

引用:赵巧巧,苏衍进,王郁金,等. 基于“未病先防,既病防变,瘥后防复”论新型冠状病毒肺炎防治措施[J]. 现代中医药,2023,43(4):26-30.

基于“未病先防,既病防变,瘥后防复” 论新型冠状病毒肺炎防治措施^{*}

赵巧巧 苏衍进^{**} 王郁金 李慧 张苗
(陕西中医药大学,陕西 咸阳 712046)

摘要:中医学浩瀚的宝藏中对于疫情的诊疗有着独特的认识。中医讲究防与治结合,从疫情爆发开始中医药“未病先防,既病防变,瘥后防复”的三防思想就灵活运用到防治新型冠状病毒肺炎(corona virus disease 2019, COVID-19)的过程中,中医药三防思想因疾病所处的不同阶段灵活运用,现分别论述未病先防、既病防变、瘥后防复这三种防治措施在疾病发生前的预防,发病中治疗以及疾病恢复后的保健作用,未病先防、既病防变、瘥后防复这三种防治措施的适用范围主要以未患有新冠肺炎、新冠肺炎治疗中以及新冠肺炎康复中的成年人为主,在防疫工作中面对不同疾病阶段的患者时需要医者灵活运用,为全国各省同仁运用中医防治 COVID-19 提供参考依据。

关键词:新型冠状病毒肺炎;中医药治疗;未病先防;既病防变;瘥后防复

中图分类号:R254.3

文献标识码:A

文章编号:1672-0571(2023)04-0026-05

DOI:10.13424/j.cnki.mtcm.2023.04.005

新型冠状病毒肺炎(corona virus disease 2019, COVID-19)自爆发起各省出现了不同的临床表现,但是就整体而言患者是以发烧为主,部分患者也会伴有感冒和(或)腹泻的临床表现等;2021 年底 2022 年初陕西省发现的部分患者主要以头痛为主;重症患者呼吸困难,甚至休克等^[1];还有患者无任何临床表现,核酸检测为阳性。COVID-19 属于中医“疫病”范畴,我国中医学经典《黄帝内经》中对疫病早有所描述:《素问·六元正纪大论篇》,论述各运气条件下所发病证时,出现了疠(厉)、温疠的病名,属于疫病范畴^[2]。据资料显示,在我国历史上曾发生过 352 次疫病流行^[3],在这个过程中各代医家们在实践中逐步完善总结了中医治疗疫病的经验。由于现阶段对于新型冠状病毒的研究仍处于研究阶段,且病毒变异速度之快,在国家卫生健康委员会的总指导下,各地卫生健康委员会根据自己本省的具体情况相继发布了适合本省疫情的诊疗方案,其中包括中医诊疗方案,中医治

疗疾病讲究三因制宜,故各地的中医治疗存在不同的差别,但中医治疗疾病总的指导思想依然遵循中医学理论指导,故从中医“未病先防,既病防变,瘥后防复”的中医三防思想出发,总结中医对于未病、已病以及疾病治愈后的防治措施,希望能够为中医药治疗 COVID-19 提供参考。

1 未病防治

1.1 未病防治的理论基础 未病防治是中医“未病先防,既病防变,瘥后防复”的三防思想中针对未病的一种治疗思想,指先于疾病采取预防措施,是一种先进的预防思想,《黄帝内经》提出:“圣人不治已病治未病”,《丹溪心法》曰:“与其救疗于有疾之后,不若摄养于无疾之先。”^[4]均为后世医者指出了未病防治思想的重要性。《黄帝内经》曰:“正气存内,邪不可干”“邪之所凑,其气必虚”,指出了正气不足是疾病发生的主要原因,但是邪气也是导致疾病发生的重要因素,因此增强机体的正气与避免邪气是未病防治的主要措施。

^{*} 基金项目:陕西省中医药管理局项目(LCMS038)

