谢某,男,35岁,患有多年分泌性中耳炎,经朋友介绍前来就诊。

刻诊:耳痛如针刺,听力下降,耳痛,耳鸣,耳中闷胀闭塞感,摇头似有流水声,口渴,口苦,舌质暗红夹瘀紫,苔腻黄白夹杂,脉沉弱略涩。

辨证:瘀痰水夹热证,治当活血化瘀,清热行水。

方药:蛭虻归草汤、小柴胡汤、泽泻汤与小陷胸汤合方。水蛭6克,虻虫3克,当归15克,红参10克,生姜10克,大枣12枚,柴胡24克,泽泻30克,白术15克,生半夏12克,黄芩10克,黄连3克,枳实30克,炙甘草10克。共6剂。以水800毫升~1000毫升,浸泡30分钟,大火烧开后,用小火煎煮40分钟,每次服用150毫升;第二次煎煮15分钟;第三次煎煮时若水少可酌情加水,煎煮15分钟,每天1剂,分3次服用。

二诊:患者耳痛减轻,头痛好转,仍耳中闷胀闭塞。前方基础上加冰片3克,服药6剂。

三诊:耳痛较前又有减轻,头痛基本消除,耳中闷胀闭塞好转,继续服药6剂。

四诊:耳痛较前又有明显减轻,听力较前又有恢复,摇头似有水声。以前方泽泻变为50克,服药6剂。

五诊:听力较前又有明显好转,又以前方治疗50余剂后,诸证悉除。随访1年,一切尚好。

体悟:根据耳痛如针刺、舌质夹瘀紫辨为瘀;根据摇头似有流水声辨为水气;因口渴欲饮热水、苔黄白夹杂辨为寒热夹杂;以耳闷、苔腻辨为痰,以此辨为瘀痰水夹热证。方以蛭虻归草汤活血化瘀;以小柴胡汤清热调气,益气散寒;以泽泻汤益气利水;以小陷胸汤清热燥湿化痰,方药相互为用,以奏其效。

(作者供职于河南中医药大学第三附属医院)

治胃痛验案

□梁大路

患者王某,女,56岁,2021年1月初到笔者所在门诊就诊,自诉胃脘隐痛5年,时轻时重,因生气或饮食不节而病情加重,不思饮食,胸脘满闷,伴口燥咽干,五心烦热,大便干结,症见患者体型偏瘦,舌红少津,舌质红,脉细数。曾先后服用吗丁啉、三九胃泰、奥美拉唑等,效果不明显。根据患者以上症状,辨证为胃阴亏耗型胃痛,需要养阴益胃,和胃止痛。

方药:北沙参30克,麦门冬15克,当归10克,生地黄30克,枸杞子12克,芍药30克,甘草10克,川楝子6克。共10剂。每天1剂,水煎服。

二诊:胃痛减轻,食欲佳,大便正常,上方基础上加石斛10克,太子参6克。共7剂,以姜、枣为药引。

三诊:胃痛已基本痊愈,精神状态良好,再服药5剂,巩固疗效。

(作者供职于栾川县城关镇大南沟村卫生室)

单方验方

补气养血食疗方

方名:党参大枣炖鸡。

原料:公鸡500克,大枣10颗,党参10克,盐、姜片各适量。

做法:公鸡洗净剥块,开水下锅,除去血沫,洗净备用。汤煲中依次放入鸡块、党参、大枣和姜片,放冷水烧开撇去浮沫,小火炖2小时左右,加盐调味,肉熟即可食用。

功效:此食疗方具有补气血、增强体质的功效,适用于体虚、血虚的女性食用。

养心安神食疗方

方名:莲子百合瘦肉汤。

原料:莲子50克,百合20克,猪瘦肉100克,高汤600毫升,姜片、盐、淀粉、料酒各适量。

做法:猪瘦肉切薄片,加淀粉、料酒抓匀腌制15分钟,百合洗净掰成小片;莲子去芯泡发。砂锅中放入高汤、姜片、莲子,大火烧开后转小火煮到莲子变软,放入猪瘦肉大火煮10分钟,加百合再煮2分钟,最后加盐调味即可。

功效:此汤具有养心神、益肾气、健脾胃、润肺、美容的功效。

莲子是老少皆宜的滋补品,但便秘燥热者少食。

(以上食疗方由河南省中医院黄泽春提供)

郑州市中医院院长徐学功:

中医治未病之情志养生



扫码看视频



徐学功,中医内科学博士,主任医师,北京中医药大学心血管专业博士后,博士生导师,郑州市中医院党委副书记、院长。