

河南省洪涝灾害成人常见疾病中医药防治方案(2021年版)

近期,河南发生洪涝灾害,为预防和治疗洪涝灾后引发的各项疾病,充分发挥中医药在防疫方面的重要作用,河南省卫生健康委中医处委托河南省中医院组织专家团队制订了《河南省洪涝灾害成人常见疾病中医药防治方案(2021年版)》,现推荐参考。

痢疾

痢疾是因外感时疫毒,内伤饮食而致邪蕴肠腑,气血凝滞,传导失司,以腹痛、里急后重、下痢赤白脓血为主症的具有传染性的疾病。

临床表现

起病急,有畏寒、发热、乏力、食欲减退、恶心、呕吐、腹痛、腹泻、里急后重。先为稀水样便,1天~2天后稀便转成脓血便,每日排便数十次,量少,失水不显著,常伴肠鸣音亢进或左下腹压痛。

治疗

湿热痢主症:腹痛阵阵,痢下赤白脓血,口干喜饮或伴发热,里急后重,肛门灼热,小便短赤,呕恶,舌苔黄腻,脉滑数。

治法:清热解暑,调气行血。
方药:芍药汤加减。白芍30克,当归15克,黄连15克,槟榔6克,木香9克,炙甘草6克,大黄9克(后下),黄芩15克,肉桂6克。颗粒剂或中药饮片,水煎服,每日1剂。

寒湿痢主症:腹痛拘急或胀满,喜温喜暖,下痢白多赤少或纯白冻,头沉重,舌质淡,苔白腻,脉濡缓。

治法:温中燥湿,调气和血。
方药:不换金正气散加减。苍术12克,陈皮12克,姜半夏10克,厚朴10克,藿香12克,甘草6克,生姜10克,大枣10克。颗粒剂或中药饮片,水煎服,每日1剂。

中成药:藿香正气丸(胶囊、滴丸、水)。

特色疗法

针灸:神阙穴(灸)、足三里穴、关元穴、脾俞穴、胃俞穴。

耳穴:大肠穴、小肠穴、胃穴、脾穴、神门穴。

拔罐:天枢穴、脾俞穴、胃俞穴、大肠俞穴、中脘穴、足三里穴、上巨虚穴。

名老中医经验方

红痢疾方:白头翁30克,马齿苋30克,生山楂30克,生薏苡仁30克。水煎服,每日1剂。适用于湿热型痢疾。

预防及注意事项

1.不进食未洗净的瓜果、蔬菜,少吃熟肉、凉拌菜;食物加工要煮熟,防止饭菜被苍蝇叮爬。

2.饭前便后、加工食物前、进食前要洗手。

3.不随地大小便,与患者和带菌者早期隔离。

4.鲜马齿苋煎服、凉拌;大蒜适量,生吃。

泄泻

泄泻常由外感湿热,内伤饮食等因素,导致脏腑功能失调,诱发以大便稀薄、次数增多为主症的疾病。

临床表现

大便次数增多,粪质清稀;或便次不多,但粪质清稀,甚至如水状;或大便溏薄,完谷不化,便中无脓血。

治疗

寒湿泄泻主症:泄泻清稀,甚则如水样,腹痛肠鸣,脘闷食少,舌苔白腻,脉濡缓。

治法:芳香化湿,解表散寒。
方药:藿香正气散加减。藿香15克,白术20克,陈皮15克,姜半夏10克,大腹皮18克,白芷10克,紫苏12克,茯苓20克,厚朴10克,桔梗10克,甘草6克,生姜10克,大枣10克。颗粒剂或中药饮片,水煎服,每日1剂。

中成药:藿香正气丸(胶囊、滴丸、水)。

湿热泄泻主症:泄泻腹痛,泻下急迫,或泻而不爽,粪色黄褐,气味臭秽,肛门灼热,或身热口渴,小便短黄,舌苔黄腻,脉滑数或濡数。

治法:清利湿。
方药:葛根芩连汤加减。葛根15克,黄芩15克,黄连15克,金银花10克,马齿苋20克,生薏苡仁30克,厚朴10克,茯苓20克,泽泻15克,车前子30克(包煎),甘草10克。颗粒剂或中药饮片,水煎服,每日1剂。

