

# 中醫治療長新冠的概況及認識

## Narrative review on Chinese medicine treatment for long COVID

薛亮<sup>1</sup> 陳海勇<sup>2</sup> XUE Liang, CHEN Haiyong

(1. 香港防癆會-香港大學中醫診所暨教研中心灣仔區, 2. 香港大學中醫藥學院)

**[摘要]** 約有七成新型冠狀病毒肺炎患者在核酸及抗原檢測呈陰性後半年, 仍有咳嗽、胸悶、眩暈、氣短、乏力等後遺症, 並伴有睡眠障礙、情緒抑鬱, 影響日常生活, 稱之為長新冠。目前各地對於長新冠的用藥習慣及常用方劑不盡相同。故本文回顧目前已經發表的相關文獻, 並歸納為三種常見中醫分型: 氣陰兩虛型、脾肺氣虛型及氣虛血瘀型, 同時重點闡述各類型代表方劑, 為臨床治療長新冠患者提供思路。

**[關鍵詞]** 新型冠狀病毒肺炎; 後遺症; 長新冠; 中醫藥

新型冠狀病毒肺炎 (簡稱新冠肺炎) 是由嚴重急性呼吸綜合徵冠狀病毒2 (Severe Acute Respiratory Syndrome, SARS-CoV-2) 引起的一種以肺系感染為主要表現的疾病<sup>[1]</sup>。世界衛生組織 (WHO) 目前分類的「關切的變異株」(variant of concern, VOC) 包括阿爾法 (Alpha)、貝塔 (Beta)、伽瑪 (Gamma)、德爾塔 (Delta) 和奧密克戎 (Omicron)<sup>[2]</sup>。目前, 全球範圍內Omicron株已成為主要流行株<sup>[3]</sup>。截止2022年5月底, 全球範圍感染人數累積超過5.2億<sup>[4]</sup>。

據文獻資料顯示, 七成患者在核酸及抗原檢測呈陰性後半年, 仍有咳嗽、胸悶、眩暈、氣短、乏力等後遺症, 並伴有睡眠障礙、情緒抑鬱, 影響日常生活, 稱長新冠 (long COVID)<sup>[5]</sup>。與新冠康復期不同, 長新冠除呼吸系統症狀外, 還會出現其他系統不適症狀、認知或精神健康問題<sup>[6-8]</sup>。中醫藥被廣泛用於防治醫學觀察期、感染後輕重危症各期及恢復期康復等各個階段<sup>[9]</sup>。

新型冠狀病毒肺炎屬於中醫學「疫病」範疇, 如《素問·刺法論》中「五疫之至, 皆相染易, 無問大小, 病狀相似」的論述。疫邪由口鼻而入, 主要病位在肺, 亦累及脾、胃等多個臟器<sup>[2]</sup>。病機特點為「濕、熱、毒、瘀、虛」<sup>[10]</sup>。目前不同醫家對本病病性存有不同觀點, 包括濕毒疫<sup>[2]</sup>、寒濕疫<sup>[11]</sup>、風熱疫毒<sup>[12-14]</sup>等, 凸顯出不同時節、不同地域可能影響本病的病性。因此中醫藥治療時強調因人、因時、因地制宜。對於新冠肺炎存在多種變異株類型, 各地各時期對於長新冠的用藥習慣及常用方劑不盡相同。本文根據其常見中醫分型重點闡述長新冠的中醫藥治療, 為臨床治療長新冠患者提供思路。

## 1 中醫辨證施治

### 1.1 氣陰兩虛型

肺為嬌臟, 當疫毒時邪侵襲後, 使肺衛被傷, 精津受損, 肺絡受累則正氣虧損, 形成氣陰兩虛。臨床表現包括: 乏力, 氣短, 口乾, 口渴, 心悸, 汗多, 納差, 低熱或不熱, 乾咳少痰, 舌乾少津, 脈細或無力。一項針對武漢地區新冠康復者中醫證候的橫斷面調查顯示氣陰兩虛為最常見的證型之一<sup>[15]</sup>。其中常用方劑包括生脈散、竹葉石膏湯、沙參麥冬湯及養陰清肺湯, 治則以潤肺養陰為主 (表1)。

