

甘肃省冬春季呼吸道疾病中医药防治方案

流行性感（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 麸炒白术 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，化痰解毒。

方药：麻杏化痰汤加减。

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 ≤ 年龄 ≤ 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
≥ 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。