

金华市卫生健康委员会

金华市卫生健康委员会办公室关于印发 《2023年金华市新型冠状病毒感染中医药 防治推荐方案（试行）》的通知

各县（市、区）卫生健康局，市直医疗单位：

为进一步发挥中医药在新型冠状病毒感染防治中的作用，指导各地、各单位合理应用中医药，结合我市冬春季气候特点、临床诊疗经验和全国其他地方做法，制定了《2023年金华市新型冠状病毒感染中医药防治推荐方案（试行）》。现印发你们参考使用。

附件：2023年金华市新型冠状病毒感染中医药防治推荐方案（试行）

金华市卫生健康委员会办公室

2023年1月13日

（信息公开形式：主动公开）

2023 年金华市新型冠状病毒感染中医药防治 推荐方案

(试行)

根据国家卫生健康委、国家中医药管理局关于新型冠状病毒感染诊疗方案和省中医药管理局、省卫生健康委相关中医药防治推荐方案，结合新型冠状病毒感染防控现状和金华实际，我委组织专家制定了《2023 年金华市新型冠状病毒感染中医药防治推荐方案（试行）》，供全市各医疗机构参考使用。

一、预防用方

（一）成人预防方

推荐处方：生黄芪 12g，麸炒白术 12g，广藿香 6g，金银花 15g，生姜 6g，桔梗 5g，防风 6g，紫苏叶 6g，甘草 6g，陈皮 9g，葛根 12g。

煎服方法：每日 1 剂，水煎 400ml，每日 2 次，连用 5 天。

注意事项：孕妇禁用。

（二）儿童预防方

推荐处方：生黄芪 9g，陈皮 3g，太子参 9g，生白术 6g，金银花 6g，防风 3g。

煎服方法：每日 1 剂，水煎 400ml，每日 2 次，连用 5 天。

注意事项：6 岁以上儿童用方中剂量，3~6 岁儿童用 1/2 剂量，1~3 岁儿童用 1/3 剂量。1 岁以下婴幼儿在医师指导下服用。

二、中药治疗

推荐处方一：（适用于普遍人群）

金银花 12g，连翘 12g，白芷 6g，防风 6g，薄荷 3g，三叶青 6g，土茯苓 20g，虎杖 15g，桔梗 9g，甘草 3g。

发热为主者，加炙麻黄 6g，苦杏仁 6g，石膏 30g，柴胡 12g，黄芩 9g，姜半夏 9g，芦根 30g；

咳嗽、咽痛、鼻塞、流涕为主者，加紫苏叶 10g，苏子 10g，浙贝 9g，前胡 6g，枇杷叶 15g，苦杏仁 6g，芦根 30g，白茅根 30g，辛荑 9g，广藿香 9g，黄芩 9g；

腹泻、呕吐为主者，加薏苡仁 30g，白豆蔻 9g，姜半夏 9g，厚朴 10g，淡竹叶 9g，滑石 15g，姜竹茹 6g，苍术 9g，升麻 6g，荷叶 10g；

头晕、头痛为主者，加川芎 9g，羌活 9g，荆芥 9g，细辛 3g，蔓荆子 10g，石菖蒲 6g。

煎服方法：每日 1 剂，水煎 400ml，每日 2 次，连用 5 天。

注意事项：儿童用药，处方同上。13 岁以上儿童用方中剂量，6~13 岁儿童用 2/3 剂量，3~6 岁儿童用 1/2 剂量，1~3 岁儿童用 1/3 剂量。1 岁以下婴幼儿、孕妇及哺乳期妇女在医师指导下服用。

推荐处方二：（适用于成人恢复期治疗，表现为咽痛、口干、咳嗽痰黏者）

南沙参 15g，麦冬 15g，陈皮 10g，瓜蒌皮 15g，浙贝 10g，

桔梗 6g，枳壳 6g，苦杏仁 10g，射干 6g，牛蒡子 10g，薏苡仁 30g，木蝴蝶 6g。

煎服方法：每日 1 剂，水煎 400ml，每日 2 次，连用 5 天。

注意事项：孕妇及哺乳期妇女在医师指导下服用。

推荐处方三：（适用于恢复期治疗）

桔梗 10g，薏苡仁 30g，冬瓜仁 30g，虎杖 15g，赤芍 15g，三叶青 6g，桑白皮 10g，陈皮 6g，银花 15g，芦根 30g，丹皮 9g，鸡血藤 15g，苦杏仁 6g，厚朴 10g，天花粉 15g，生甘草 6g。