上述四方均有益氣養陰之功, 但側重不同。其中生脈散具有益氣生津, 斂陰止汗之功, 適用於肺氣偏虛型患者。多個臨床研究均顯示生脈散可有效改善新冠恢復期咽乾、盜汗、精神疲倦等症狀<sup>[16-18]</sup>; 竹葉石膏湯具有清熱生津之功, 臨證應視「熱」、「虛」之盛衰而加減用之<sup>[19]</sup>, 適用於胃熱偏甚型患者。多地新冠診療方案均提到生脈散合竹葉石膏湯加減用於恢復期餘邪未盡、氣陰兩傷證<sup>[20-23]</sup>; 沙參麥冬湯具有清養肺胃、生津潤燥之功, 適用於肺胃陰虛型患者。研究顯示沙參麥冬湯可降低肺炎患者機體炎症反應及改善肺功能<sup>[24]</sup>, 並適用於兒

童肺炎恢復期<sup>[25]</sup>；養陰清肺湯具有養陰潤燥，兼有清肺利咽之功。有地區對於無明顯發展肺纖維化的康復期新冠患者採用養陰清肺湯加減治療<sup>[26]</sup>。既往研究顯示該方可作用於數個慢性阻塞性肺炎靶點<sup>[27-29]</sup>，對於本身有肺部疾患的長新冠患者的治療有啟發作用。

### 1.2 脾肺氣虛型

濕為新冠疫毒的屬性之一<sup>[30]</sup>，邪氣犯肺，影響肺之水液輸佈功能；濕亦困脾，運化失司，導致濕濁困遏中上焦。或由於染疫期間，咳喘時間長，子病及母，致恢復期脾肺兩虛。臨床表現包括：氣短、精神疲倦，納差，痞滿、大便無力或大便溏瀉，舌體胖大，苔白膩，脈細。治療以健脾益肺，即「培土生金」法，當用補脾土的藥物以調補中州，從而使中氣充足，肺臟受益<sup>[31]</sup>。

經文獻統計<sup>[32]</sup>，脾肺氣虛型恢復期治療最常用的中藥包括：人參、黃芪、黨參、茯苓、白朮、甘草，均以六君子湯、參苓白朮散為基礎加減變化。六君子湯、參苓白朮散均有健脾益氣的功效，但側重不同（表1）。六君子湯益氣健脾、燥濕化痰，適用於脾胃氣虛兼有痰濕型患者。藥理研究顯示六君子湯加減可抑制冠狀病毒增殖及炎症發生，且抗病毒效果可持續致感染後期<sup>[33]</sup>，並可減輕長新冠患者體內炎症反應，改善免疫功能<sup>[34]</sup>。另有回顧性臨床研究顯示四君子湯加減可緩解新冠治療後（脾肺氣虛型）產生的肝損傷<sup>[35]</sup>；參苓白朮散具有益氣健脾、和胃滲濕的功效，適用於脾虛腹瀉的患者。網絡藥理研究顯示人參、白扁豆、薏苡仁對於肺纖維化靶點有一定干預作用<sup>[36]</sup>並具有與新冠肺炎靶點結合的潛能<sup>[37]</sup>，提示參苓白朮散可透過作用於免疫炎症反應、調節腸道菌群，從而治療長新冠。

### 1.3 氣虛血瘀型

《臨證指南醫案》提出「久發頻發之恙，必傷及絡，絡乃聚血之所，久病必瘀閉」。病理研究亦顯示部分新冠恢復期患者肺泡內有殘存病灶，體內存在纖溶異常及高凝狀態<sup>[38]</sup>。由此可見長新冠患者無論虛實均能出現血瘀，從而進一步加重氣滯<sup>[39]</sup>。臨床表現包括：四肢痺痛、舌診時見瘀斑、瘀點。治則以補氣活血為主。

