

附件:

2025年北京冬季流感中医药防治方案（试行）

2025年12月

2025年入冬以来，北京地区流感病例持续增多，呈活动上升阶段，目前病例以甲型H3N2亚型占比多数，有少量甲型H1N1和乙型流感病毒同期流行。因受冬季气候及夏秋季雨水丰沛影响，今冬流感临床初期多见风寒束表，燥热伤肺，兼夹湿邪的表现，重症患者可发展至热毒壅肺，甚至出现毒热内陷，内闭外脱的危重型，后期常有气阴两虚表现。本方案经北京市中医药管理局流感专家组讨论制定，包括成人流感治疗方案、儿童流感治疗方案、中医适宜技术和预防方案，推荐的基础方可以临证时据证加减。

一、成人流感治疗方案

（一）中药汤剂

1、轻型

【辨证分型】风寒束表，肺燥夹湿

【临床表现】恶寒发热，乏力，身痛，全身酸沉，咽喉干燥，饮不解渴，咽痒咽痛，干咳少痰，恶心纳差，腹泻腹胀，舌苔白或白腻，脉浮。

【治法】疏风散寒，润肺化湿

【基础方】

炙麻黄 苦杏仁 羌活 荆芥

北沙参 金银花 防 风 蝉 蛻
牛蒡子 桑 叶

临床医师根据病人情况选择药物用量。水煎服，日一剂，每剂水煎400毫升，每次口服200毫升，一日二次。也可以应用中药颗粒剂治疗，服用方法参照说明书。

【加减应用】恶寒重可加桂枝；鼻塞流涕可加辛夷；湿重可加藿香；热重可加柴胡；身痛甚可加独活；咳嗽甚可加紫菀、枇杷叶；腹泻可加半夏、黄连；纳差加砂仁。

2、中重型

【辨证分型】热毒壅肺

【临床表现】高热，咳嗽，咽红咽痛，目赤睑红，口渴喜饮，胸闷憋气，喘促气短，舌红苔黄，脉滑数。

【治 法】清热解毒，宣肺透邪

【基 础 方】

炙麻黄 苦杏仁 生石膏 知 母
北沙参 牛蒡子 浙贝母 黄 芩
连 翘 青 蒿 鱼腥草 生甘草

临床医师根据病人情况选择药物用量。煎服方法同上。

【加减应用】热毒较重可加水牛角或加大生石膏用量；大便干燥加大黄；痰多色黄可加瓜蒌。

3、危重型

【辨证分型】毒热内陷，内闭外脱

【临床表现】神识昏蒙、淡漠，口唇爪甲紫暗，呼吸浅促，咯粉红色血水，胸腹灼热，四肢厥冷，汗出，尿少，舌红绛或暗淡，脉沉细数。

【治法】益气固脱，清热解毒

【基础方】

生晒参	炮附子	山萸肉	黄连
生大黄	青蒿	金银花	枳实

临床医师根据病人情况选择药物用量。水煎服，每日1-2剂，每剂浓煎150毫升，频服。

【加减应用】可随证候及症状变化加减。

4、恢复期

【辨证分型】气阴两虚，余邪未尽

【临床表现】疾病恢复期，乏力，气短，咳嗽，痰少，纳差，舌暗或淡红，苔薄，脉细。

【治法】益气养阴，清解余邪

【基础方】

沙参	麦冬	五味子	浙贝母
杏仁	青蒿	枇杷叶	焦三仙

临床医师根据病人情况选择药物用量。水煎服，日一剂，每剂水煎400毫升，每次口服200毫升，一日二次。

【加减应用】可随证候及症状变化加减。

(二) 中成药治疗

1、按中医证候选用

轻型患者，可选用通宣理肺口服液（丸、颗粒）、荆防颗粒（合剂）、葛根汤颗粒（片）等解表散寒。可选用藿香正气水（胶囊）、荆防颗粒（合剂）、宣肺败毒颗粒等散寒祛湿。可选用银翘解毒丸（片、颗粒）、金花清感颗粒、芎菊上清颗粒、双黄连口服液（颗粒）、连花清瘟胶囊（颗粒）、疏风解毒胶囊等疏风清热。可选用感冒清热颗粒（软胶囊）、防风通圣丸（颗粒）疏风散寒，解表清热，表里双解。

中重型患者可选用清开灵颗粒、痰热清胶囊等解毒清热。

毒壅气营、内闭外脱者可选用安宫牛黄丸或紫雪丹等。

恢复期可选用生脉饮（颗粒）益气养阴。

2、按临床症状选用

以发热、恶寒、流清涕和肌肉酸痛为主症的患者，酌情选用感冒清热颗粒（软胶囊）、通宣理肺口服液（丸、颗粒）、荆防败毒丸、荆防颗粒（合剂）、葛根汤颗粒（片）。

以发热、咳嗽为主症的患者，酌情选用连花清咳片。

发热低中度兼见咽干、头痛、肌肉酸痛者，酌情选用金花清感颗粒、连花清瘟胶囊（颗粒）；发热兼咳嗽、腹胀、便干者，酌情选用防风通圣丸（颗粒）；兼见咽喉肿痛、咳嗽明显者，酌情选用退热清咽颗粒、清咽润喉丸、板蓝根颗粒、银翘解毒丸（片、颗粒）、抗病毒颗粒、双黄连口服液（颗粒）；兼见明显咳嗽、鼻塞、咽痛者，酌情选用芎菊上清颗粒、疏风解毒胶

