



香港浸會大學
HONG KONG BAPTIST UNIVERSITY

School of 中醫藥學院
Chinese Medicine

中醫治療流行性感冒的臨床方法與思考

香港浸會大學中醫藥學院

臨床部高級講師

張學斌博士

2018年1月14日

流行性感冒（Influenza）的概念

簡稱流感：是由流感病毒A、B、C三型引起的一種急性呼吸道傳染病，通過飛沫、空氣傳播及人與人之間近距離接觸傳播。

特點：其特點是容易發生變異，可感染人和多種動物，傳染性強，發病率高，可引起暴發流行或大流行和中小流行。

臨床症狀：主要表現為發熱，可伴有流涕、鼻塞、咳嗽、咽痛、頭痛、全身不適，部分患者可有噁心、腹痛、腹瀉、稀水樣便等消化道症狀。重症患者還可出現肺炎、腦炎、呼吸窘迫等表現，甚至可導致死亡。

中醫學對流感的認識一

▶ 中醫將傳染性、流行性疾病歸於“外感熱病”、“時行感冒”、“溫病”、“瘟疫”、“疫癘”範疇中。

1. 《內經》最早把傳染病定名為疫、癘,如《素問·刺法論》說:“五疫之至,皆相染易,無問大小,病狀相似”。《素問·六元正紀大論》說:“溫癘大行,遠近鹹若”,“癘大至,民善暴死”。

2. 《難經》裡說到“傷寒有五,有中風,有傷寒,有濕溫,有熱病,有溫病。”

3. 《傷寒論》中傷寒是指一切外感病的總稱,外感風、寒、暑、濕、燥、火,乃至包括疫癘之氣等。外感病有一個共同的特點,就是有發熱,所以**廣義**傷寒也是“一切外感熱病的總稱”。

中醫對流感的認識二

在瘟疫盛行的明清時期，對流行傳染病有更為深入系統的認識和較豐富的防治措施。

葉天士在《溫熱論》中言：“溫邪上受，首先犯肺，逆傳心包。肺主氣屬衛，心主血屬營，辨營衛氣血雖與傷寒同，若論治法則與傷寒大異也。”

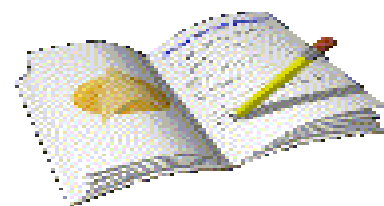
吳又可《溫疫論》說“傷寒與中暑，感天地之常氣，疫者感天地之癘氣”，又指出“夫溫疫之為病，非風、非寒、非暑、非濕，乃天地間別有一種異氣所感”。

吳鞠通《溫病條辨》提出“治上焦如羽，非輕不舉”，“治中焦如衡，非平不安”，“治下焦如權，非重不沉”，作為三焦溫病的治療原則。

中醫治療流感的策略

中醫預防治療流行傳染病，有一套独特的方法論。

- (一) 預防流感，提倡“治未病”；
- (二) 治療流感，遵循“辯證施治”；
- (三) 強調整體觀念及三因制宜。



中醫預防流感的思路

1. 強調天人合一與整體觀念、三因制宜；
2. 強調預防為主“治未病”；《素問遺篇·刺法》說到“正氣存內、邪不可干”；
3. 強調避其毒氣；《素問·上古天真論》言“虛邪賊風，避之有時”。

預防流感具體方法一

- ▶ 首先做好**生活起居預防**。包括：
 - (一) 「虛邪賊風，避之有時」，及時增減衣物，以適寒溫。
 - (二) 「食飲有節」，飲食要適時、適量、適溫，少進刺激之品。
 - (三) 「起居有常」，作息要有規律，適量運動、早睡。
 - (四) 「精神內守、病安從來」，保持心態平衡，「恐則氣下，驚者氣亂」，對流感產生恐懼之心，也可導致氣機逆亂，更易招致外感。

預防流感具體方法二

(一) 在中醫師指導下進行**飲食預防**。通過恰當的食物以及藥膳形式來強身健體，防止疾病。飲食宜清淡，少食煎炸辛熱及肥膩食物（易化生積熱），對預防流感也有幫助。

1. 氣候寒冷時**飲食預防**服用**蘇葉生薑紅糖茶**

組成：蘇葉10克、生薑2~3薄片、紅糖適量。（壹人份量）

製作、食用方法：以清水一碗煮滾10~15分鐘，溫服。

服用次數：每周服2-3次，流感高峰期每周3-5次。

飲食預防

2. 素體偏熱者飲食預防服用以下三組配搭

(1) 組成：蔥白15克、白蘿蔔30克、芫茜3克。

製作、食用方法：以清水三碗，煲成一碗，溫服。

(2) 組成：桑葉3克、菊花3克、蘆根10克。

製作、食用方法：沸水一杯浸泡代茶。

(3) 組成：鮮魚腥草30-60克。

製作、食用方法：開水焯熟後，蒜汁加醋涼拌或蘸醬吃 或 蒜汁加醋涼拌。

飲食預防

3. 素體多濕熱者飲食預防服用以下三種配搭

(1) 組成：綠豆60克、生甘草6克、生薏米20克

製作、食用方法：以清水兩碗，煲成一碗，溫服。

(孕婦不宜)

