



请输入关键字搜索

首页 新闻中心 政务公开 解读回应 互动交流 在线服务 专题专栏

您当前所在位置： 首页 » 政务公开 » 信息公开目录 » 基础信息公开 » 政策文件 » 部门文件

贵州省新冠病毒感染者居家中医药干预指引

日期：2022-12-16 09:03 来源：贵州省中医药管理局 作者：贵州省中医药管理局 访问量：1335次 字号：[小 中 大] [我要打印] [关闭] 视力保护色：□□□□□□

索引号：	000014349/2022-4375498	信息分类：	部门文件
发布机构：	贵州省中医药管理局	生成日期：	2022-12-16 09:03:11
文 号：	无	是否有效：	是
名 称：	贵州省新冠病毒感染者居家中医药干预指引		

根据国家中医药管理局发布的《新冠病毒感染者居家中医药干预指引》，贵州省中医药管理局印发的《贵州省新型冠状病毒肺炎中医药防治参考方案（第四版）》、《贵州省新型冠状病毒肺炎中医药防治参考方案（第二版）中成药推荐》、《贵州省方舱（亚定点医院）医院中医药应用参考方案》等内容，结合贵州地域气候特点、患者体质状态、药品品规及供应保障实际情况，制定贵州省新冠病毒感染者居家中医药干预指引如下。

文件原文

一图看懂！贵州省新冠病毒
医药干预指引



- 一、推荐用药
- （一）成人治疗方案
- 1.无症状新冠病毒感染者。多喝水，做好居家隔离措施，可以服用具有祛湿解毒功效的中成药，如化湿败毒颗粒、感冒滴丸、宣肺败毒颗粒等。
- 2.症状以恶风寒、肌肉酸痛、发热为主，或伴咽干咽痛、乏力，或鼻塞流涕、或咳嗽者，宜服用具有疏风解表散寒功效的中成药，如风寒感冒颗粒、荆防败毒颗粒、清肺排毒颗粒、散寒化湿颗粒、感冒滴丸、感冒软胶囊、九味羌活丸（颗粒）；发热较重兼见口渴、便干者，选用感冒清热胶囊（颗粒）、感清糖浆、正柴胡饮颗粒、四季感冒片、感冒疏风胶囊（片、颗粒）等。
- 3.症状以咽痛、发热为主，或伴肌肉酸痛、乏力，或咳嗽者，宜服用具有疏风清热，化湿解表，清热解毒功效的中成药，如连花清瘟胶囊（颗粒）、宣肺败毒颗粒、化湿败毒颗粒、九龙解毒胶囊、金叶败毒颗粒、金花清感颗粒、热炎宁合剂、蒲地蓝消炎片、银黄颗粒、祖卡木颗粒、银黄清肺胶囊、连花清咳片、咽立爽滴丸、开喉剑喷雾剂、双羊喉痹通颗粒、羚羊感冒片、银翘解毒颗粒、蓝芩口服液、清咽滴丸、喉咽清颗粒、桑菊感冒片、桑夏菊颗粒、痰热清胶囊、双黄连口服液、柴芩清宁胶囊、抗病毒口服液、感冒退热颗粒、消炎退热颗粒、复方一枝黄花喷雾剂、复方板蓝根颗粒、小柴胡颗粒等。
- 4.症状以咳嗽为主，宜服用具有宣肺止咳功效的中成药，如急支糖浆、克咳胶囊、咳速停糖浆（胶囊）、肺力咳合剂（胶囊）、岩果止咳液、苏黄止咳胶囊、复方竹沥液、莲花清咳片、宣肺止咳合剂、通宣理肺丸（颗粒、口服液）、杏苏止咳颗粒、莲花清咳片、强力枇杷露、麻杏止咳片、杏仁止咳颗粒、橘红痰咳液、感冒止咳颗粒等。
- 5.症状以乏力、食欲减退为主，或伴呕吐、腹泻、腹痛者，宜服用具有化湿解表功效的中成药，如藿香正气胶囊（丸、水、口服液）、保和丸、君臣药胃合剂等。伴便秘便干者，可服用防风通圣丸(颗粒)、清解退热颗粒。伴睡眠质量差者，可服用归脾胶