囊；兼见乏力、头昏沉、脘腹胀痛者，酌情选用藿香正气胶囊（水）；兼见头痛、咽痛、口渴、便秘者，酌情选用柴石退热颗粒。

高热不退，神识昏迷，可选用安宫牛黄丸。

热盛惊厥、抽搐谵语，酌情选用至宝丹、紫雪丹。

后期症见自汗、心慌气短者可选用生脉饮（颗粒）。

二、儿童流感治疗方案

（一）中药汤剂

1、轻型

【辨证分型】 风寒袭表，肺燥夹湿

【临床表现】 恶寒发热或恶风，鼻塞流涕，口干渴，咽红，干咳少痰，纳差，腹泻，舌质淡红，苔薄白，脉浮，指纹浮红。

【治 法】 疏风解表，润燥化湿

【基 础 方】

桑 叶	杏 仁	北沙参	羌 活
金银花	连 翘	芦 根	麦 冬
浙贝母	炙甘草		

【加减应用】 风寒可加麻黄、桂枝；风热可加防风、薄荷；鼻塞流涕可加辛夷；湿重可加藿香、佩兰；热重可加柴胡、石膏；身痛甚可加独活；咽痛甚加牛蒡子；咳嗽甚可加紫菀、枇杷叶；恶心呕吐加竹茹、陈皮；腹泻可加黄连；纳差加薏苡仁、鸡内金。

临床医师根据儿童年龄、体重情况选择药物用量。水煎服，日一剂，每剂水煎300毫升，口服：3~6岁，每次50毫升，一日二次；6~14岁，每次100毫升，一日二次；14~18岁，每次150毫升，一日二次。也可以应用中药颗粒剂治疗，服用方法参照说明书。

2、中重型

【辨证分型】痰热壅肺

【临床表现】高热，咳嗽喘促，喉间痰鸣，痰稠色黄，鼻翼煽动，面赤唇红，口干渴，小便短赤，舌质红，苔黄腻，脉滑数，指纹紫滞。

【治法】宣肺清热，止咳化痰

【基础方】

炙麻黄	苦杏仁	生石膏	桔梗
黄芩	前胡	连翘	瓜蒌
浙贝母	鱼腥草	太子参	莱菔子

临床医师根据儿童年龄、体重情况选择药物用量。煎服方法同上。也可以每剂浓煎150毫升，频服。

【加减应用】可随证候及症状变化加减。

3、危重型

儿童专科医院或重症病房治疗。

4、恢复期

【辨证分型】气阴两虚，肺脾不足

【临床表现】神疲乏力，面色少华，自汗或盗汗，手足心热，咳嗽无力，痰少，纳差便溏，舌质淡红，苔薄白，或苔少剥脱，脉细，指纹淡红。

【治法】益气养阴，补益脾肺

【基础方】

太子参	麦冬	北沙参	茯苓
炒白术	枇杷叶	紫菀	陈皮
牡蛎	炙甘草		

临床医师根据儿童年龄、体重情况选择药物用量。每日一剂，水煎300毫升。口服：3~6岁，每次50毫升，一日二次；6~14岁，每次100毫升，一日二次；14~18岁，每次150毫升，一日二次。也可以应用中成药颗粒剂治疗，服用方法参照说明书。

【加减应用】可随证候及症状变化加减。

（二）中成药治疗

1、风寒束表证可辨证选用感冒清热颗粒、正柴胡饮颗粒、儿感清口服液。

2、风热袭表证可辨证选用桑菊感冒片、小儿感冒颗粒、小儿豉翘清热颗粒、苓香清解口服液、小儿热速清颗粒等。

3、表寒里热证可辨证选用儿童清肺口服液、小儿柴桂退热颗粒等。

4、痰热壅肺证可辨证选用小儿清热宁颗粒、儿童清肺口服液、鹭鸶咳丸、儿童咳液、肺热咳喘口服液、小儿咳喘灵口服液、金振口服液等。

5. 风热犯肺，痰热内阻可选川贝批把糖浆。

6. 高热惊厥可选用羚羊角粉或羚羊角口服液或太和妙灵丸。

三、中医适宜技术

(一) 针刺

1、轻症：风寒束表，肺燥夹湿

【推荐穴位】双侧太阳、风门、合谷，列缺、阴陵泉、足三里。

【功效】祛风解表、润燥化湿

【操作方法】风门拔罐，留罐10分钟；太阳斜刺0.3-0.5寸、合谷直刺0.5-1寸、列缺斜刺0.3-0.8寸、阴陵泉穴直刺1-1.5寸、足三里穴直刺1-1.5寸。