(2) 組成：赤小豆15克、綠豆15克

製作、食用方法：以清水兩碗，煲成一碗，溫服，

(孕婦不宜)

(3) 組成：鮮馬齒莧30-60克

製作、食用方法：開水焯熟後，蒜汁加醋涼拌或蘸醬吃

飲食預防

4.素體多濕者飲食預防服用

組成：白扁豆 9克、木棉花 12克、生薏米20克

製作、食用方法：以清水兩碗，煲成一碗，溫服。

藥物預防流感

(二) 作為進一步的措施，運用中醫辯證施治及三因制宜的理論，制定藥物預防 (在中醫師指導下服用)。

1. 氣候寒冷時預防方 (體質偏性不明顯者)

功效：輕宣肺衛

藥物 (成人量)：紫蘇葉10克、荊芥10克、桑葉10克、菊花10克、甘草3克 (雨濕較盛時，可加藿香10克)。

處方服用天數：3-5天。

2. 通用方 (體質偏性不明顯者)

功效：宣暢氣機

藥物 (成人量)：杏仁9克、白蔻仁3克、柴胡9克、黃芩6克、蘇葉6克、蘆根15克、甘草6克

處方服用天數：3-5天。

藥物預防流感

3.素體有熱者方

功效：清熱

藥物（成人量）：桑葉 6克、蘆根 15克、銀花 6克、崗梅根 15克、佩蘭 6克、甘草 6克 處方服用天數：3-5天。

4.素體多濕者方

功效：化濕

藥物（成人量）：藿香 9克、蘇葉 6克、蒼朮 6克、木棉花 12克、冬瓜皮 12克 處方服用天數：3-5天。

5.素體偏虛者方

功效：益氣扶正

藥物（成人量）：太子參 15克、白扁豆 9克、北耆 9克、佩蘭 6克、銀花 6克、甘草 6克 處方服用天數：3-5天。

預防流感具體方法三

▶ 中醫的隔離與消毒諸法

1. 《本草綱目》等記載,謂凡疫氣流傳,可于房內用蒼術、艾葉、白芷、丁香、硫黃等藥焚燒以進行空氣消毒的方法,用藥物製成煙霧劑或氣霧劑進行消毒,還有用食醋消毒。
2. **蒸煮消毒**。對患者接觸過的衣被等,李時珍提出應放於蒸籠中蒸或開水煮沸進行消毒,則“一家不染”。
3. 清代陳無擇《石室秘錄》中指出**飲水消毒**,可用貫眾一枚浸入水缸之內,加入白礬少許用於傳染源飲水消毒。

中醫治療流感的臨床方法

- ▶ **總原則：扶正祛邪-正勝則邪卻，而正虛則邪陷。**
 - (一) **《傷寒論》** 奠定了外感疾病的辨證論治的理論和臨床基礎；
 - (二) **吳鞠通《溫病條辨》**：“治上焦如羽(非輕不舉)，治中焦如衡(非平不安)，治下焦如權(非重不沉)”(《溫病條辨·治病法論》)
 - (三) **葉天士《溫熱論》**：溫邪上受，首先犯肺，逆傳心包。在衛汗之可也，到氣方可清氣，入營猶可透熱轉氣，如犀角、玄參、羚羊角等物，入血就恐耗血動血，直須涼血散血。

吳鞠通：治上焦如羽，治中焦如衡，治下焦如權

▶ 治上焦如羽，非輕不舉

上焦的治療，因於風熱者，宜用質輕味薄、清涼洩熱之劑，一面清洩上焦邪熱，一面輕宣上焦氣機，使初犯之邪，宣出衛分而解；由於濕阻而肺不肅降者，宜用輕苦微辛之品，宣肺化濕，氣化則濕化。使“純然清肅上焦，不犯中下”。諸如銀翹散、桑菊飲。

▶ 治中焦如衡，非平不安

中焦的治療，**有熱無濕者**，或撤熱以存陰(如辛寒清氣、苦寒攻下、清洩少陽等)，或養陰以扶正(如甘寒養陰)。**濕熱互結中焦者**，宜苦洩邪熱與開洩濕濁並舉，即辛苦通降之法，使濕熱分解，脾胃升降恢復正常。如清營湯、藿香正氣散。