囊。

6.症状以鼻塞流涕为主，或伴头痛者，宜服用具有解表通窍功效的中成药，如鼻窦炎口服液、香菊胶囊、鼻炎康片、口鼻清喷雾剂、散风通窍滴丸等。

(二) 儿童治疗方案

1.以恶寒发热、流涕喷嚏、鼻塞、肌肉酸痛为主要症状者，可选用小兒柴桂退热颗粒、**小兒风热清口服液**、云实感冒合剂、小兒解感颗粒、芩香清解口服液等。如果鼻塞严重者可合理使用木芙蓉涂鼻膏。

2.以发热、咽干、咳嗽为主要症状者，可用热炎宁颗粒、小兒清热宁颗粒、小兒清肺口服液、小兒咳喘灵颗粒、金莲清热泡腾片等。咽痛、声音嘶哑明显者，可用小兒清咽颗粒、小兒回春颗粒、开喉剑喷雾剂(小兒型)、蒲地蓝消炎口服液等。

3.以发热、食少腹胀、口臭、大便酸臭或秘结为主要症状者，可选用小兒回春颗粒、健兒清解液、小兒消积止咳口服液、小兒豉翘清热颗粒等。

4.发热不明显，症状以咳嗽为主者，可选用小兒止咳糖浆、小兒清肺止咳片、肺力咳合剂、小兒肺热咳喘颗粒、小兒宣肺止咳颗粒等。

5.热退后症见乏力、纳食不香者，可用醒脾养兒颗粒、健兒消食口服液、神曲消食口服液等。

考虑小兒体质特殊，病情变化迅速，宜在医生指导下服用，出现病情变化的，需及时就医。

(三) 其他特殊人群建议方案

如婴幼儿、哺乳期妇女、孕妇、老年人以及合并基础疾病人群建议在医生指导下服用。各地医疗机构可利用“互联网+医疗”，开展居家健康指导、健康宣教、用药咨询等服务，指导群众合理使用中医药。

注意：上述中成药选择其中一种，按照说明书剂量服用，一般3-5天或症状消失即停止用药，如症状无缓解或加重，请及时到正规医疗机构就诊。

二、预防方案

(一) 药物干预

1.成人预防方

(1) 1号方：养阴解毒合剂（饮片、颗粒）

北沙参20g、贯众10g、玉竹20g、石斛20g、苍术10g、泽兰10g、石菖蒲10g、生甘草10g、细辛3g、佩兰10g。每日1剂，分3次服用，早中晚各1次,饭后服用。可连续服用5-14天。孕妇禁用。

(2) 2号方：柴葛畅原合剂（饮片、颗粒）

柴胡9g、葛根15g、贯众10g、防风9g、前胡9g、苏梗6g、黄芪9g、杏仁6g、生姜3g（散装饮片自行加入）、六月雪10g、黄芩9g、菖蒲9g、藿香9g、蜜枇杷叶9g、芦根15g、荷叶15g、荆芥12g、桑叶12g。每日1剂，分3次服用，早中晚各1次,饭后服用。可连续服用5-14天。孕妇禁用。

2.儿童预防方

(1) 推荐药物：南沙参15g、白术10g、防风6g、黄芪15g、贯众9g、藿香9g、苍术10g、建曲9g、生甘草6g。每日1剂，水煎服，每日1-2次；或制成中药配方颗粒，按说明服用。可连续服用5-14天。3-6岁者建议剂量减半；小于3岁者，由医生或药师根据小兒个体情况决定是否需要服药及服用方法和剂量。