^{**} 通讯作者:苏衍进,博士,主任医师。E-mail:suyanjin2008@126.com

1.2 扶助正气

1.2.1 调理形神 中医学强调整体观念,其中包括“形神一体观”,“形”是“神”进行功能活动的物质基础,“神”统摄“形”,形神对于机体正常生命活动有着至关重要的作用。中医有“太极拳”“八段锦”“五禽戏”等传统强身方法,长时间练习这些方法可以起到调养形体,促进身体气血流畅加强人体抵抗外邪的能力。中医八段锦能够提高机体免疫力,与其他药物一起协同促进 COVID-19 患者正气恢复^[5]。《素问·上古天真论篇》曰:“恬淡虚无,真气从之,精神内守,病安从来。”强调了神对于疾病的影响。COVID-19 自爆发以来,因其发病的突然性,传染性,病毒变异性以及持续的时间之久,已经给人们的生活造成了一定恐慌,导致大家提“新冠”色变,如果这些不良情绪长时间存在会使得人们的精神行为等出现一些不理智现象^[6],故及时的思想教育也很关键,让广大人群学会自我调节,自我放松,以一种积极的态度面对抗击疫情过程中出现的一些不好的现象以及暂时的困难等,做到“恬淡虚无”,减少心理负担,使得“精神内守”,降低疾病的发生,这也是中医“未病先防,既病防变,瘥后防复”的三防思想中“未病先防”所希望达到的临床效果。

1.2.2 饮食有节,起居有常 《素问·藏气法时论篇》指出:“五谷为养,五果为助,五畜为益,五菜为充。气味合而服之,以补精益气。”中医“未病先防,既病防变,瘥后防复”的三防思想中“未病先防”的一个重要方式就是饮食,饮食的合理摄入对于机体正常的生命活动是至关重要的,冬季又是一个适合进补的季节,故平时的饮食中应该学会合理搭配,均衡膳食,同时我们平时食用的一些食物也具有中药的作用,如萝卜、山药、薏苡仁、白扁豆等可以补气、祛湿、健脾等,多进食这类食物能够扶助机体的正气;《素问·四气调神大论》指出:“冬三月,此谓闭藏。水冰地坼,无扰乎阳,早卧晚起,必待日光。”故应该顺应冬日养生规律,保证充足睡眠,同时注意保暖。

1.2.3 中药防治 中医治疗疾病讲究三因制宜的思想,且多位中医临床专家在疫情爆发之初就将这一思想运用到了疫情治疗中,提出各省、自治

区和直辖市应该根据各自不同的地理、人文、时间特点制定中医预防方案^[7]。中医“未病先防,既病防变,瘥后防复”的三防思想中“未病先防”的思想中包含早期运用一些扶助正气的药物,有助于机体抵抗外邪。针对 2021 年底 2022 年初的陕西疫情,笔者认为冬季疫情反复且冬季也是流感的高发季节,故在预防中应该以散风寒,扶助正气为主,方选扶正屏风散,该方在甘肃疫情中的起到了很好的治疗作用,且得到了钟南山院士的赞扬^[8];该方组成:生黄芪 15 g,防风 9 g,麸炒白术 15 g,麸炒苍术 6 g,连翘 9 g,荷叶 6 g,生姜 3 g,方中玉屏风散,益气扶正,提高机体免疫^[9];在国家《方案》中提到早期治疗 COVID-19 的原则是辟秽化浊与健运脾胃相对应^[10],故全国各省相继发布的治疗 COVID-19 的中药处方中均使用大量的化湿药物,该方中麸炒苍术、连翘、荷叶、生姜化湿,兼清郁热,针对疫病湿邪为患,湿易化热的特点。

