

# 中醫藥界防治時行感冒參考方案

## 1. 時行感冒的概念

中醫認為時行感冒的病因是感受具有傳染性的非時之氣夾時行病毒。多因四時不正之氣，天時疫癘之氣流行而造成。其侵襲人體的途徑從口鼻而入，而產生一系列鼻道、肺系及衛表的症狀。具有廣泛的傳染性、流行性。中醫學的時行感冒與現代醫學所稱的流行性感 冒相似。

普通感冒與時行感冒病因不同，普通感冒以風邪為主，冬春季節氣候多變時發病率高，常呈散發性，病情較淺，症狀不重，多無傳變；時行感冒以時行病毒為主因，發病不限季節，有廣泛傳染流行疫情，起病急驟，病情較重，全身症狀顯著，可發生傳變，入裏化熱，合併它病。

若患者的臨床表現符合中醫學溫病範疇(例如，邪毒壅肺或病邪逆傳心包)時，可按溫病論治。

## 2. 時行感冒的診斷

時行感冒四季皆有，冬春多見，呈流行性，多人同時突然發病，迅速蔓延。表現為起病急，全身症狀較重，惡寒、發熱、體溫在 38℃ 以上、全身酸痛及疲乏無力，伴有鼻塞、流涕、噴嚏、咳嗽、喉痛等肺系症狀。也有部份初起即見腹痛、腹瀉、嘔吐等胃腸道症狀。病情較普通感冒為重，身體恢復較慢。

嚴重者可發生傳變、化熱入裏，繼發或合併其他疾病，主要表現為高熱持續不退，呼吸急促，唇甲青紫，甚則咯血，或出現神昏譫妄，小兒可發生驚厥。

### 3. 時行感冒治療原則與分型論治

本病根據辨證論治的治療原則，主要以清熱解毒立法，兼解表祛邪，宣通肺氣，還應結合發病季節(如春季多風、夏季多暑、秋季多燥、冬季多寒)、氣候特點(如南方氣候多溫暖潮濕，北方氣候多寒冷乾燥)、不同病因兼夾，以及病者證候特點和正氣強弱，靈活辨證用藥。以下列舉一些常見證型及其常用治法供參考：

#### (I) 邪襲肺衛：本證見於時行感冒初期。

##### (i) 風熱犯肺

【症狀】發熱，微惡風寒，頭痛或頭暈，身痛，汗出，咳嗽，痰稠或咽喉紅腫疼痛，舌邊尖紅，舌苔薄白或微黃，脈浮數。

【治法】辛涼解表，宣肺，清熱解毒

【參考方藥】銀翹散或桑菊飲(《溫病條辨》)加減。

銀翹散加減：金銀花、連翹、淡豆豉、牛蒡子、薄荷、荊芥穗、桔梗、淡竹葉、蘆根、甘草，加北杏仁、桑葉

桑菊飲加減：桑葉、菊花、北杏仁、連翹、薄荷、桔梗、蘆根、甘草，加金銀花、荊芥穗、淡豆豉、淡竹葉

另可根據病情再作加減，例如：

- 喉痛甚加板藍根、大青葉、崗梅根；夾濕者出現噁心嘔吐、腹痛、泄瀉或苔膩等症狀，可加藿香、佩蘭、生薏米，或加葛根、黃芩、黃連。

(ii) 風寒襲表

【症狀】惡寒明顯，發熱，無汗，頭痛，肢體酸痛，噴嚏，鼻塞，流涕，咳嗽，舌苔薄白，脈浮緊。

【治法】辛溫解表，宣肺解毒

【參考方藥】荆防敗毒散(《攝生眾妙方》)加減。

荆芥、防風、羌活、獨活、柴胡、前胡、川芎、桔梗、枳殼、茯苓、甘草，加大青葉、板藍根

另可根據病情再作加減，例如：

- 夾濕者出現脘悶、泄瀉清稀、腹痛腸鳴或苔白膩等症狀，可加藿香、佩蘭、蒼朮、厚樸。

(II) 表寒裏熱：本證多見於邪襲肺衛，治不及時，使表證未解，郁而入裏化熱。

【症狀】高熱，惡寒，少汗或無汗，頭痛，肢體疼痛，口渴，鼻塞聲重，喉痛，咳嗽，痰黃黏稠，小便黃短，舌紅苔黃白相間，脈浮數。

【治法】解表清裏，宣肺解毒

【參考方藥】柴葛解肌湯(《傷寒六書》)加減。

柴胡、葛根、黃芩、羌活、白芷、白芍、桔梗、甘草，加板藍根、大青葉、石膏、知母

另可根據病情再作加減，例如：

- 咳嗽重者加前胡、浙貝母；便秘加瓜簞仁；口渴甚者加蘆根、北沙參。

在治療上，中醫師應遵循早診斷、早治療的原則，根據臨床經驗處方用藥，也可針藥並施，或藥食並養。由於中醫師在診治時行感冒時，還要結合病因、病機、個人體質及具體的臨床症狀特點，進行辨證論治，故在此不能一一盡錄所有的時行感冒證型及療法。

