

# 香港地區新型冠狀病毒肺炎中醫藥防治方案初探

Exploration of Chinese medicine prevention and treatment protocols for COVID-19 in Hong Kong

王旭<sup>1</sup> 劉忠第<sup>2</sup> 張軒<sup>2,3\*</sup> WANG Xu, LAU Chung Tai, ZHANG Xuan

(1北京中醫藥大學中醫學院·北京; 2香港浸會大學中醫藥學院·香港; 3香港中醫藥臨床研究中心·香港浸會大學·香港)

**[摘要]** 本文通過對中國內地32個省、市、自治區中醫藥管理局等官方網站進行系統檢索，共獲取86版中醫藥防治方案。基於高頻方藥統計，並結合香港本地氣候特點，我們整理出了用於香港地區的中醫藥預防及治療新冠肺炎兩部分初擬方案。其中，預防方案包括防護原則、中藥及中醫外治法預防等內容，主要根據暴露風險、中醫體質差異性、基礎疾病人群以及兒童、老人特殊群體等因素，有針對性地推薦方藥；治療方案中含疾病分期、證候特點、中藥及針灸治療等方面，並根據成人與兒童不同人群特點推薦方藥。

**[關鍵詞]** 新型冠狀病毒肺炎；香港；中藥

## 研究背景：

2019年12月，新型冠狀病毒肺炎在湖北省武漢市爆發，並迅速蔓延至全國。中國政府立即回應，堅持中西醫結合、中西藥並用，維護了人民生命安全和身體健康。其中，中醫藥參與救治確診病例占比高達92%，湖北省確診病例中醫藥使用率和總有效率超過90%，以「三藥三方」為代表的針對不同證型新冠肺炎的治療方藥（含中成藥），臨床療效確切，有效降低了發病率、轉重率、病死率，促進了核酸轉陰，提高了治癒率，加快了患者的恢復期康復<sup>[1]</sup>。

2020年1月，香港出現首位感染病例，截止2021年底，香港累計確診病例已達12,649例<sup>[2]</sup>。自2022年以來，奧密克戎病毒在香港迅速傳播，單日新增確診病例最高已數千人，累計確診病例已突破6萬，香港衛生防控體系面臨巨大壓力。參考內地疫情防治經驗，中醫藥具有治未病、辨證施治、多靶點干預等獨特優勢。因此，從中醫角度探討適合香港地區預防、治療新冠肺炎的中醫診療規範和技術方案迫在眉睫。

截至2022年2月1日，在國家衛生健康委組織下，各省、市、自治區結合各地實際情況，已先後發佈數十版中醫藥防治方案。本文通過對32個省、市、自治區中醫藥管理局等官方網站進行檢索，共獲取中醫藥防治方案合計86版。其中，涉及中醫藥預防的有53版，中醫藥治療有65版，中醫藥康復有57版。基於這些已有經驗，統計整理不同類型人群的常用方藥，再結合香港實際的地理氣候特點，本研究初擬形成以下中醫藥防治方案，以期為香港疫情防控盡綿薄之力。

## 一、預防部分

### 1 防護總原則

中醫理論認為，面對疫病流行，應掌握以下原則：（1）虛邪賊風，避之有時：即避免前往人員密集且封閉的場所；適時增減衣物，注意保暖；保持室內整潔、空氣流通；出門戴口罩，勤洗手，勤更衣。（2）食飲有節，顧護脾胃：即飲食宜清淡而富有營養；少吃生冷、辛辣、油膩等不易消化的食物；忌食野生動物；適量飲水，以飲白開水和淡茶為佳，避免飲用生冷水及飲料。（3）起居有常，不妄作勞：宜順應自然變化，作息規律，勞逸結合，可根據自身情況適當練習八段錦、太極拳、呼吸六字訣等傳統導引功法。（4）心安不懼，精神內守：面對疫情不過分恐懼，保持樂觀心態，盡量保持心神安寧，情志舒暢；亦可聆聽五行音樂助心境平和。

### 2 中藥預防方

#### （1）針對高危人群（如一線醫務工作者及密切接觸人員）

中藥複方：黃芪12g、炒白朮9g、防風6g、金銀花9g、連翹9g、桑葉6g、炒牛蒡子6g、蘆根9g、炙甘草 3g。

用法：水煎服，日1劑，日2次。早晚飯後一小時溫服，每次約200ml。

中成藥：玉屏風散（丸）、貞芪扶正丸（膠囊）。

#### （2）針對非高危人群（包含普通人群、特殊人群及有基礎疾病人群）

##### ➢ 按中醫體質劃分普通人群

##### ① 平和質

症狀表現：面色、膚色潤澤，頭髮稠密有光澤，目光有神，鼻色明潤，嗅覺通利，唇色紅潤，不易疲勞，精力充沛，耐受寒熱，睡眠良好，胃納佳，二便正常。舌色淡紅，苔薄白，脈和緩有力。