中成药:藿香正气丸(胶囊、滴丸、水)。

寒湿内困主症:呕吐清水,泻下清稀,甚至如水样,腹痛肠鸣,脘闷食少,口淡不渴,小便清而量少,或兼有恶寒,头昏,肢体酸痛,舌苔白腻,脉濡缓。

治法:芳香化湿,散寒和中。
方药:藿香正气散加减。藿香10克,紫苏叶10克,大腹皮10克,炒白术10克,厚朴10克,半夏10克,白芷10克,茯苓15克,桔梗8克,甘草8克,干姜5克,生姜5克,大枣5克,大枣10克。颗粒剂或中药饮片,水煎服,每日1剂。

中成药:藿香正气丸(胶囊、滴丸、水)。

特色疗法

中药热奄包:腹部。
穴位按摩:内关穴,足三里穴。
艾灸:神阙穴,中脘穴,足三里穴。
名老中医经验方
绿豆甘草山楂汤:绿豆50

克~100克,生山楂50克,生甘草10克,白扁豆15克,生姜10克,红糖30克。水煎服,每日1剂。适用于各型食物中毒。

预防及注意事项
1.食物要煮熟煮透,生熟分开,进食前要先洗手。

2.不吃腐败变质或被水浸泡过的食物。不吃淹死、病死的禽畜、水产品。

3.不到无食品经营许可证的摊档购买食品,不自行采摘野生菌类、野菜和野果食用。

4.警惕误食有毒有害物质,食品应储存在干燥、低温且不易被鼠类、苍蝇、蟑螂侵害及杀鼠药等污染处。

感冒
感冒是感受触冒风邪,邪犯卫表而导致的常见外感疾病。发病率高,不仅影响工作和学习,有时还可伴有严重并发症,并具有一定的传染性,应积极防治。

临床表现
以鼻塞,流涕,喷嚏,咳嗽为主症,兼见头痛,恶寒,发热,全身不适,四肢酸痛。

治疗
暑湿伤肺主症:身热,微恶风,汗少,肢体酸痛或疼痛,头昏重胀痛,咳嗽痰黏,鼻塞流涕,心烦口渴,或胸闷脘痞,腹胀,小便短赤。舌苔薄白,脉浮数或浮滑。

治法:清暑祛湿,肃肺解表。
方药:新加香薷饮加减。香薷10克(后下),金银花15克,连翘15克,扁豆花9克,厚朴花15克,黄芩10克,百部10克,炒杏仁10克。颗粒剂或中药饮片,水煎服,每日1剂。

中成药:藿香正气丸(胶囊、滴丸、水),保济口服液等。

风寒袭肺主症:恶寒,发热,无汗,咳嗽,干咳或痰多易咳,或伴有鼻塞,流清涕,咽痒,周身酸楚,口干,尿清长,舌质正常,苔白薄,脉浮或浮紧或浮滑。

治法:疏风散寒,宣肺化痰。
方药:三拗汤合止咳散加减。炙麻黄10克,炒杏仁9克,甘草9克,炙紫菀15克,白前10克,炙冬花12克,荆芥15克,防风15克,陈皮12克,桔梗12克。颗粒剂或中药饮片,水煎服,每日1剂。

中成药:三拗片,荆防败毒散,荆防颗粒。

特色疗法
穴位贴敷:天突穴,膻中穴,大椎穴,肺俞穴,膏肓穴;痰多者可加丰隆穴。

耳穴贴压:心穴,支气管穴,肺穴,脾穴,神门穴,交感穴。配穴:肝穴,大肠穴,肾穴。

拔罐疗法:肺俞穴,大椎穴,风门穴,中脘穴。

名老中医经验方
清肺止咳汤:生麻黄5克,炒葶苈子10克,炒杏仁10克,橘红10克,炙麻黄5克,炒苏子10克,鱼腥草30克,生甘草10克。水煎服,每日1剂。适用于各型肺炎。