#### 4. 轉介指引

時行感冒流行快、病情發展迅速、症狀重，所以中醫師對時行感冒要提高警覺性，對病人要盡早診斷和及時治療，密切觀察，以防病情傳變。若出現以下病症，便應盡快將病人轉介到就近的公立醫院：

- (1) 邪毒壅肺，而出現邪熱熾盛，灼津為痰，毒壅於肺的症狀，包括高熱不退，大汗出，煩渴，咳嗽喘促，甚則氣急鼻煽，咳痰黃稠或痰中帶血，胸悶胸痛，舌質紅或暗紅，舌苔黃乾，脈滑數。
- (2) 邪毒內陷，而出現氣營熱盛或熱擾心神的症狀，包括高熱不退，或發熱夜甚，汗出煩渴，躁擾不安，甚則神昏譫語，胸悶憋氣，咳嗽喘促，舌絳或暗紅，苔黃濁膩，脈細數。
- (3) 邪毒內陷，而出現內閉外脫而出現氣脫，陽脫，陰竭的症狀，包括高熱或低熱，胸悶憋氣，咳嗽喘促，手足不溫或肢冷，冷汗，唇甲紫紺，脈沉細或脈微欲絕。

另外，如果高度懷疑病人感染人類豬型流感，例如出現以下情況：

- (1) 急性呼吸道病徵，表現為發燒(超過 38°C)、咳嗽及/或喉嚨痛，  
或

(2) 肺炎，及

(3) 病史顯示以下其中一項：

(i) 病發前七天曾到訪受影響地區，或

(ii) 病發前七天曾接觸以下人士：

- 感染豬型流感患者，或
- 有發燒及呼吸道病徵者，同時該患者在病發前七天曾到訪受影響地區，

亦應盡快將病人轉介到公立醫院，以便作進一步診治及臨床處理。

## 5. 時行感冒的預防

香港氣候一般較為潮濕，為時行病邪提供了繁衍及傳播的條件，使一些傳染病(包括時行感冒)容易流行。中醫學在預防疾病方面總結了許多有效的方法，包括養成良好的衛生習慣、注意防寒保暖、勞逸適度、調養精神、重視傳統健身運動、飲食調養和中藥預防等。另外，以下幾點亦須特別留意：

- (I) 感冒流行期間，勸告病人遠離病源，並做好保護措施，注意個人衛生，勤洗手、不隨地吐痰、不共用餐具等。
- (II) 建議有呼吸道病徵的病人配戴口罩，注意休息及均衡飲食。多食蔬果，補充水份，少食生冷、油膩、辛辣刺激及生發的食物。
- (III) 注意診所的環境衛生，及在診症時做好保護措施，例如戴口罩、勤洗手等。
- (IV) 中醫師可根據感冒流行的季節、氣候及個人體質等特點為病者

或市民建議適當的預防湯水。常食蔥、蒜、薑、醋等有助預防感冒。

- (V) 用中醫藥方法預防流感須在中醫師指導下進行，不可長期超量服用中藥。中醫師也應注意療法及處方時用藥的安全，尤其要注意服用者的體質，以及老年人和兒童是否應減量服用等。
- (VI) 對有慢性病者、產後或行經婦女應謹慎用藥，也應向病人了解是否有中藥過敏史。
- (VII) 處方後應指導病人採用適當的煎藥及服藥方法，並囑咐病人服藥後如感到不適，應停止服藥及盡快求診，諮詢中醫師的意見。

## 6. 流感的資訊

中醫師宜密切留意有關流感資訊，瞭解流感疫情和防治方法的最新發展。衛生署會將關於流感的最新消息和數據、世界衛生組織的重要公布、政府各項準備措施以及為市民和各專業界別制訂的預防指引等資料上載到衛生署衛生防護中心網頁(<http://www.chp.gov.hk>)。中醫師也可以直接瀏覽世界衛生組織網頁(<http://www.who.int/en/>)，查閱全球流感疫情和防控措施的最新資料。

衛生署

2009年4月