有研究統計長新冠治療中活血類使用頻次較高的中藥為：丹參、川芎、當歸、桃仁等<sup>[40]</sup>。其中丹參具有活血調經、涼血消癰、清心安神之功。基礎研究表明丹參對於新冠恢復期所致肺纖維化有潛在靶點作用<sup>[41]</sup>。川芎具有活血行氣、祛風止痛之功，當歸有補血活血作用，基礎研究表明上述兩味中藥以1:2比例運用可以抑制肺纖維化模型大鼠TGF- $\beta$ 1/Smad信號通路<sup>[42]</sup>。部分地區專家共識中，對於已康復患者胸部CT仍呈現肺野透亮度減低、肺紋理增粗的情況，建議可用預防肺纖維化協定方<sup>[43]</sup>及選用含赤芍、桃仁、丹參、郁金等的中藥方劑，均體現補氣活血的治療思路。研究顯示中成藥補肺活血膠囊（組成包含黃芪，赤芍，補骨脂；國藥準字：Z20030063）作用可作用於新冠肺炎的25個關鍵作用靶點<sup>44</sup>。除此之外，理氣活血藥亦有亦於長新冠失眠患者，臨床研究顯示安神顆粒（組成包含當歸、白芍、柴胡、茯苓、炒白朮、炙百部、合歡皮等；國藥準字：Z20033214）可改善患者睡眠質量<sup>45</sup>。

## 2 針灸治療

《備急千金要方》中「凡人吳蜀地遊官，體上常須三兩處灸之，勿令瘡暫瘥，則瘡痛溫瘡毒氣不能着人也。」表明針灸可以治療預防傳染病。對於長新冠患者治則以扶正為核心。主穴包括：內關、足三里、中脘、天樞、氣海，其中有研究統計足三里使用頻次最高<sup>[46]</sup>，顯示「培土生金」法在恢復期的重要性；氣陰兩虛型加配合谷、復溜、太溪等；脾肺氣虛型加配膻中、上脘、陰陵泉等；痰瘀阻絡型加配背俞穴、豐隆、定喘等<sup>[47]</sup>。另外，臨床研究顯示中藥貼敷、功法鍛鍊、刮痧、拔罐均可辨證使用於長新冠患者<sup>[48-50]</sup>。

表1長新冠常用方劑

序號	方劑名	組成	功效主治
1	生脈散	人參、麥冬、五味子	益氣生津，斂陰止汗

2	氣陰兩虛推薦方	北沙參、南沙參、麥冬、西洋參、五味子、生石膏、淡竹葉、桑葉、蘆根、生甘草	益氣養陰，清肺潤燥
3	沙參麥冬湯	沙參、麥冬、玉竹、桑葉、生扁豆、天花粉、生甘草	清養肺胃，生津潤燥
4	養陰清肺湯	生地、麥冬、生甘草、玄參、貝母、丹皮、薄荷、炒白芍	養陰潤燥，清肺利咽
5	養陰清肺湯加減	生地、麥冬、北沙參、丹皮、茯苓、白朮、全栝樓、茵陳、黃芩、桑葉、厚朴、生甘草	養陰潤燥，清熱化痰
6	六君子湯	陳皮、半夏、茯苓、人參、白朮、生甘草	益氣健脾，燥濕化痰
7	參苓白朮散	人參、茯苓、白朮、山藥、蓮子肉、薏苡仁、砂仁、桔梗、白扁豆	益氣健脾，和胃滲濕
8	肺脾兩虛推薦方	黨參、法半夏、陳皮、茯苓、炙黃芪、藿香、砂仁	補脾益肺，化濕開胃
9	預防肺纖維化協定方	黃芪、太子參、紅景天、丹參、川芎、路路通、法半夏	健脾益氣，活血通絡
10	已發展為肺纖維化方	北沙參、全瓜蒌、桂枝、製附子、生地、黃芩、玉竹、綿茵陳、丹皮、枳殼、炙甘草	養陰化痰，化瘀通絡
11	補肺活血膠囊（中成藥）	黃芪，赤芍，補骨脂	補氣活血，補腎納氣
12	安神顆粒（中成藥）	當歸、白芍、柴胡、茯神、炒白朮、炙百部、合歡皮等	養血疏肝，解鬱安神