(2) 推荐预防中成药：固本咳喘颗粒、龙牡壮骨颗粒、馥感琳口服液。

3.代茶饮：生黄芪9g、金银花5g、广藿香3g。每日一剂，开水泡服，代茶频频饮服。适宜普通人群的预防服用。

4.玉屏风颗粒：每次5克，一天三次。适宜体虚容易感冒、自汗恶风者预防服用。

(二) 中医非药物疗法干预

1.成人中医非药物疗法干预

(1) 功法锻炼：安神利眠耳穴按摩操、肩-脊-体平衡功、循经通络保健操、八段锦、新冠肺炎养生操、太极拳等（附部分视频）。



功法锻炼



(2) 穴位按摩

①穴位选择：合谷、迎香、风池、太冲、太溪、足三里、阴陵泉、外关、尺泽等穴位。

②穴位定位：

合谷穴：位于虎口，第一、二掌骨间，第二掌骨桡侧中点；简便取穴方法是：用一手的拇指指间关节横纹，对准另一手拇指和食指之间的指蹼缘，拇指尖端对应的位置就是合谷穴。

迎香穴：位于鼻翼外缘中点旁，鼻唇沟中。

风池穴：位于后枕部，胸锁乳突肌与斜方肌上端之间的凹陷处。

太冲：位于足背侧，第一、二跖骨结合部之前凹陷处。

太溪：在足踝区，内踝尖与跟腱之间的凹陷处。

足三里：小腿外侧，外膝眼下3寸，胫骨前旁开1横指（同身寸）处，为点状穴。

阴陵泉：位于小腿内侧，胫骨内侧髁下缘与胫骨内侧缘之间的凹陷中，在胫骨后缘与腓肠肌之间。

外关：在前臂后区，当阳池与肘尖的连线上，腕背侧远端横纹上2寸，尺骨与桡骨间隙中点。

尺泽：在肘横纹中，肱二头肌腱桡侧凹陷处，微屈肘取穴。

③操作方法：上述穴位均可以采用拇指按揉法操作，用拇指指腹着力，按于治疗部位上，反复进行旋转揉动，带动皮下组织运动，拇指和皮肤之间不能有摩擦。揉动的过程中，以自己感到穴位酸胀为度，每穴按揉持续时间各约3-5分钟，每天早晚各做1次（附视频）。

穴位按摩



(3) 饮食有节

每日三餐规律进食，饮食宜清淡易消化，食物多样，保证谷类、优质蛋白质类食物、新鲜蔬菜和水果摄入量，多饮水。如有食欲不振、腹胀、便秘等症状可在医师指导下进行药食两用食品辅助治疗，如萝卜、山药、薏米、藿香、菊花、荷叶、丝瓜、冬瓜等。

药膳：银耳雪梨百合羹

组成：银耳、雪梨、百合、冰糖

用法：银耳用温水泡20分钟，将泡好的银耳去根，撕成小块。雪梨去皮核，切成小块。百合掰成小块。将所有原料放入锅内，加入适量的水，烧开后调成小火炖煮20分钟，待锅内汤品炖制稍微粘稠，开大火加入适量冰糖，待冰糖融化后出锅，温食、凉食均可。每周三服。

(4) 起居有常

作息规律，早睡早起，保障充分睡眠。顺应气候变化，及时调整衣物和室内温度，注意防寒保暖和节气保健。应避免到人群聚集场所。

(5) 劳逸有度



运动和休息适度，可适当运用中医功法锻炼，或根据个人条件选择适合自己的锻炼方法。

(6) 情志畅达

应保持愉快心情，顺应自然规律，对外界事物保持浓厚的兴趣，使气机宣畅，通泄自如。

2.儿童中医非药物疗法干预

儿童为稚阴稚阳之体，肝肾解毒能力差，不耐药物攻伐，建议对3岁以下的婴幼儿不用药物预防，可佩戴中药香囊或小儿推拿等外治预防。

(1) 佩戴香囊

推荐药物:艾叶、苍术、羌活、丁香、白芷、藿香、石菖蒲、薄荷等适量，共研粗末，装入小布袋，随身佩戴、挂于卧室、车内或放于枕边。

(2) 小儿推拿

小儿推拿具有疏通经络、调整脏腑、调节体质、扶正祛邪作用，可增强婴幼儿体质，适合在家居住婴幼儿，可指导家长在家自行操作，每日一次，每次约15-20分钟。推荐下列穴位与手法：