预防及注意事项
1.加强锻炼,注意保暖,避免受凉。

2.发生呛水后要及时用清水或者生理盐水漱口。

3.饮食宜清淡,忌食辛辣刺激及肥甘厚腻。

湿疮(湿疹)
湿疮,现代医学称湿疹,是一种具有渗出倾向的瘙痒性皮肤病,其特点是皮疹多形,对称分布,渗出倾向,剧烈瘙痒,反复发作。

临床表现
急性湿疮起病急,皮损广泛,呈多形性,有红斑、丘疹、水疱、糜烂、渗出、痂皮、脱屑,常数种形态同时存在。

急性湿疮皮损损害较轻者,以丘疹、丘疱疹、结痂、鳞屑为主;有轻度糜烂面,颜色较暗红,亦可可见轻度浸润。

治疗
湿热浸淫主症:发病急,皮损潮红灼热,瘙痒无休,渗液流汁,伴身热,心烦口渴,大便干或黏滞,尿短赤,舌质红,苔白腻或黄腻,脉弦滑或数。

治法:清热利湿。
方药:银翘散加减。金银花12克,连翘10克,竹叶10克,荆芥穗6克,薄荷6克(后下),淡豆豉10克,桔梗10克,牛蒡子10克,芦根15克,柴胡18克,黄芩10克,生石膏30克,知母10克,甘草6克。头痛明显者,加桑叶15克,菊花15克;咳嗽痰多者,加川贝10克,杏仁12克;风热化燥伤阴,口干、鼻干、咽干,舌红少津者,加南北沙参各15克,天花粉15克。颗粒剂或中药饮片,水煎服,每日1剂。

中成药:连花清瘟胶囊,银翘解毒颗粒,双黄连口服液,板蓝根冲剂,清热解毒口服液。

特色疗法
耳穴贴压:取肺穴,内鼻穴,外鼻穴,气管穴,神门穴,下屏尖穴。

穴位按摩:头痛取太阳穴,印堂穴,百会穴,合谷穴,风池穴;鼻塞时按摩迎香穴,鼻通穴。

刮痧:合谷穴,曲池穴,大椎穴,太阳穴,风池穴。

预防及注意事项
1.注意避风寒,劳逸结合。

2.可用醋醋加热,关上门窗,每隔一周熏一次。

3.食疗:生姜、葱白、大枣煎服或泡脚;姜糖水、鲜鱼腥草煎服、凉拌;鲜马齿苋煎服、凉拌。

肺炎(肺炎喘嗽)
肺炎属于中医“肺炎喘嗽”范畴,以发热、咳嗽、痰壅、气急、鼻煽为主要症状,肺炎对儿童及老年人的健康威胁较大。

临床表现
多有上呼吸道感染的前驱症状,起病多急骤,高热,寒战,全身肌肉酸痛,咯痰、血痰,食欲下降,偶有恶心、呕吐,腹痛或腹泻。

治疗
暑湿伤肺主症:身热,微恶风,咳嗽痰黏,鼻塞流涕,汗少,肢体酸痛或疼痛,头昏重胀痛,心烦口渴,或胸闷脘痞,泛恶,腹胀,小便短赤,舌苔薄黄而腻,脉濡数。

治法:清暑祛湿,肃肺解表。
方药:新加香薷饮加减。香薷10克(后下),金银花15克,连翘15克,扁豆花9克,厚朴花15克,黄芩10克,百部10克,炒杏仁10克。颗粒剂或中药饮片,水煎服,每日1剂。

中成药:藿香正气丸(胶囊、滴丸、水),保济口服液等。

风寒袭肺主症:恶寒,发热,无汗,咳嗽,干咳或痰多易咳,或伴有鼻塞,流清涕,咽痒,周身酸楚,口干,尿清长,舌质正常,苔白薄,脉浮或浮紧或浮滑。

治法:疏风散寒,宣肺化痰。
方药:三拗汤合止咳散加减。炙麻黄10克,炒杏仁9克,甘草9克,炙紫菀15克,白前10克,炙冬花12克,荆芥15克,防风15克,陈皮12克,桔梗12克。颗粒剂或中药饮片,水煎服,每日1剂。