### 3 討論

新冠肺炎屬於「疫毒」範疇，邪氣從口鼻而入，首先損傷肺臟，繼而累積其他臟腑。《瘟疫論》「邪之傷人也，始而傷氣」提示疫證後正氣必損，故調補正氣為核心是治療長新冠的核心。最常分型為氣陰兩虛及肺脾氣虛。

新冠肺炎病程長短不一，輕證患者抗原或核酸轉陰的時間平均為3~7天，而重症患者可達14天以上。對於

康復期患者，呼吸系統症狀如咳嗽、咯痰、流涕等仍為主要表現，可理解為餘邪未盡，治療常以祛邪扶正為主，方藥中仍以止咳化痰藥為主。而長新冠患者，除部分仍持續有呼吸道症狀外，還常出現記憶力減退、精神疲倦、心情抑鬱、失眠、脫髮等慢性疲勞綜合徵的症狀，故治療側重補氣，並加用理氣開鬱類、活血化瘀類中藥。另外，新冠後遺症的肺纖維化存在不可逆性，故亦是今後中藥治療的挑戰之一。

#### 參考文獻：

- [1] Jin Y, Yang H, Ji W, et al. Virology, Epidemiology, Pathogenesis, and Control of COVID-19. *Viruses*. 2020;12(4):372. Published 2020 Mar 27.
- [2] 國家衛生健康委員會,國家中醫藥管理局. 新型冠狀病毒肺炎診療方案(試行第九版). 2022(3).
- [3] Andrews N, Stowe J, Kirsebom F, et al. Covid-19 Vaccine Effectiveness against the Omicron (B.1.1.529) Variant. *N Engl J Med*. 2022;386(16):1532-1546.
- [4] World Health Organization. COVID-19 Weekly Epidemiological Update. Edition 94, published 1 June 2022.
- [5] HUANG C, HUANG L, WANG Y, et al. 6-month consequences of COVID-19 in patients discharged from hospital: a cohort study[J]. *The Lancet*, 2021, 397(10270):220-232.
- [6] Lopez-Leon S, Wegman-Ostrosky T, Perelman C, et al. More than 50 long-term effects of COVID-19: a systematic review and meta-analysis. *Sci Rep*. 2021;11(1):16144.
- [7] Taribagil P, Creer D, Tahir H. 'Long COVID' syndrome. *BMJ Case Rep*. 2021;14(4):e241485. Published 2021 Apr 19.
- [8] Raveendran, A V et al. 「Long COVID: An overview.」 *Diabetes & metabolic syndrome* vol. 15,3 (2021): 869-875.
- [9] Huang K, Zhang P, Zhang Z, et al. Traditional Chinese Medicine (TCM) in the treatment of COVID-19 and other viral infections: Efficacies and mechanisms. *Pharmacol Ther*. 2021;225:107843.
- [10] 國家中醫藥管理局. 中醫治療新冠肺炎的經驗. 2020.4.1.
- [11] 全小林,李修洋,趙林華,等. 從「寒濕疫」角度探討新型冠狀病毒肺炎的中醫藥防治策略[J]. *中醫雜誌*,2020,61(6):465-470.
- [12] 高倩林,路平. 75例新型冠狀病毒肺炎患者中醫證候及病因病機分析[J]. *中國中醫急症*,2021,30(1):8-9,47.
- [13] 李曉鳳,張少強,叢紫東,等. 新型冠狀病毒肺炎中醫診斷及辨證治療思考[J]. *中華中醫藥學刊*,2020,38(5):21-24.
- [14] 方邦江,蘇紅,趙軟金,等. 新型冠狀病毒奧密克戎變異株感染中醫藥防治專家共識[J]. *中國急救醫學*,2022,42(4):277-280.
- [15] 鄭丹文,劉慧玲,徐曉花,等. 新型冠狀病毒肺炎患者出院5~8個月後中醫證候分析[J]. *暨南大學學報(自然科學與醫學版)*,2021,42(4):432-440.
- [16] 何青,張齊娟. 生脈散治療新型冠狀病毒肺炎恢復期氣陰兩虛證臨床療效分析[J]. *中醫藥學報*,2021,49(3):84-86.
- [17] 田野,李瑞明,任紅微,等. 生脈散用於新型冠狀病毒肺炎恢復期治療的可行性探討[J]. *藥物評價研究*,2020,43(3):378-383.