1.3 避其邪气 陕西此次爆发的疫情爆发突然,变异毒株存在社区传播,传染性更强,流行速度快,针对这样的严峻的疫情形式,陕西省很快做出了应对策略,封城隔离,减少了人员流动。其这一措施与中医学“避其邪气”的思想是一致的,而中医“未病先防,既病防变,瘥后防复”的三防思想中“未病先防”强调“防”,即“避”的含义。古往今来针对疫病的爆发首先采取的措施就是隔离,而中医对于隔离的认识更加的全面,其在强调隔离措施的同时也强调了人体情志的调节。首先此次疫情疾病属于呼吸系统疾病,主要以呼吸道飞沫和接触传播,人群普遍易感,故在预防阶段应该严格做好个人防护:戴口罩、手消毒;减少外出,做好居家隔离措施;门窗通风换气;注意与别人交谈时的个人礼仪等^[11]。另外许多中药具有芳香避秽行气化湿,驱散疫邪的作用^[12],可将其装在香囊中随身佩戴,散疫邪畅情志。我国在过去一年与新型冠状病毒的斗争中取得了不错的成绩,这与我国积极的采取了全民居家隔离、随时戴口罩等措施密不可分。当下疫情还未完全被消灭,因此广大人群应该积极配合各地关于“避其邪气”的措施,共同努力,早日战胜疫情。

2 既病防变

2.1 既病防变的理论基础 《金匱要略》依照《黄

帝内经》中“未病先防,既病防变,瘥后防复”的三防思想中的“既病防变”的思想提出:“见肝之病,知肝传脾,当先实脾”即在疾病的早期采取一定的治疗方式防止疾病的发展及传变;据报道:陕西 2021 年底 2022 年初疫情中,病例主要以轻型与普通型为主,重症率相对较低,中医证候主要以寒湿犯肺证为主,部分患者为湿热并重证,以及热毒闭肺证为主,针对这一特点,应该积极运用中医“未病先防,既病防变,瘥后防复”的三防思想中的既病防变的中医思想,早期积极运用中西医结合治疗,阻止疾病加重,降低后期的治疗难度,为患者及家属减轻痛苦与负担。患者入院后将患者进行积极的筛查,根据患者高热、大便不通、舌苔由白转黄甚至转红、脉象洪数,辅助检查:淋巴细胞下降、白介素 6 升高、胸片肺炎征象快速进展以及氧饱和度(尤其以活动后氧饱和的为主)的下降作为标准,将可能有加重倾向的患者进行分类,早期运用中医治疗,截断病邪,扭转病情^[13]。

2.2 合理选用三方三药

2.2.1 三方 清肺排毒汤是此次疫情中使用频率较高的一个中药方剂,该方是由汉代张仲景所著《伤寒杂病论》中的多个治疗寒邪外感的经典方剂化裁而成^[14],具有解表透邪、宣肺止咳、化湿清热、辟秽排毒之功效^[15-17]。主要适用于 COVID-19 寒湿疫毒证,在初期解表化湿,湿热蕴肺时清热化湿解毒,同时具有健脾利湿顾护脾胃之效,在新冠疫情轻型、普通型、重型、危重型病例中通用,有效率在 90% 以上。值得注意的是该方是一个治疗该病的基础方剂,并不能预防疾病。

宣肺败毒汤宣肺败毒方一共由 13 味中药配伍而成,适用于湿毒郁肺证,具有宣肺理气、化湿解毒之效。从网络药理学研究表明,该方能够治疗 COVID-19 的主要原因有:其药物组成中有 326 个与 COVID-19 相关的靶点,能够通过多成分-多靶标-多生物学途径起效对抗 COVID-19 的多种症状^[18];能够抑制由新冠病毒引起的机体的一些反应包括炎症因子对于机体的冲击以及过度激活的免疫反应。该方在减少轻症患者转重症方面表现出独特优势,临床疗效确切,是一个能够充分体现中医“未病先防,既病防变,瘥后防复”的三防思想