中藥複方：黃芪12g、黨參9g、白朮9g、藿香6g、蒼朮6g。

用法：水煎服，日1劑，日2次。早晚飯後一小時溫服，每次約200ml。

##### ② 氣虛質

症狀表現：平素語音低弱，氣短懶言，容易感冒，精神不振，易出汗。舌淡紅，舌邊有齒痕，脈弱。

中藥複方：黨參15g、黃芪15g、白扁豆12g、藿香6g、豆蔻6g、金銀花6g。

用法：水煎服，日1劑，日2次。早晚飯後一小時溫服，每次約200ml。

##### ③ 陽虛質

症狀表現：畏寒肢冷、倦怠乏力，精神萎靡。舌質淡胖嫩，邊有齒痕，苔淡白，脈沉微無力。

中藥複方：黃芪12g、桂枝6g、防風9g、紫蘇葉12g、白扁豆12g、羌活12g、香薷9g。

用法：水煎服，日1劑，日2次。早晚飯後一小時溫服，每次約200ml。

##### ④ 陰虛質

症狀表現：手足心熱、口燥咽乾，鼻微乾，喜冷飲，大便乾燥。舌紅少苔，脈細數。

中藥複方：北沙參12g、麥冬12g、藿香6g、金銀花6g、荷葉12g、蘆根12g。

用法：水煎服，日1劑，日2次。早晚飯後一小時溫服，每次約200ml。

### ⑤ 痰濕質

症狀表現：面部皮膚油脂較多，多汗且黏，胸悶，痰多，口黏膩或甜，喜食肥甘甜膩。舌胖大，苔膩，脈滑。

中藥複方：陳皮9g、茯苓12g、藿香6g、白豆蔻6g、薏苡仁15g、法半夏6g。

用法：水煎服，日1劑，日2次。早晚飯後一小時溫服，每次約200ml。

### ⑥ 氣鬱質

症狀表現：神情抑鬱，情感脆弱，煩悶不樂。舌淡紅，苔薄白，脈弦。

中藥複方：柴胡9g、白芍9g、藿香6g、白豆蔻6g、玫瑰花9g。

用法：水煎服，日1劑，日2次。早晚飯後一小時溫服，每次約200ml。

### ⑦ 濕熱質

症狀表現：面垢油光，易生痤瘡，口苦口乾，身重困倦，大便黏滯不暢或燥結，小便短黃，男性易陰囊潮濕，女性易帶下增多。舌質偏紅，苔黃膩，脈滑數。

中藥複方：薏苡仁15g、茯苓12g、金銀花9g、連翹9g、淡竹葉15g。

用法：水煎服，日1劑，日2次。早晚飯後一小時溫服，每次200ml。

### ➤ 特殊人群

#### ① 兒童

中藥複方：生黃芪6g、炒白朮6g、防風3g、桔梗6g、炒萊菔子6g、生甘草3g。（兒童藥劑量以3-5歲為宜，其他年齡兒童酌情增減）

用法：水煎服，日1劑，日2次。早晚飯後一小時溫服，每次約150ml。

#### ② 孕婦

中藥複方：生白朮9g、黃芩6g、山藥12g、陳皮6g。

用法：水煎服，日1劑，日2次。早晚飯後一小時溫服，每次約150ml。

#### ③ 老年人

中藥複方：黨參10g、茯苓15g、炒白朮9g、黃芪12g、百合6g、麥冬10g、南沙參10g、藿香9g。

用法：水煎服，日1劑，日2次。早晚飯後一小時溫服，每次約150ml。

### ➤ 基礎疾病人群

#### ① 血糖偏高或糖尿病患者

中藥複方：黃芪12g、南沙參10g、麥冬15g、金銀花12g、蘆根15g、藿香9g。

用法：水煎服，日1劑，日2次。早晚飯後一小時溫服，每次約150ml。

#### ② 血壓偏高或高血壓患者

中藥複方：菊花9g、鉤藤10g、白芍15g、懷牛膝9g、茯苓9g、藿香9g。

用法：水煎服，日1劑，日2次。早晚飯後一小時溫服，每次約150ml。

#### ③ 冠心病等心腦血管疾病患者

中藥複方：黨參12g、麥冬9g、五味子3g、丹參9g、牡丹皮12g、藿香9g。

