

# 甘肃省冬春季呼吸道疾病中医药防治方案

流行性感冒（简称流感），是由流感病毒引起的一种急性呼吸道传染病，典型症状包括发热、咳嗽、头痛、咽痛、肌肉和关节痛等。流感病毒分为甲、乙、丙、丁 4 型，人感染流感主要是甲型和乙型流感病毒引起的。2025 年流感分型主要以甲型 H3N2 为主，H1N1 少量流行，主要具有高热、发热时间久、易于侵袭下呼吸道等特点。在中医学中，属于“时行感冒”“温病”范畴，病因多为感受“时疫”之气，其发病急剧、传染性强，症状较普通感冒重。中医治疗依据病邪性质、流感发病季节和发病特点，注重“未病先防、既病防变、瘥后防复”，分阶段联合治疗。根据流感的致病特点，制定本方案。

## 一、流感预防

症状：平素体虚易感人群，表现为体虚自汗，乏力，气虚易感，纳差，面色萎黄，舌质淡，苔薄白，脉细弱。

治法：益气固表，润燥解毒。

方药：岐黄避瘟方。

黄芪 15g 防风 9g 麝炒白术 15g 连翘 10g

贯众 6g 芦根 9g 沙参 15g 生姜 6g

中成药推荐：玉屏风颗粒、贞芪扶正胶囊（颗粒）等。请按药品说明书或在医生指导下使用。

## 二、流感临床分型与治疗

### (一) 风寒束表

症状：畏寒发热，头痛，周身酸痛，鼻塞声重，鼻流清涕，咳嗽有痰，量少色白质稀，口不渴。舌质淡，苔薄白，脉浮紧。

治法：辛温解表，疏散风寒。

方药：荆防败毒散加减。

荆芥 15g      防风 12g      羌活 12g      蜜麻黄 6g

白前 12g      川芎 9g      桔梗 10g      桂枝 6g

白芷 10g      苍术 6g      生姜 6g      生甘草 3g

中成药推荐：防风感冒颗粒、荆防颗粒、荆防败毒颗粒、九味羌活丸（颗粒）、正柴胡颗粒、感冒清热颗粒（胶囊）等，儿童均宜服用。请按药品说明书或在医生指导下使用。

### (二) 风热犯卫

症状：发热或伴头痛，鼻塞流涕，咽红肿，口干，轻咳少痰，或恶心、呕吐，胃脘不适，疲乏无力，肌肉酸困。舌质红或舌边尖红，苔薄腻，脉浮数。

治法：疏风清热，辛凉解表。

方药：银翘散加减。

金银花 20g      连翘 15g      桔梗 10g      桑叶 10g

荆芥穗 12g      射干 10g      牛蒡子 15g      酒大黄 6g

黄芩 15g      芦根 30g      生甘草 6g

中成药推荐：抗感颗粒、连花清瘟胶囊（颗粒）、蒲地蓝消

炎口服液（片）、清热解毒口服液（软胶囊）、蓝芩口服液、双黄连口服液、抗病毒口服液、柴芩清宁胶囊等。

儿童中成药推荐：小儿豉翘清热颗粒、小儿柴桂退热颗粒、小儿热速清颗粒、四季抗病毒合剂、小儿宝泰康颗粒等。

请按药品说明书或在医生指导下使用。

### （三）湿浊蕴肺

症状：发热，咳嗽有痰，质黏难咳出，周身乏力，胸脘痞满，恶心、呕吐，纳差，大便黏腻不爽。舌淡红，苔厚腻，脉滑或濡缓。

治法：宣肺透邪、清热化浊。

方药：宣肺化浊方。

蜜麻黄 6g    连翘 15g    前胡 9g    法半夏 12g

苍术 12g    广藿香 6g    羌活 12g    酒大黄 6g

陈皮 6g    黄芩 6g    佩兰 15g    干姜 6g

炙甘草 6g

中成药推荐：清宣止咳颗粒、二陈丸、橘红丸（颗粒）、橘红化痰止咳颗粒、祛痰止咳颗粒等。

儿童中成药推荐：小儿豉翘清热颗粒、小儿柴桂退热颗粒、小儿热速清颗粒、小儿宝泰康颗粒等。

请按药品说明书或在医生指导下使用。

### （四）热毒壅肺

症状：高热持续不退，咳嗽，痰黏色黄咯痰不爽，喘促气短，

烦躁不安，口渴喜饮，咽肿痛，目睛干涩，大便秘结。舌质红，苔黄或腻，脉滑数。

治法：清泻肺热，化瘀解毒。

方药：麻杏化瘀汤加减。

蜜麻黄 6g 苦杏仁 6g 水蛭 6g 石膏 15g（先煎）  
鱼腥草 15g 化橘红 12g 黄芩 12g 浙贝母 15g  
玄参 15g 桔梗 9g 酒大黄 6g 枇杷叶 15g

中成药推荐：肺力咳合剂、枇杷止咳糖浆、急支糖浆、杏贝止咳颗粒、蛇胆川贝液、复方鲜竹沥液、宣肺败毒颗粒等。

儿童中成药推荐：小儿肺热咳喘颗粒（口服液）、小儿咳喘灵颗粒（口服液）等。

请按药品说明书或在医生指导下使用。

### 三、流感恢复期

症状：咳嗽少痰，疲乏无力，气短，多汗，纳差，舌红苔少，脉细无力。

治法：运脾益肺，培元固本。

方药：益气健脾方。

党参 6g 陈皮 9g 炙黄芪 15g 当归 9g  
柴胡 6g 桔梗 6g 炒白术 15g 赤芍 9g  
玉竹 15g 丹参 15g 生麦芽 15g 炙甘草 6g

中成药推荐：强力枇杷露、养阴清肺口服液（丸）、沙参止咳糖浆、生脉饮等，儿童均宜服用。请按药品说明书或在医生指

导下使用。

- 注： 1. 中药服用方法：水煎分服，一日两次，每次 200ml。  
2. 孕妇慎用。  
3. 儿童剂量： $1y \leq \text{年龄} \leq 3y$  可用 5ml 或 10ml 注射器喂服，少量多次频服（如表 1）。

表 1 儿童中药服用剂量

年龄（岁）	剂量（ml/次）	频次（次/日）
1-3	30	2-3
3-6	50	2-3
6-9	75	2-3
9-12	100	2-3
12-14	150	2
$\geq 14$	200	2

#### 四、流感预防及调护

（一）推荐老年人、儿童、孕妇、慢性病患者和医务人员等流感高危人群及时接种疫苗。6 个月以下的幼儿，不建议接种流感疫苗，

（二）流感流行季节尽量减少到人群密集场所活动，避免接触呼吸道感染患者。

（三）保持良好的卫生习惯，勤洗手，及时佩戴口罩，做好个人防护。

(四)保持居住环境清洁，每天开窗通风，保持室内空气清新。

(五)感染后建议多休息，多饮水，补充营养元素，保持口鼻清洁，全身症状明显时及时就医，在医生指导下治疗。