中“既病防变”思想的治疗方剂。

化湿败毒汤是疫情爆发之初武汉各医院治疗 COVID-19 的基础方剂^[19],同时方舱医院的对照试验也证实了其治疗的有效性,该方由麻杏石甘汤、葶苈大枣泻肺汤等经典方剂优化组合而成,有 14 味中药,具有清肺平喘、燥湿健脾、扶正祛邪等功效。网络药理学研究表明该方用以治疗 COVID-19 是因为它可以直接消灭病毒,或增强自身免疫力^[20-21]。

2.2.2 三药 金花清感颗粒是一种抗病毒的中成药,是国家卫生健康委员会发布的 COVID-19 诊疗方案(试行第八版)^[22]中推荐的三种中成药之一,该方由麻杏石甘汤和银翘散两方组成,具有疏风宣肺、清热解毒之效,在 COVID-19 患者的使用中发现该方对于治疗轻型和普通型患者有较好的疗效^[23],能够改善患者发热,咽痛,鼻塞流涕等的临床表现,同时实验室指标也显示免疫学指标也有一定的作用,故针对这类病人,应该充分运用中医“未病先防,既病防变,瘥后防复”的三防思想中“既病防变”思想。

连花清瘟胶囊与金花清感颗粒同属于老药新用,该药之前在抗击非典型肺炎时就上市,此次在治疗 COVID-19 中也具有重要作用。其具有清瘟解毒,宣肺泄热之效,适用于流行性感冒属热毒袭肺证,临床证实对于治疗轻型、普通型新型冠状病毒患者确有疗效^[24]。但是针对 COVID-19 这样致病性强的病毒,单用一种药物抗病毒是远远不够的,因此使用时应该结合患者的临床表现与其他抗病毒药物同时使用。

血必净注射液以血府逐瘀汤化裁为基础,2003 年为了应对非典型肺炎上市使用,该药物结合了西医学药理、毒理、炎症等理论,具有化瘀解毒之效,适用于瘀毒互结,邪毒内陷证所致的发热、喘促、烦躁、神昏等临床症状^[25],西医主要表现为多个脏器的功能衰竭,对于治疗 COVID-19 重型、危重型疗效较好,分析其原因主要是该药物能够对抗机体损伤是出现的炎症风暴、提高机体氧饱和度。故面对一些 COVID-19 重型、危重型,临床中应该合理运用中医“未病先防,既病防变,瘥后防复”的三防思想,对疾病进行积极干预。

3 瘥后防复

3.1 瘥后防复的理论基础 中医“未病先防,既病防变,瘥后防复”的三防思想中的“瘥后防复”就是指“除邪务尽”,防止疾病复发,是中医治病思想延伸到康复的过程。国内之前有报道^[26]新冠患者在治愈出院 10 d 后复查核酸检测为阳性的病例,故出院不是疾病治疗的终点,后期的康复治疗依然十分关键。

3.2 措施 对于已经治愈出院的 COVID-19 患者必须居家健康检测 14 d。此外根据三因制宜的原则辨证后给予中药治疗,2021 年底 2022 年初陕西疫情病例主要以寒湿疫毒证为主,病位涉及肺、脾两脏。故笔者认为我们可以借鉴甘肃方剂中益肺健脾方加减,益肺健脾、培土生金、化湿和胃,在消除后遗症状的同时以防复发。同时 2021 年底 2022 年初陕西省的新冠病例中头痛患者较多,故在后期康复中可以酌情配合针灸治疗^[27]。或者佩戴含有艾叶、菖蒲、薄荷、藿香等药物的香囊,愉悦心情又可辟邪、化浊解毒预防病毒感染^[28]。这些措施充分体现了中医“未病先防,既病防变,瘥后防复”的三防思想中的“瘥后防复”。