中成药:三拗片,荆防败毒散,荆防颗粒。

特色疗法
穴位贴敷:天突穴,膻中穴,大椎穴,肺俞穴,膏肓穴;痰多者可加丰隆穴。

耳穴贴压:心穴,支气管穴,肺穴,脾穴,神门穴,交感穴。配穴:肝穴,大肠穴,肾穴。

拔罐疗法:肺俞穴,大椎穴,风门穴,中脘穴。

名老中医经验方
清肺止咳汤:生麻黄5克,炒葶苈子10克,炒杏仁10克,橘红10克,炙麻黄5克,炒苏子10克,鱼腥草30克,生甘草10克。水煎服,每日1剂。适用于各型肺炎。

预防及注意事项
1.加强锻炼,注意保暖,避免受凉。

2.发生呛水后要及时用清水或者生理盐水漱口。

3.饮食宜清淡,忌食辛辣刺激及肥甘厚腻。

脚气(足癣)
脚气,现代医学称足癣、脚癣,是由真菌侵入足部表皮所引起的一种感染性皮肤病。通常发生于两侧足底及趾间。

临床表现
水疱鳞屑型:足部尤其是足底起水疱,聚集成群或融合成大片,疱壁较厚不易破。水疱吸收后,常出现干燥脱屑,自觉刺痒疼痛。

浸渍糜烂型:趾间浸渍糜烂,发白,常自觉发痒而搔抓,破后露出鲜红糜烂面,常继发感染引起淋巴管炎、丹毒或蜂窝织炎。

治疗
一般不需内服药,以局部治疗为主。

特色疗法
苍肤洗剂:苍耳子15克,地肤子15克,土槿皮15克,蛇床子15克,苦参15克,百部15克,枯矾6克。

制法:共研为粗末备用。
用法:取药1包,用布袋包好,加水3000毫升,煮沸20分钟后待温浸泡,或塌渍(冷湿敷)患处。每日2次~3次,每次20分钟。此法适合浸渍糜烂型。

马齿苋水剂:马齿苋30克,水1000毫升。煮沸20分钟,过滤冷却后备用。可塌渍(冷湿敷)患处,每日2次~3次,每次20分钟。此法适合浸渍糜烂型。

羊蹄根散:羊蹄根(土大黄)80克,枯矾20克。研磨成粉。直接扑洒患处,每日2次~3次。如形成结痂,以植物油涂擦去痂。此法适合浸渍糜烂型。

预防及注意事项
1.注意个人卫生,保持手足干燥。

2.患者的鞋子要经常换,避免不良理化因素的刺激。

3.在公共场所更要注意避免皮肤真菌的传染。

土风疮(虫咬性皮炎)
土风疮,也称水疥,现代医学称虫咬性皮炎、丘疹性荨麻疹,是由蚊虫叮咬后引起的一种过敏性疾病。

临床表现
好发于暴露部位,如下肢、躯干等,主要表现为风团样的丘疹、丘疹疹或水疱、大疱。患者有不同程度的瘙痒,严重者可能出现局部疼痛、恶心、呕吐或者关节不适等全身症状。