【留针时间及补泻手法】留针15-20分钟，平补平泻，中间行针1次。

2、重症：痰热壅肺

【推荐穴位】大椎、双侧鱼际、尺泽、丰隆。

【功效】疏风清热，止咳化痰。

【操作方法】大椎放血。鱼际直刺0.5-1寸，尺泽直刺0.5-1寸，丰隆直刺1-1.5寸。

【留针时间及补泻手法】留针15-20分钟，平补平泻，中间行针1次。

3、恢复期：气阴两虚

【推荐穴位】双侧肺俞、足三里、三阴交、照海。

【功效】益气养阴。

【操作方法】肺俞斜刺0.5-0.8寸，足三里直刺1-1.5寸、三阴交直刺0.8-1.5寸、照海直刺0.5-0.8寸。

【留针时间及补泻手法】留针20分钟，平补平泻，中间行针1次。

（二）刮痧

【适应症】风寒束表、痰热壅肺等见发热（38.5℃以下）、咽痛者。

【推荐穴位】大椎、风池、督脉及膀胱经。

【功效】解表清热，宣肺透邪。

【操作方法】操作部位先涂抹适量刮痧油。刮痧板与皮肤呈45°角，督脉及膀胱经自上而下，力度由轻至重（以局部酸胀、皮肤微红为度）。风池穴及大椎穴可用刮痧板角部，以点刮方式按揉30-50次（注意力度轻柔）。

（三）拔罐

【适应症】痰热壅肺等见发热、咳嗽痰多者。

【推荐穴位】大椎、肺俞、脾俞。

【功效】疏风清热，清肺透邪。

【操作方法】可闪罐法，以皮肤潮红为度；或留罐法，留罐8-10分钟即可。

（四）足浴

【适应症】痰热壅肺或夹湿等。

【功效】清热解毒，解肌退热。

【操作方法】北柴胡、黄芩、生石膏、大青叶、板蓝根、葛根、连翘、贯众、蒲公英等加水适量浸泡30分钟，大火煎煮，烧开10分钟取汤2000毫升，置于足浴盆内，加凉水调节温度为 37℃-40℃，患者取坐位，双足浸泡药液中，药液以浸泡过足踝为度。每次浴足15-30分钟，每日一次，以头身微微发汗为度。

（五）穴位贴敷

1、风寒束表者

【推荐穴位】大椎、双肺俞等。

【功效】辛温解表，宣肺止咳。

【操作方法】麻黄、炒白果仁、细辛、五味子、炒白芥子等，用醋（姜汁醋）调匀，贴敷于穴位，一次/天。

2、痰热壅肺者

【推荐穴位】天突、膻中、双肺俞等。

【功效】清热宣肺，止咳化痰。

【操作方法】桑白皮、地骨皮、杏仁、胆南星等，用醋调匀，贴敷于穴位，一次/天。

（六）小儿推拿按摩

1、风寒束表者

【推荐穴位】天门、坎宫、太阳、耳后高骨、肺经、大肠经、三关、外劳宫、膻中。

【功效】散寒解表，化痰止咳。

【操作方法】开天门30次、推坎宫30次、揉太阳、耳后高骨各100次，清肺经、大肠经各100次、推三关100次，揉外劳宫50次，擦膻中以热为度，示、中指直推脊柱100次。

2、痰热壅肺者

【推荐穴位】天门、坎宫、太阳、耳后高骨、肺经、大肠经、六腑、天河水、膻中。

【功效】清热解毒，清肺化痰。

【操作方法】开天门30次、推坎宫30次、运太阳、耳后高骨各50次，清肺经、大肠经各100次、退六腑100次，清天河水200次、分推膻中50次，示、中指直推脊柱100次。

四、预防方案

（一）成人

金银花 藿香 北沙参 桑叶
芦根 生甘草

取上药适量，每日一剂，连服5天，代茶饮。

加减应用：可随个体体质状态加减。

（二）儿童

大青叶 桑 叶 菊 花 藿 香
五味子 白茅根

取上药适量，水煎服，每日一剂，连服5天。

加减应用：可随儿童年龄、体重和体质情况加减。

五、生活调护

（一）注意气候变化，随时增减衣物。

（二）尽量少去人群聚集场所，戴口罩，房间多通风，勤洗手。

（三）患流感后宜多饮温水，饮食要清淡，保持大便通畅。

（四）老人、孕妇、婴幼儿、肥胖者和有慢性病者，患流感后请及时就医，在医生指导下选用中医药辨证治疗。

（本方案供中医、中西医结合和西学中医医务人员临床参考使用）