用法：水煎服，日1劑，日2次。早晚飯後一小時溫服，每次約150ml。

#### ④ 慢性支氣管炎、肺氣腫、支氣管哮喘等慢性呼吸系統疾病處於緩解期的患者

中藥複方：金銀花9g、藿香9g、黨參12g、炒白朮12g、防風9g、桔梗9g、生甘草9g。

用法：水煎服，日1劑，日2次。早晚飯後一小時溫服，每次約150ml。

以上雖為預防方藥，仍建議在中醫師指導下服用；服用期間如有不適，應立即停藥並及時諮詢醫師；對上述藥物有過敏史者禁用，過敏體質者慎用。

### 3 藥膳防護

#### (1) 普通人群

製作方法：薏苡仁30克、銀耳50克、百合60克、淨山藥50克、排骨500克、荷葉20克、蓮子10粒，以上食材洗淨，加水適量入煲內，慢煲三小時，適量帶湯食用。

#### (2) 體虛易感人群

製作方法：薏苡仁30克、胡蘿蔔250克、鮮百合150克、生黃芪30克、草果10克、白豆蔻10克、橘皮30克、大棗4枚、生薑3片。可憑個人喜好加入適量瘦肉，慢煲3小時後食用。

### 4 中醫外治法預防

#### (1) 佩戴香囊

處方：艾葉12g、藿香8g、薄荷8g、佩蘭8g、白芷6g、木香6g、蒼朮8g、青蒿8g、草果4g、丁香8g、肉桂8g、貫眾4g。

制法：上述藥片粉碎，過40目篩，混勻，用濾紙袋分裝或棉花包裹，一份20g，裝入布袋。

用法：將香囊放於枕邊、案頭，便於吸入芳香藥氣，也可隨身攜帶或懸掛於室內適當位置。建議2-4周更換香囊或香囊內的藥袋。

#### (2) 室內藥熏

處方：艾葉10g、石菖蒲10g、蒼朮10g、薄荷15g。

用法：加水1000ml，泡10分鐘，小火慢煮30分鐘，濃縮藥液150ml。使用時在室內進行，將薰蒸方藥液加入洗淨的家用空氣加濕器中通電薰蒸或者在鍋中持續蒸煮揮發，每天1-2次。

#### (3) 艾灸穴位

選穴：中脘、神闕、關元、足三里、氣海。

操作方法：將艾條一端點燃，對準應灸胸穴部位，距離皮膚2-3釐米熏烤，使局部有溫熱感而無灼痛為宜，一般每穴灸10-15分鐘，至皮膚紅暈為度，每日一次。

注意事項：施灸過程中，被施灸者應注意防寒保暖，室溫保持在25度左右；施灸後4小時內不宜洗澡；妊娠期婦女慎用。

#### (4) 小兒推拿

法1：運八卦

定位：手掌面，以掌心為圓心，以圓心至中指根橫紋內2/3和外1/3交界點為半徑，畫一圓，八卦穴即在此圓上。

操作：順運八卦以右手食、中二指夾住患兒拇指，然後用拇指在八卦穴順時針畫圓5分鐘。

功用：升清降濁，順氣化痰。

法2：推四橫紋

定位：四橫紋分別位於食、中、無名、小指掌指關節屈側的橫紋處4分鐘。

操作：推四橫紋時小兒四指併攏，用推拿人拇指沿四指四橫紋穴反復推。

功用：調中行氣，消脹散結。

法3：平肝散鬱

定位：肝經位於小兒食指掌面，由指尖至指根成一直線。

操作：平肝從指根推向指尖4分鐘。

功用：平息肝風，開鬱除煩。

法4：清肺利咽

定位：肺經位於小兒無名指掌面，由指尖至指根成一直線。

操作：清肺從指根推向指尖4分鐘。

功用：順氣化痰，止咳利咽。

### (5) 刮痧部位

操作：選取百會、印堂、太陽、曲池、合穀、脊柱兩側（華佗夾脊穴或膀胱經）等處，向下或向內、向外輕輕反復刮動。于肘窩、臑窩等處，可以用拍打法，向下或向內、向外反復由輕到重拍打。