治疗
内服清热除湿、祛风解毒中成药,如防风通圣丸、荆肤止痒颗粒、金蝉止痒胶囊等。

特色疗法
水渍疮(烂脚)
水渍疮,也称汗斑,俗称“烂脚”。现代医学称间擦疹、浸渍皮炎。该病是因皮肤皱褶处潮湿、摩擦或汗液浸渍而发生的一种皮炎。

临床表现
好发于指(趾)间、腹股沟、外阴、会阴部和肘窝等皱褶部位,基本损害为红斑、肿胀、丘疹、丘疱疹、水疱、浸渍、糜烂、渗出、瘙痒。

治疗
内服清热除湿解毒中成药,如当苦参丸、龙胆泻肝丸、四妙丸等。

特色疗法
红斑丘疹无渗出者,外扑青黛滑石粉、六一散等,外涂炉甘石洗剂,每日2次~3次。

糜烂渗出者,用苦参20克,马齿苋20克,黄柏20克,加水煮沸后继续煎煮20分钟,放凉外洗或塌渍(冷湿敷),每日2次~3次,每次20分钟。

预防及注意事项
1.注意个人卫生,保持环境及皮肤的干燥。

2.避免搔抓,忌用热水烫洗和用肥皂等刺激物洗涤。

3.忌烟酒、辛辣、海鲜等发物。

4.注意个人卫生,保持环境及皮肤的干燥。

水渍疮(烂脚)
水渍疮,也称汗斑,俗称“烂脚”。现代医学称间擦疹、浸渍皮炎。该病是因皮肤皱褶处潮湿、摩擦或汗液浸渍而发生的一种皮炎。

临床表现
好发于指(趾)间、腹股沟、外阴、会阴部和肘窝等皱褶部位,基本损害为红斑、肿胀、丘疹、丘疱疹、水疱、浸渍、糜烂、渗出、瘙痒。

治疗
内服清热除湿解毒中成药,如当苦参丸、龙胆泻肝丸、四妙丸等。

特色疗法
红斑丘疹无渗出者,外扑青黛滑石粉、六一散等,外涂炉甘石洗剂,每日2次~3次。

糜烂渗出者,用苦参20克,马齿苋20克,黄柏20克,加水煮沸后继续煎煮20分钟,放凉外洗或塌渍(冷湿敷),每日2次~3次,每次20分钟。

预防及注意事项
1.注意个人卫生,保持局部干燥,经常外扑干燥性粉剂。

2.经常更换内衣,避免不良理化因素(如潮湿、搔抓、烫洗等)刺激。

脚气(足癣)
脚气,现代医学称足癣、脚癣,是由真菌侵入足部表皮所引起的一种感染性皮肤病。通常发生于两侧足底及趾间。

临床表现
水疱鳞屑型:足部尤其是足底起水疱,聚集成群或融合成大片,疱壁较厚不易破。水疱吸收后,常出现干燥脱屑,自觉刺痒疼痛。

浸渍糜烂型:趾间浸渍糜烂,发白,常自觉发痒而搔抓,破后露出鲜红糜烂面,常继发感染引起淋巴管炎、丹毒或蜂窝织炎。

治疗
一般不需内服药,以局部治疗为主。

特色疗法
苍肤洗剂:苍耳子15克,地肤子15克,土槿皮15克,蛇床子15克,苦参15克,百部15克,枯矾6克。

制法:共研为粗末备用。
用法:取药1包,用布袋包好,加水3000毫升,煮沸20分钟后待温浸泡,或塌渍(冷湿敷)患处。每日2次~3次,每次20分钟。此法适合浸渍糜烂型。

马齿苋水剂:马齿苋30克,水1000毫升。煮沸20分钟,过滤冷却后备用。可塌渍(冷湿敷)患处,每日2次~3次,每次20分钟。此法适合浸渍糜烂型。

羊蹄根散:羊蹄根(土大黄)80克,枯矾20克。研磨成粉。直接扑洒患处,每日2次~3次。如形成结痂,以植物油涂擦去痂。此法适合浸渍糜烂型。

预防及注意事项
1.注意个人卫生,保持手足干燥。

2.患者的鞋子要经常换,避免不良理化因素的刺激。

3.在公共场所更要注意避免皮肤真菌的传染。

中成药:紫雪丹,安宫牛黄丸,血必净注射液,醒脑静注射液。

特色疗法
针刺轻症治法:取督脉经穴、手厥阴心包经穴、阳明经穴为主穴,针刺用泻法,以泄热祛暑。取大椎穴,内关穴,曲池穴,委中穴;重症治法:取督脉经穴为主穴,针刺用泻法,以开窍、泄热、祛暑。取水沟穴,百会穴,十宣穴,曲泽穴,委中穴。

刮痧疗法:适用于中暑轻症,在患者胸、颈、肩、背及手足弯等处,用手指指背或用刮痧板刮拭,直至皮肤出现紫红色瘀斑。

中药直肠滴入:水牛角30克(先煎),冰片6克(后下),石菖蒲15克,白芷15克,栀子15克,煎药600毫升。分3袋,加入冰盐水,直肠滴入。

中药涂擦水牛角30克(先煎),冰片6克(后下),石菖蒲15克,白芷15克,石膏30克,栀子15克。煎药400毫升~600毫升,加入冰盐水,擦浴头额、颈、腋下、腹股沟处。