4 讨论

在中医学浩瀚的海洋里有很多关于疫病的治疗经验,在 2021 年底 2022 年初 COVID-19 来势凶猛,传播速度较之前发生过的传染病相比更加的迅速,人群易感以及西医不能迅速找出病原体对症施治等各种不利的因素下,中医结合疫情爆发的时间、地理位置以及人群的体质等快速的确定了病因并辨证论治,期间“三方三药”以及各省、市不同的中医处方相继产生,并在临床实践中取得了不错的治疗效果,甚至“三方三药”也已经走出国门为国际疫情做出了贡献。虽然临近年关依然有部分省份有 COVID-19 病例出现,甚至于有变异后更加凶猛的病毒出现,但是经历过武汉疫情之后,各省、市等已经将中医“未病先防,既病防变,瘥后防复”的“三防”思想完全渗入到疫情防控的各种行动中,面对不同疾病阶段的患者灵活运用“三防”思想。结合现在国内外疫情形式,COVID-19 需要一段时间才能被攻克,所以全国人民需要共同努力,未来一段时间依然需要在国家卫健委

的统一指挥下继续结合“三因制宜”辨证施策,对未罹疾病者做好教育疏导工作,学会正确合理的预防手段;对罹患疾病者积极治疗,早期使用中医中药治疗,避免疾病加重增加后期的治疗难度以及患者的痛苦;对病愈者使用中医中药扶助正气,条件允许的者可学习中医传统保健方式,强身健体。笔者认为在大家共同的努力下,在未来一段时间里一定会战胜 COVID-19。

中医药文化是一笔宝贵的财富,因此无论是在此次疫情中中医“未病先防,既病防变,瘥后防复”的三防思想的运用,还是平时的日常生活中中医药都具有很重要的作用。相较于其他国家我们中国在中西医结合治疗疾病方面具有独特的优势,在国家大力提倡中西医结合治疗的大环境下中西医结合治疗将会是未来治疗疾病的一种重要方式。早先屠呦呦团队发明了治疗疟疾的青蒿素,获得了诺贝尔奖就已经向世界证明了中医中药的博大精深,2021 年底 2022 年初抗击 COVID-19 中,中医药更是取得了可喜的成绩,这些均是中医向世界展示的名片。笔者认为现阶段对于中医药的发掘力度依然不够,未来在网络药理学、人工智能等技术在中医药领域的不断应用与创新,中医药文化必将会在医学及其相关领域大放异彩。

参考文献

[1] 国家卫生健康委办公厅. 新型冠状病毒感染的肺炎诊疗方案(试行第六版)[S]. 2020.

[2] 黄玉燕,胡镜清,卢红蓉,等.《黄帝内经》疫病发病与防治理论概述[J]. 中国中医基础医学杂志,2020,26(4): 421-423,429.

[3] 王文远. 古代中国防疫思想与方法及其现代应用研究[D]. 南京:南京中医药大学,2011.

[4] 张闯,张夏梦,夏雨果,等. 基于“未病先防,既病防变,瘥后防复”理论探讨疫病的中医疗治[J]. 西部中医药, 2021,34(9):1-4.

[5] 李晓宇,谢立科,郝晓凤,等. 中医药诊治新型冠状病毒肺炎研究进展[J]. 世界中医药,2020,15(3):320-324.

[6] 魏华,李廷玉. 新型冠状病毒肺炎疫情对不同人群心理的影响及心理干预的建议[J]. 儿科药学杂志,2020,26(4):6-7.

[7] 于明坤,柴倩云,梁昌昊,等. 新型冠状病毒肺炎中医预防及诊疗方案汇总分析[J]. 中医杂志,2020,61(5): 383-387.