①摩腹揉脐：

位置：全腹部，为面状穴，面积大。

操作：家长用手掌摩或指端轻摩全腹，每次1-3分钟，约450次左右。小儿如平时大便干，按照顺时针方向摩动，大便稀用逆时针方向摩动。常规操作是先顺后逆。

功效：改善脾胃运化功能，促进脾胃、肠道的消化吸收。

②捏脊：

位置：背部正中线（督脉两侧），从大椎穴至长强穴成一直线，为线状穴。

操作：用捏法自下而上捻动捏之，称为捏脊。操作从长强穴开始，操作时自下而上，左右两手交替合作，按照推、捏、捻、放、提的前后顺序，自长强穴向前捏拿至脊背上端的大椎穴捏一遍。如此循环，根据病情及体质一般操作3-5遍。从第2遍开始，操作者可采用捏三次“重提”一次的手法（小于1岁婴儿不建议用“提”法），刺激背部的脏腑俞穴，以加强疗效。

功效：能调阴阳、理气血、和脏腑、通经络、培元气，具有改善脾胃运化功能，促进脾胃、肠道的消化吸收，能振奋阳气，调节各脏腑的功能、补脾胃，提高免疫功能，增强体质，顺畅气血，达到调节机体阴阳平衡。

③按揉迎香穴

位置：鼻翼外缘中点旁，鼻唇沟中

操作：双手拇指分别按于同侧下颌部，中指分别按于同侧迎香穴，其余3指则向手心方向弯曲，然后使中指在迎香穴处做顺时针方向按揉，每次1-3分钟。

功效：具有宣通鼻窍的作用。对有喷嚏、鼻塞有较好效果。

④按揉足三里

位置：小腿外侧，外膝眼下3寸，胫骨前旁开1横指（同身寸）处，为点状穴。

操作：用双拇指端或食指指端按揉，每次1-3分钟，操作200次-300次。

功效：有健脾和胃、调中理气，导滞通络作用。具有健脾益胃、强壮体质的作用。

(3) 饮食有节

儿童需每日三餐规律进食，饮食宜清淡易消化，食物多样，保证谷类、优质蛋白质类食物、新鲜蔬菜和水果摄入量，多喝水。

(4) 起居有常

保障儿童充分睡眠。顺应气候变化，及时调整衣物和室内温度，注意防寒保暖。避免到人群聚集场所。

(5) 劳逸有度

适度运动，避免儿童久坐或长期运用电子产品，可以进行跳绳、摸高等运动。

(6) 调节情志

保持儿童身心愉悦，合理安排学习，避免打骂，营造和谐家庭氛围。

三、康复方案

(一) 药物康复



1.症见气短、多汗、胸闷、心悸、干咳者，宜服用具有补肺益肾功效的中成药，如生脉饮、金水宝胶囊、百令胶囊、蛤蚧定喘胶囊等。儿童可以选用如益肺健脾颗粒等。

2.症见乏力、纳差、腹胀、便溏者，宜服用具有健脾和胃功效的中成药，如醒脾胶囊、补中益气丸、参芪口服液、潞党参口服液、香砂六君丸等。儿童可以选用如醒脾养儿颗粒、龙牡壮骨颗粒、馥感啉口服液等。

3.症见失眠、焦虑、抑郁者，宜服用具有养心安神、疏肝解郁功效的中成药，如加味逍遥丸、百乐眠、疏肝解郁胶囊等。

(二) 中医非药物疗法康复

1. 艾灸疗法

常用选穴：大椎、肺俞、上脘、中脘、膈俞、足三里、孔最、肾俞等。

大椎：在后背正中线上，第七颈椎棘突下凹陷中。

肺俞：位于第三胸椎棘突下，后正中线旁开1.5寸。

上脘：位于上腹部，前正中线上，脐上5寸处。

中脘：位于人体上腹部，前正中线上，当脐中上4寸（脐中到胸剑联合的中点）。

膈俞：在背中，当第7胸椎棘突下，旁开1.5寸。

足三里：位于小腿外侧，犊鼻下3寸，犊鼻与解溪连线上。

肾俞：位于第2腰椎棘突下，旁开1.5寸。

孔最：在前臂掌面桡侧，当尺泽与太渊连线上，腕横纹上7寸。

操作方法：大椎、肺俞与膈俞（或中脘与上脘）：用温灸盒灸每次30分钟；足三里、孔最、肾俞：清艾条温和灸每穴3-5分钟。一般隔2天施灸1次，持续2周；症状明显可交替选用不同穴位每天施灸，5次后休息1-2天，然后继续施灸5次。10次为1个疗程。艾灸过程中注意室内通风。（附视频）