- [18] 李佳川,李思穎,王優,等. 全國23個省市區新型冠狀病毒肺炎中醫藥防治方案用藥規律探討與分析[J]. *西南民族大學學報(自然科學版)*,2020,46(2):141-160.
- [19] 袁慧敏,孫燕,張玉鑫,等. 竹葉石膏湯方證與臨床[J]. *中醫藥學報*,2021,36(2):278-281.
- [20] 北京中醫藥學會肺系病專業委員會. 新型冠狀病毒肺炎恢復期中醫藥綜合幹預方案專家指導意見(草案)[J]. *北京中醫藥*,2020,39(2):102-104.
- [21] 劉城鑫,盧以茜,洪森楷,等. 解讀《新型冠狀病毒肺炎恢復期中醫藥綜合幹預方案專家指導意見(草案)》[J]. *中國中醫基礎醫學雜誌*,2020,26(9):1261-1264.
- [22] 張煒,吳銀根,張惠勇,等. 《上海市新型冠狀病毒感染的肺炎中醫診療方案(試行)》解讀[J]. *上海中醫藥雜誌*,2020,54(3):1-4.
- [23] 王傳池,吳珊,江麗傑,等. 全國各地區新型冠狀病毒肺炎中醫藥診治方案綜合分析[J]. *世界科學技術-中醫藥現代化*,2020,22(2):257-263.
- [24] 楊帆,李海濤. 沙參麥冬湯對肺炎患者血清炎症指標及免疫功能的影響研究[J]. *長春中醫藥大學學報*,2022,38(4):402-405.
- [25] 祝海波,周苗苗,楊瑛,等. 中醫調治方案在兒童肺炎恢復期(肺脾氣虛證、陰虛肺熱證)中的療效研究[J]. *遼寧中醫雜誌*,2020,47(10):86-89.
- [26] 衛生福利部台灣中醫藥研究所. 《新型冠狀病毒中醫臨床分期治療指引》(2020年6月1日修訂)
- [27] 於渺,狄舒男,鞠海洋,等. 新型冠狀病毒肺炎傳變與證治[J]. *中醫藥學報*,2020,35(10):2044-2047.
- [28] 袁梓珂,蔡孟成,金永生. 基於網絡藥理學聯合差異分析及分子對接探討養陰清肺湯幹預慢性阻塞性肺疾病的作用機制[J]. *醫學研究生學報*,2022,35(1):41-45.
- [29] 符尚林,鍾燕,秦文靜. 養陰清肺湯佐治老年慢性阻塞性肺氣腫臨床研究[J]. *中國藥業*,2021,30(14):70-73.
- [30] 楊道文·李得民·恩思祥·等. 關於新型冠狀病毒肺炎的中醫病因病機的思考[J]. *中醫雜誌*,2022,61(7):557-560.
- [31] 謝佩芳,李慧,馬欽海,等. 新冠肺脾氣虛方對體外新冠病毒增殖及炎症因子表達的影響[J]. *中國藥理學通報*,2022,38(3):460-469.
- [32] 龐穩泰,金鑫瑤,龐博,等. 中醫藥防治新型冠狀病毒肺炎方證規律分析[J]. *中國中藥雜誌*,2020,45(6):1242-1247.
- [33] 王娟,郭永博,謝曉燕,等. 培土生金法對新冠肺炎肺脾氣虛證患者免疫功能和炎症指標的影響[J]. *中醫藥學報*,2021,36(5):905-909.
- [34] 張品,吳曉晨,陳志斌,等. 六君子湯化裁在新型冠狀病毒肺炎恢復期的應用[J]. *中醫藥通報*,2020,19(5):7-10.
- [35] 夏露,吳歡,劉平,等. 中西醫結合治療新型冠狀病毒肺炎100例療效及肝損傷情況分析[J]. *上海中醫藥雜誌*,2020,54(7):23-2.
- [36] 邊亞倩,馬婧,任越,等. 基於VEGFR、FGFR探討中藥方劑對COVID-19後遺癥肺纖維化的幹預作用[J]. *中國中藥雜誌*,2020,45(7):1481-1487.
- [37] 林彤,李麗,梁彩君,等. 參苓白朮散治療新型冠狀病毒肺炎恢復期的網絡藥理學探討[J]. *中國醫院用藥評價與分析*,2020,20(12):1433-1436,1441.
- [38] 楊雯惠,張天宇,蘇益麒,等. 從「肺絡瘀」論治新型冠狀病毒肺炎恢復期[J]. *長春中醫藥大學學報*,2022,38(1):9-12.
- [39] 朱元章,何志高,張明. 中藥防治新型冠狀病毒肺炎(COVID-19)恢復期肺纖維化的作用[J]. *中成藥*,2021,43(8):2224-2229.
- [40] 邊亞倩,馬婧,任越,等. 基於VEGFR、FGFR探討中藥方劑對COVID-19後遺癥肺纖維化的幹預作用[J]. *中國中藥雜誌*,2020,45(7):1481-1487.
- [41] 徐華,夏彬,歐陽玉珍,等. 丹參酮IIA通過iNOS緩解小鼠肺纖維化[J]. *基礎醫學與臨床*,2016,36(8):1113-1117.
- [42] 王麗娟,董小鵬,杜強. 當歸、川芎聯合應用對肺纖維化模型大鼠TGF- $\beta$ 1/Smad信號通路的影響[J]. *中成藥*,2021,43(6):1451-1456.
- [43] 李芹,陳志斌. 福建省中醫藥防治新型冠狀病毒肺炎專家共識(第四版2021年)[J]. *福建中醫藥*,2021,52(9):1-3,5.
- [44] 郭盛,武文星,謝紅,等. 基於網絡藥理學與分子對接技術的補肺活血膠囊用於新型冠狀病毒肺炎(COVID-19)恢復期治療的分子機制研究[J]. *中草藥*,2020,51(9):2307-2316.