### (6) 足部浸浴

處方：當歸20g、黃芪30g、藿香20g、佩蘭15g、生薑15g。

用法：水2000ml，水煎45分鐘，取汁，入桶中足浴。每日一次，每次30分鐘，以全身微微汗出為度。

## 二、治療部分（成人）

### 1 處於醫學觀察期（疑似病例）

#### (1) 中成藥干預

臨床表現1：乏力伴胃腸不適；推薦中成藥：藿香正氣膠囊（丸、水、口服液）。

臨床表現2：乏力伴發熱；推薦中成藥：金花清感顆粒、連花清瘟膠囊（顆粒）、疏風解毒膠囊（顆粒）。

#### (2) 針灸干預

主穴：①風門、肺俞、脾俞；②合谷、曲池、尺澤、魚際；③氣海、足三里、三陰交；每次每組穴位可選擇1-2穴使用。

配穴：兼發熱、咽乾、乾咳，配大椎、天突、孔最；兼嘔惡、便溏、舌苔膩、脈濡，配中脘、天樞、豐隆；兼疲乏無力、食欲不振，配中脘、臍週四穴（臍中上下左右各旁開1寸）、脾俞；兼流涕、肩背痠楚、舌淡苔白、脈緩，配天柱、風門、大椎。

治法：激發人體的正氣與肺脾臟器功能，潰散分離和去除疫邪，使臟器禦邪能力增強。

### 2 處於臨床治療期（即已確診病例）

#### (1) 清肺排毒湯

處方來源：國家衛生健康委辦公廳 國家中醫藥管理局辦公室《關於推薦在中西醫結合救治新型冠狀病毒感染的肺炎中使用「清肺排毒湯」的通知》（國中醫藥辦醫政函〔2020〕22號）。

適用範圍：輕型、普通型、重型患者，在危重型患者救治中需結合患者實際情況合理使用。

基礎方劑：麻黃9g、炙甘草6g、杏仁9g、生石膏15-30g（先煎）、桂枝9g、澤瀉9g、豬苓9g、白朮9g、茯苓15g、柴胡16g、黃芩6g、姜半夏9g、生薑9g、紫菀9g、冬花9g、射干

9g、細辛6g、山藥12g、枳實6g、陳皮6g、藿香9g。

服法：傳統中藥飲片，水煎服。每天一付，早晚各一次（飯後四十分鐘），溫服，三付一個療程。如有條件，每次服完藥可加服大米湯半碗，舌幹津液虧虛者可多服至一碗。（注：如患者不發熱則生石膏的用量要小，發熱或壯熱可加大生石膏用量）。若症狀好轉而未痊癒則服用第二個療程，若患者有特殊情況或其他基礎病，第二療程可以根據實際情況修改處方，症狀消失則停藥。

## （2）針灸治療

主穴：①合穀、太沖、天突、尺澤、孔最、足三里、三陰交；②大杼、風門、肺俞、心俞、膈俞；輕型每次在①、②組主穴中各選2-3穴。

配穴：發熱不退加大椎、曲池；或十宣、耳尖放血；胸悶氣短加內關、列缺；或巨闕、期門、照海；咳嗽咯痰加列缺、豐隆、定喘；腹瀉便溏加天樞、上巨虛；兼咳吐黃痰、粘痰、便秘，加天突、支溝、天樞、豐隆；兼低熱或身熱不揚，或未熱，嘔惡，便溏，舌質淡或淡紅，苔白或白膩，加肺俞、天樞、腹結、內關。

治法：鼓動肺脾正氣，保護臟器減少損傷；驅除疫邪，培土生金，截斷病勢，舒緩情緒，增強戰勝病邪信心。

在不同階段，建議根據病情宜針則針，宜灸則灸，或針灸合用，或配合穴位貼敷、耳針、穴位注射、刮痧、小兒推拿、穴位按摩等。針刺平補平瀉，每穴留針20~30分鐘；艾灸，每穴灸10~15分鐘。每天治療一次。具體操作請參照國家標準「針灸技術操作規範」以及臨床經驗實施。

## 3 符合新冠肺炎輕型診斷

### （1）寒濕鬱肺證

臨床表現：發熱，乏力，周身酸痛，咳嗽，咯痰，胸緊憋氣，納呆，噁心，嘔吐，大便粘膩不爽。舌質淡胖有齒痕或淡紅，苔白厚腐膩或白膩，脈濡或滑。

推薦處方：寒濕疫方：生麻黃6g、生石膏15g、杏仁9g、羌活15g、葶藶子15g、貫眾9g、地龍15g、徐長卿15g、藿香15g、佩蘭9g、蒼朮15g、雲苓45g、生白朮30g、焦三仙各9g、厚樸15g、焦檳榔9g、煨草果9g、生薑15g。