温灸盒灸



禁忌症：

- (1) 不宜在过饥、过饱、大量饮酒、大渴、大汗淋漓、精神情绪过于激动、极度疲劳的情况下进行灸疗。
- (2) 严重的慢性疾病要慎灸，女性孕期不宜在腹部、腰骶部进行灸疗。

2. 经穴推拿

(1) 穴位按摩：太渊、膻中、中府、肺俞、肾俞、大肠俞、列缺、中脘、足三里等，咳嗽、咽痒、干咳者，可加少商、尺泽等。

太渊：位于腕前区，桡骨茎突与舟状骨之间，拇长展肌腱桡侧凹陷中。桡侧腕屈肌腱的外侧，拇长展肌腱内侧。

膻中：在前正中线上，两乳头连线的中点。

中府：中府穴位于胸前壁的外上方，云门穴下1寸，平第一肋间隙，距前正中线6寸。

肺俞：位于第三胸椎棘突下，后正中线旁开1.5寸。

肾俞：位于第2腰椎棘突下，旁开1.5寸。

大肠俞：在腰部，当第4腰椎棘突下，旁开1.5寸。

列缺：在人体前臂桡侧缘，桡骨茎突上方，腕横纹上1.5寸。

中脘：位于人体上腹部，前正中线上，当脐中上4寸（脐中到胸剑联合的中点）。

足三里：位于小腿外侧，犊鼻下3寸，犊鼻与解溪连线上。

操作方法：用拇指指腹着力，按于治疗部位上，反复进行旋转揉动，带动皮下组织运动，拇指和皮肤之间不能有摩擦。揉动的过程中，以自己感到酸胀为度，每穴按揉持续时间各约3-5分钟，每天早晚各做1次。

(2) 经络循推法：手太阴肺经、足阳明胃经、足太阴脾经、足厥阴肝经、足少阳胆经、足少阴肾经等。

操作方法：取坐位或卧位，均匀呼吸。用大拇指指端或桡侧缘沿经络循行方向紧贴皮肤施力作直线循推。（附视频）

经络循推法



3.耳穴压豆

常用耳穴：支气管、肺、肾、内分泌、神门、枕、脾、胃、大肠、交感、肝、胆等。

方法：耳穴压豆是将贴有王不留行籽的耳豆贴敷于相应耳穴并稍加压力，以穴位产生酸麻重胀感或发热为度。贴敷后每天自行按压数次，每次3-4分钟。每次贴压后保留1-2天，取下后让耳穴部位放松一晚，次日再以同样方法贴敷，一般5-6次为1个疗程。（附视频）。

耳穴压豆



4.拔罐

背腧穴为主，如肺俞、膏肓、脾俞、肾俞、大椎等。

作用：拔罐是简便的中医康复手段，在调节亚健康状态、治疗多种疾病方面有较好效果。

操作方法：见视频。

拔罐



注意事项：拔火罐应注意防止烫伤及引燃易燃物，留罐时间不宜太长，拔罐时如出现四肢发冷、恶心呕吐、心悸、面色苍白、冷汗、头晕等应立即停止，并让患者平卧休息。

禁忌症：

有血小板减少性疾病、严重贫血、心力衰竭、皮肤外伤不宜拔罐。

上一篇： 无

下一篇： 关于印发贵州省方舱（亚定点）医院中医药应用参考方案的通知

相关信息

- 1. 一图看懂！贵州省新冠病毒感染者居家中医药干预指引



友情链接：

- 国务院部门网站—
- 各省中医药管理局网站—
- 省政府及各部门—

网站帮助 | 联系方式 | 隐私声明 | 网站地图 | 网站年报



联系电话：0851-86832983 邮箱：gzszyyj@163.com 网站标识码：5200000145
黔ICP备19009184号-1 主办单位：贵州省中医药管理局 贵公网安备：52010302001803号