- [45] 李昀澤,姚陽婧,高坤,等. 安神顆粒治療新型冠狀病毒肺炎合並失眠110例臨床療效觀察[J]. 遼寧中醫雜誌,2020,47(10):80-83.
- [46] 王福民,孫思涵,銀子涵,等. 新型冠狀病毒肺炎恢復期針刺治療的選穴規律分析[J]. 世界科學技術-中醫藥現代化,2020,22(10):3493-3498.
- [47] 中國針灸學會. 新型冠狀病毒肺炎針灸幹預的指導意見(第二版)[J]. 中國針灸,2020,40(5):462-463.
- [48] 朱津麗,張碩,秦雲普,等. 新型冠狀病毒肺炎後遺癥及中西醫康復研究概況[J]. 中醫雜誌,2021,62(24):2198-2203.
- [49] 段雲嫻,朱春艷,吳盼盼,等. 中西醫結合護理新型冠狀病毒肺炎60例[J]. 河南中醫,2020,40(7):990-993.
- [50] 範靈勝,余延芬,劉君,等. 刮痧療法幹預新型冠狀病毒肺炎恢復期的分析和建議[J]. 河北中醫藥學報,2020,35(3):54-57.

Abstract: Around 70% of COVID-19 suffers have cough, tightness of breath, dizziness, short of breath, and fatigue after these suffers return to negative in COVID-19 tests for a half year. These suffers also encounter sleep disturbance, emotional problems, and difficulties in daily life. Symptoms manifested in these suffers are named as long COVID-19. Recently, different Chinese Medicine formula have been applied to treat long COVID. In this review, we summarized three differentiated syndromes, and provided the relevant Chinese Medicine formula for long COVID.

Key words: COVID-19; Post COVID-19 Syndrome; Long COVID; Chinese Medicine

( 編委：張群湘審校2022.09.25 )