若咳嗽明显，加苏子 10g，浙贝 10g，枇杷叶 15g，薄荷 3g（后下）；

若睡眠障碍，加炒酸枣仁 30g（打碎），茯神 15g，远志 9g，丹参 15g；

若味觉减退，加焦山楂 10g，神曲 10g，炒麦芽 10g，佩兰 10g。

煎服方法：每日 1 剂，水煎 400ml，每日 2 次，连用 5 天。

注意事项：儿童用药，处方同上。13 岁以上儿童用方中剂量，6~13 岁儿童用 2/3 剂量，3~6 岁儿童用 1/2 剂量，1~3 岁儿童用 1/3 剂量。1 岁以下婴幼儿、孕妇及哺乳期妇女在医师指导下服用。

三、穴位按摩

1. 鼻塞流涕

按压迎香穴。拇指指腹按揉鼻子两侧迎香穴（两鼻翼根部旁

边) 2 分钟, 每日 2 次。

2. 咽痛

按压合谷穴。拇指按揉合谷穴(拇指和食指张成 45 度时, 夹角凹陷处, 略靠近食指侧), 双手各按揉 1 分钟。

3. 失眠

按压涌泉穴。按揉左右两侧涌泉穴(卷足, 足底前 1/3 处可见有一凹陷处)各 2 分钟。睡前可加强按摩, 或用手掌揉搓涌泉穴及附近, 直至足底温热感。

4. 头痛

(1) 按压太阳穴。以拇指指腹顺时针按揉太阳穴(眉梢与目外眦之间, 向后约 1 横指的凹陷处) 5-6 分钟。

(2) 按压列缺穴。拇指指端按在列缺穴(双手虎口交叉放置, 食指指尖下可触及一缝隙处), 有节奏而缓慢均匀推动 5-6 分钟, 双手交替, 每日 2 次。

四、食疗茶饮

1. 发热。

(1) **偏寒体质**。表现为平素怕风怕冷, 手足不温, 痰涎涕清稀, 喜静, 舌淡苔白而润。

生姜葱白饮。红糖 20g、生姜 3 片、葱白 2 段。将生姜、葱白放入锅中加 300ml 水, 煮沸 3 分钟, 加入红糖, 趁热饮用。

陈皮柠檬饮。广陈皮 1 瓣、鲜柠檬 2 片、带皮生姜 3-4 片。陈皮煮 10 分钟, 放入生姜煮 5 分钟, 放置约 45 度加入柠檬片,

代茶热饮。

(2) 偏热体质。表现为口渴喜饮，面赤、手温，痰液黄稠，舌红苔黄而干。

菊花柠檬茶。菊花 10g，加开水冲泡 10 分钟，放置约 45 度后加入鲜柠檬 4 片，当茶水饮用。

2.咳嗽

(1) 偏寒体质

蒸橙子生姜。新鲜橙子 1 个，在其中上 1/4 处切下橙盖，加生姜 2 片，盖上橙盖冷水上锅蒸 15 分钟，开盖后食用橙汁、橙肉。

(2) 偏热体质。

蒸橙子雪梨。新鲜橙子 1 个，雪梨适量。在橙子上 1/4 处切下橙盖，放雪梨盖上橙盖，冷水上锅蒸 15 分钟，开盖后食用橙汁、橙肉、梨肉。

3.鼻塞（干）流涕

(1) 鼻塞清涕

生姜葱白紫苏饮。生姜 10g，紫苏叶 10g，葱白 10g。生姜、紫苏叶、葱白加入 200ml 清水煮开，中火煮 5 分钟，滤渣趁热饮用，可加入少量黄冰糖调味。

(2) 鼻干黄涕

薄荷菊花茶。薄荷 3g、白菊花 3-5 朵，用 200ml 开水冲饮至味淡。

4.咽痛、口干

乌梅饮。乌梅 3-5 个，甘草 5g，白糖适量。乌梅、甘草放入锅中，加水 200ml 煮沸 3 分钟，当茶水饮用。

5.食欲不振

胡萝卜山楂粥。胡萝卜 250g，大米 100g，生姜 4 片，山楂 30g。胡萝卜洗净切片，与大米、生姜、山楂共煮粥食用。

注意事项：上述食材或中药过敏者禁用、过敏体质慎用。孕妇、婴幼儿等特殊人群，应在医师指导下使用。