- [8] 王鑫,张志明,王功臣,等.“甘肃方剂”在新型冠状病毒肺炎防治中的应用策略分析[J]. 中国实验方剂学杂志,2020,26(16):21-25.
- [9] 占心愉,甘海宁,李钰婷,等. 玉屏风颗粒对免疫失衡大鼠的影响[J]. 中成药,2020,42(1):204-208.
- [10] 任伟钰,苏敬,刘永琦,等. 全国各省区中医药治疗新型冠状病毒肺炎(COVID-19)的诊疗方案分析[J]. 中草药,2020,51(5):1139-1146.
- [11] 张燕. 从中医“治未病”理论谈新型冠状病毒肺炎(COVID-19)的中医预防[J]. 中医药信息,2020,37(2):5-8.
- [12] 祁亚锋,宋忠阳,雍文兴,等. 张志明“从湿论治”新型冠状病毒肺炎[J]. 实用中医内科杂志,2021,35(6):123-125.
- [13] 姜春华. 姜春华论医集[M]. 福州:福建科学技术出版社,1986:605-608.
- [14] 张培旭,贾波. 清肺排毒汤治疗新冠肺炎的“清肺”与“排毒”意义探讨[J]. 中国实验方剂学杂志,2022,28(6):206-212.
- [15] 沈爱明,张伟,吴卓,等. 清肺排毒汤治疗新型冠状病毒肺炎的中医理论分析[J]. 辽宁中医杂志,2020,47(3):106-108.
- [16] 滕俊,姜云宁,柴欣楼,等. 中西医结合治疗新型冠状病毒肺炎研究进展[J]. 中医学报,2020,35(4):720-725.
- [17] 姚佳,史晓燕,陈秋,等. 清肺排毒汤治疗新型冠状病毒肺炎的方药理论研究[J]. 辽宁中医杂志,2020,47(5):94-98.
- [18] 王毅,李翔,张俊华,等. 基于网络药理学的宣肺败毒汤治疗新型冠状病毒肺炎机制研究[J]. 中国中药杂志,2020,45(10):2249-2256.
- [19] 王继超,林龙熠,李博腾,等. 中药防治新型冠状病毒肺炎(COVID-19)的研发进展[J]. 沈阳药科大学学报,2021,38(7):751-761.
- [20] Song HX, Wang H, Ma XR, et al. Research on the potential mechanism of Huashi Baidu Recipe against novel coronavirus pneumonia (COVID-19) by network pharmacology and molecular docking technology[J]. Journal of Hainan Medical University, 2020, 26(23):1761-1769.
- [21] Liao Y, Yin B, Jin Z, et al. TCM theoretical analysis and modern pharmacological mechanism of Huashi Baidu decoction in treating severe novel coronavirus pneumonia[J]. Journal of Hainan Medical University, 2020, 26(16):1209-1213.
- [22] 国家卫生健康委员会,国家中医药管理局. 新型冠状病毒肺炎诊疗方案(试行第八版)[J]. 中国病毒病杂志,2020,10(5):321-328.
- [23] 张佳莹,李丽,汪晓军,等. 金花清感颗粒治疗成人新型冠状病毒肺炎患者的多中心前瞻性队列研究[J]. 北京医学,2021,43(9):866-870.
- [24] Cheng DZ, Wang WJ, Li Y, et al. Analysis of curative effect of 51 patients with novel coronavirus pneumonia treated with Chinese medicine LianhuaQingwen: a multi-centre retrospective study[J]. Tianjin Journal of Traditional Chinese Medicine. 2020,37(5):509-516.
- [25] Pan F, Pang B, Liang TX, et al. Discussion on the prevention and treatment of COVID-19 in traditional Chinese medicine[J]. Beijing Journal of Traditional Chinese Medicine. 2020,39(2):125-130.
- [26] 中国新闻网. 成都-新冠肺炎治愈患者出院 10 日后复检出核酸阳性[EB/OL]. <http://www.chinanews.com/sh/2020/02-21/9099542.html>, 2020-02-21/2020-03-05.
- [27] 殷贞燕,韩织优,刘菲,等. 中医针灸治疗头痛的临床效果评价[J]. 中医临床研究,2018,10(25):41-42.
- [28] 刘菊,崔瑛,白明学,等. 基于中医药预防治疗新型冠状病毒肺炎的用药探析[J/OL]. 中草药:1-5[2023-05-28]. <http://kns.cnki.net/kcms/detail/12.1108.R.20200212.1133.002.html>.

(修回日期:2022-04-21 编辑:蒲瑞生)