预防及注意事项
1.注意被褥、衣物、住房环境清洁卫生,防止蚊虫叮咬,家中有猫狗等宠物者要经常洗澡清洁。

2.忌食海鲜、牛羊肉、辛辣刺激性食物。

3.避免搔抓染毒。

中暑(伤暑)
该病是指在夏日酷暑或高温环境下,人在暑湿空气之中,感受暑毒,伤气耗津,而症见突然昏倒,身热汗出,脉虚的急性病症。相当于现代医学热射病(中暑高热)、热痉挛(中暑痉挛)、热衰竭(中暑衰竭)。

临床表现
在高温潮湿环境下出现面色潮红、大量出汗、口渴、多汗、四肢无力、心悸、胸闷、头痛、头晕、皮肤灼热等表现。

早期大量出汗后,继而皮肤干燥,无汗,高热,呼吸浅速,剧烈口渴,眼花,耳鸣,恶心、呕吐,烦躁不安,严重者出现突然昏倒,不省人事,四肢抽搐,大小便失禁。

治疗
暑邪袭表主症:头昏头痛,心烦胸闷,口渴多饮,全身疲软,汗多,发热,面红,舌红,苔黄,脉浮数。

治法:清暑益气生津。
方药:王氏清暑益气汤加减。太子参20克,石斛15克,麦门冬12克,黄芪5克,竹叶9克,荷梗9克,知母9克,粳米15克(包煎),西瓜翠衣30克,滑石30克,甘草6克。颗粒剂或中药饮片,水煎服,每日1剂。

中成药:藿香正气丸(胶囊、滴丸、水),仁丹,清暑益气丸,生脉饮口服液等。

暑入阳明主症:高热汗多,头痛且晕,心烦口渴,面红而垢,气粗,或背恶寒,舌红,苔黄腻少津,脉洪数或虚数。

治法:清暑泄热,益气生津。
方药:白虎加入参汤。石膏30克,知母15克,粳米30克(包煎),太子参15克,甘草6克。颗粒剂或中药饮片,水煎服,每日1剂。

中成药:生脉饮口服液,清开灵注射液,参麦注射液等。

暑陷心包主症:高热烦躁,谵妄或神昏不语,或猝然昏倒,不知人事,身热肢厥,气粗如喘,牙关微紧或口开,舌绛,脉虚数。

治法:祛暑清热,开窍醒神。
方药:清营汤加减。水牛角30克(先煎30分钟),生地24克,元参10克,金银花30克,丹参15克,竹叶10克,黄连6克,连翘10克,麦门冬15克。颗粒剂或中药饮片,水煎服,每日1剂。

暑热动风主症:高热汗多,四肢抽搐,甚则角弓反张,牙关紧闭,神昏不清,或喉中痰鸣,舌绛,苔黄燥,脉弦数。

治法:祛暑清热,熄风止痉。
方药:羚羊钩藤汤加减。水牛角30克,钩藤12克(后下),桑叶15克,菊花15克,鲜生地15

克,生白芍10克,川贝母12克,竹茹15克,茯神15克,防风12克。颗粒剂或中药饮片,水煎服,每日1剂。

中成药:紫雪丹,安宫牛黄丸,血必净注射液,醒脑静注射液。

特色疗法
针刺轻症治法:取督脉经穴、手厥阴心包经穴、阳明经穴为主穴,针刺用泻法,以泄热祛暑。取大椎穴,内关穴,曲池穴,委中穴;重症治法:取督脉经穴为主穴,针刺用泻法,以开窍、泄热、祛暑。取水沟穴,百会穴,十宣穴,曲泽穴,委中穴。

刮痧疗法:适用于中暑轻症,在患者胸、颈、肩、背及手足弯等处,用手指指背或用刮痧板刮拭,直至皮肤出现紫红色瘀斑。

中药直肠滴入:水牛角30克(先煎),冰片6克(后下),石菖蒲15克,白芷15克,栀子15克,煎药600毫升。分3袋,加入冰盐水,直肠滴入。

中药涂擦水牛角30克(先煎),冰片6克(后下),石菖蒲15克,白芷15克,石膏30克,栀子15克。煎药400毫升~600毫升,加入冰盐水,擦浴头额、颈、腋下、腹股沟处。

预防及注意事项
1.注意被褥、衣物、住房环境清洁卫生,防止蚊虫叮咬,家中有猫狗等宠物者要经常洗澡清洁。

2.忌食海鲜、牛羊肉、辛辣刺激性食物。