服法：每日1劑，水煎600ml，分3次服用，早中晚各1次，飯前服用。

### （2）濕熱蘊肺證

臨床表現：低熱或不發熱，微惡寒，乏力，頭身困重，肌肉酸痛，乾咳痰少，咽痛，口幹不欲多飲，或伴有胸悶脘痞，無汗或汗出不暢，或見嘔惡納呆，便溏或大便粘滯不爽。舌淡紅，苔白厚膩或薄黃，脈滑數或濡。

推薦處方：檳榔10g、草果10g、厚樸10g、知母10g、黃芩10g、柴胡10g、赤芍10g、連翹15g、青蒿10g（後下）、蒼朮10g、大青葉10g、生甘草5g。

服法：每日1劑，水煎400ml，分2次服用，早晚各1次。

### （3）兒童之風熱犯衛證

臨床表現：咽乾咽痛，鼻塞流涕，或有低熱，或見頭痛，納食正常，大便幹或正常，無明顯嗅覺、味覺異常。咽紅，舌質紅或淡紅，苔薄膩，脈浮或浮數。

治則治法：疏風解表，清熱解毒。

推薦處方：金銀花10g、連翹10g、薄荷6g（後下）、荊芥穗10g、射干10g、桔梗10g、蘆根15g、淡豆豉10g、黃芩10g、板藍根10g、玄參10g、甘草6g。

臨證加減：發熱者，加柴胡10g、香薷6g；鼻塞者，加辛夷6g；大便幹結者，加大黃5g。

另，臨床偶有風寒束表證，症見鼻塞不暢，輕咳少涕，舌淡紅，苔薄白，脈浮緊，藥用荊防敗毒散化裁。但病程短暫，易於熱化，咽紅為其熱化辨識要點。

#### （4）兒童之風熱襲肺證

臨床表現：發熱，偶見惡風，輕咳或咳嗽有痰，口渴喜飲，病程中偶見皮疹、臍周腹痛，納食尚可，大便正常或秘結。咽紅，舌質紅，苔薄黃膩或黃厚，脈浮數或滑。

治則治法：疏風清熱，宣肺解毒。

推薦處方：蜜麻黃3-6g、杏仁6-10g、生石膏15-30g（先煎）、薄荷6g（後下）、青蒿6g（後下）、金銀花10g、連翹10g、桔梗10g、枳殼10g、紫菀10g、蘆根15g、淡豆豉10g、黃芩10g、赤芍10g、甘草6g。

臨證加減：咳嗽重者，加前胡10g、白前10g；大便秘結者，加厚樸10g、大黃5g；熱甚者，加羚羊角粉0.3g；皮疹者，加蟬蛻3g、白鮮皮10g。

## 結語

本文參考中國內地中醫藥疫情防治經驗，結合香港當地特點，初擬了一份中醫藥預防及治療新冠肺炎方案。我們旨在基於前期研究基礎，包括對新冠肺炎不同時期（如恢復期）及不同人群（如兒童）的中醫藥診療方案統計分析，以及香港地區氣候變化與傳染病流行關聯性的研究數據等，初步探討適合香港本地的中醫藥防治新冠肺炎方案，以期為當前嚴峻的疫情提供中醫藥助力，亦敬請同道給予寶貴意見。

---

參考文獻：

[1] 中華人民共和國國務院新聞辦公室.《抗擊新冠肺炎疫情的中國行動》白皮書.

<http://www.scio.gov.cn/ztk/dtzt/42313/43142/index.htm>.

[2] 香港特別行政區政府. 新型冠狀病毒肺炎疫情分佈. <http://2019ncov.chinacdc.cn/2019-nCoV/>.

Abstract: In this study, a total of 86 Chinese medicine prevention and treatment protocols were obtained by systematically search on official websites of 32 provinces, municipalities and autonomous regions of China, including the Chinese Medicine Administration. Based on the high-frequency prescription statistics and the climatic characteristics of Hong Kong, we have drafted two preliminary protocols for the prevention and treatment of COVID-19 in Hong Kong. The prevention protocol includes the principles of protection, Chinese herbal medicine, and Chinese external treatments for prevention, etc. The prescriptions are classified according to the different factors, such as risk of exposure, the constitution variability of Chinese medicine, population with chronic diseases, and the special groups of children and the elderly, etc. The treatment protocol includes the disease stages, pattern and symptoms, Chinese medicine and

acupuncture treatment, etc. The prescriptions are recommended based on the characteristics of different populations of adults and children.

Key Words: COVID-19; Hong Kong ; Chinese medicine

( 編委：黃賢樟審校 2022.03.16 )

香港註冊中醫學會 版權所有  
Copyright HKRCMP All Rights Reserved