接上

▶ 治下焦如權，非重不沉

下焦的治療，主要是以鹹寒柔潤，滋膩重濁之品填補真陰，故謂“非重不沉”。如犀角地黄丸、大定風珠。

（《溫病條辨》）

葉天士：衛氣營血辯證治療流感

- ▶ 溫邪上受，首先犯肺，逆傳心包。肺主氣屬衛，心主血屬營，辨營衛氣血雖與傷寒同，若論治法則與傷寒大異也。
- ▶ 在衛汗之可也，到氣方可清氣，入營猶可透熱轉氣，如犀角、玄參、羚羊角等物，入血就恐耗血動血，直須涼血散血，如生地、丹皮、阿膠、赤芍等物
- ▶ 具體體現：1.以祛邪為主,重視正可以勝邪。“或透風于熱外，或滲濕于熱下，不与熱相結,勢必孤矣。”
2.逆傳治療：“外熱一陷，裡絡就閉，非菖蒲鬱金等所能開，須用牛黃丸、至寶丹之類以開其閉”（《溫熱經緯·葉香岩外感溫熱篇》）

吳又可：瘟疫毒烈，拔根除源

- ▶ 吳又可認為瘟疫主要是由“口鼻而入”或相互接觸所致，其性毒烈，不同于六淫；结合发病特点应采取隔离、消毒等防疫措施；
- ▶ 吳又可《溫疫論》指出“知邪之所在，早拔去病根為要”
- ▶ 治疗当以清热解毒、凉血、化湿为主。設立達原。飲。

薛雪從濕熱辨治溫病

- ▶ 濕熱病症“乃太陰、陽明同病”。提出“太陰內傷，濕飲停聚，客邪再至，內外相引”而致病。
- ▶ 明確了濕熱的病變中心在脾胃，治療須辨析濕與熱的孰輕孰重，并細察人體正氣的盛衰以決定立法遣方。（《濕熱條辨》）

濕熱在表的治療

- ▶ 濕熱表証，薛氏分為三種，一為濕邪傷表，一為濕邪在肌肉，一為濕熱侵及經絡。
- ▶ 濕邪傷表：濕邪阻遏於人體衛陽之表。見惡寒、無汗、身重、頭痛、胸痞、腰疼等表現。當散在表之濕，故用藿香、香薷、羌活、蒼朮皮、薄荷、牛蒡子等。

濕邪傷及肌肉：症見惡寒、發熱、汗出、身重、關節痛、胸痞、腰痛等，治用滑石、大豆黃卷、茯苓皮、蒼朮皮、藿香葉、鮮荷葉、白通革、桔梗等。

濕邪侵入經絡脈：四肢牽引拘急，甚則角弓反張、口噤等，宜用鮮地龍、秦艽、威靈仙、滑石、蒼耳子、絲瓜絡、海風藤、酒炒黃連等。

濕熱在裏的治療

- ▶ 濕滯陽明，證見舌苔遍體白、口渴之象，宜用辛開之法，使上焦得通，津液得行，選用厚樸、草果、半夏、幹菖蒲等。
- ▶ 濕困太陰，證見有惡寒，面黃、口不渴、神倦、四肢懶、脈沉弱、腹痛下利等，治宜溫脾陽、化濕濁，選用縮砂仁、烏梅肉、煨草果、炙甘草、干葛、白扁豆。
- ▶ 濕熱阻遏膜原，證見寒熱如疟的表現，選用疏利膜原之法，選用柴胡、厚朴、檳榔、草果、藿香、蒼朮、半夏、干菖蒲、六一散等。

余霖倡用石膏治療瘟疫

- ▶ 清代医家余霖认为温疫的流行乃运气之淫热入胃，敷布于十二经脉所致，因而倡用石膏重剂泻诸经表里之热，实为补充了吴有性论温疫之未逮。并制定名方清瘟败毒饮。（《疫疹一得》）

服用中藥預防、治療流感注意事項

- ▶ 1.老人、幼兒、孕婦、有藥物過敏及慢性病患者應在醫師的指導下適當調整用量服用。
- ▶ 2.患葡萄糖六磷酸去氫酵素(G6PD)缺乏症者不可服用銀花、黃連、臘梅花等引起溶血的中藥。

總結

- ▶ 預防為主是中醫治療流感的有效方法；
- ▶ 辨證論治是中醫治療流感的基本原則。
- ▶ 整體觀念、三因製宜的運用是中醫治療流感的特色。

參考文獻

- ▶ 醫院管理局“就中醫臨床應對流行性感冒(時行感冒)的參考意見”第六修訂(草擬)
- ▶ 香港衛生署防衛中心網上資料
- ▶ 香港浸會大學中醫藥學院“杏林新綠”(2013)
- ▶ 其他

謝謝