

扶正祛邪 讓中醫藥在疫情防控中發揮優

勢

巴彥淖爾市政府門戶網站 www.bynr.gov.cn

http://www.bynr.gov.cn/xxgk/dttx/bmdt/202002/t20200210_284406.html

2020-02-10

近期，新型冠狀病毒感染的肺炎疫情牽動著每一位國人的心，在疫情防控形勢日益複雜和關鍵的當下，巴彥淖爾市中醫醫院充分發揮中醫藥特色優勢，傳承精華、守正創新，通過中西醫“聯手”，協同防疫、治疫，切實肩負起公立醫院的社會責任。

內蒙古自治區“基層名中醫”、市中醫醫院副院長劉健，作為市防控工作指揮部專家組成員，從五原縣確診病例救治一線歸來後，按照《新型冠狀病毒感染的肺炎診療方案（試行第四版）》中的中醫治療方案，針對此次新型冠狀病毒感染的肺炎發病特點，結合臨床工作經驗及我市氣候特徵，本著高度負責的態度，開具了中藥預防方劑和食療方，供廣大市民選用。此方功效為補中益氣、祛風散寒、滋陰補腎、清熱解毒，可增強人體抵禦外邪的能力，提高機體免疫功能。

中藥方劑——扶正祛邪解毒湯：黃芪 30g，白術 20g，防風 6g，天冬 15g，沙參 20g，連翹 15g，黃芩 10g，炙甘草 10g，烏梅 10g。每天 1 服，連用 5~7 天，8 歲以下小兒半量。

食療方——梅杏三豆解毒湯：烏梅 10g，黑豆 30g，綠豆 30g，黃豆 30g，冰糖 30g，杏仁 10g。每天 1 服，連用 5~7 天。

※特別注意：

孕婦服用本方去杏仁加生甘草 10g

8 歲以下小兒半量

糖尿病患者去冰糖

自 1 月 31 日（初七）起，市中醫醫院門診就診患者明顯增多，正常就診秩序逐漸恢復。為降低患者增多帶來的交叉感染風險，充分發揮中醫藥特色優勢，該院在日常清潔消毒之外，分時段、分區域在人群聚集處和部分科室使用艾熏，讓醫院飄滿艾香，發揮熏艾條除濕、殺蟲、除菌的作用。除此之外，藥劑科加班加點熬制中藥預防方劑——扶正祛邪解毒湯送至防控一線，供預檢分診、發熱門

診、CT室、放射科等重點科室醫護人員服用，擴大中醫藥在疫情防控中的協同作用。

中醫藥防治疾病往往不是著眼於病，而是調動機體自身的抗病能力，在改善臨床症狀、減少併發症、提高生活品質等方面具有獨到優勢。市中醫醫院將在接下來的抗擊疫情戰鬥中，進一步扎實做好當前中醫藥防控新型冠狀病毒感染的肺炎工作，充分發揮中醫藥在疾病預防和治療過程中的獨特作用，推動中西醫協同防控疫情再上新臺階，為打贏這場“沒有硝煙的戰爭”貢獻更多的中醫力量。

據《內經》所述：“法於陰陽，和於術數，食飲有節，起居有常，不妄作勞”，以使形與神俱，正氣存內，則邪不可幹。所以在疫情防控期間須注意以下幾點：

一、早睡早起，切勿熬夜，熬夜最傷五臟，五臟一傷，正氣減弱，容易感染病毒；

二、調節飲食，儘量清淡些，忌煎炸、燒烤、油膩、粘滑（指糯米做的食物以及月餅等）、生冷（多數寒涼水果、霜淇淋、剛從冰箱取出的食物飲料等）、牛奶、辣椒等物。尤其是不要吃生濕之物，包括生冷水果、生魚片、霜淇淋等，以免耗損脾陽，導致濕濁內滯；

三、積極運動，可以打太極、做瑜伽、站樁等室內運動，運動可以宣暢陽氣，使周身陰霾自散；

四、遠離怨恨惱怒煩五毒，開心起來，樂一樂，周身陽氣都會調動起來。快樂能讓心神和暢，心為五臟六腑之大主，心一快樂，五臟六腑皆歸於平衡。（文/孫志）