

## • 专家共识 •

# 新型冠状病毒感染者成人居家中医药健康管理专家共识

世界中医药学会联合会急症专业委员会 世界中医药学会联合会呼吸病专业委员会 世界中医药学会联合会热病专业委员会 中华中医药学会肺系病分会 中华医学会急诊分会中西医结合急救学组 中国医师协会急诊医师分会中西医结合急救医学专业委员会 上海市中医药学会急诊分会 上海中医药大学急危重症研究所 国家卫健委危重病急救医学重点实验室

通信作者：方邦江, Email: fangbj@163.com; 张洪春, Email: 13701226664@139.com; 张忠德, Email: deshu99@126.com

**【摘要】** 为积极应对当前疫情防控面临的新形势新要求,指导新冠病毒感染无症状者、轻症做好居家健康管理,经世界中医药学会联合会急症专业委员会、世界中医药学会联合会呼吸病专业委员会、世界中医药学会联合会热病专业委员会、中华中医药学会肺系病分会、中华医学会急诊分会中西医结合急救学组、中国医师协会急诊医师分会中西医结合急救医学专业委员会、上海市中医药学会急诊分会、上海中医药大学急危重症研究所、国家卫健委危重病急救医学重点实验室等学术组织与机构,组织全国新冠病毒感染一线救治专家,结合国务院联防联控机制发布《新冠病毒感染者居家治疗指南》,对新冠肺炎患者居家中医药健康管理进行调研与商讨,从居家环境、无症状感染者、轻症感染者、恢复期、中医非药物疗法干预等方面形成《新冠病毒感染者成人居家中医药健康管理专家共识》,以期对居家新冠病毒感染者采用中医药干预起到指导作用。

**【关键词】** 新冠肺炎; 居家; 中医药; 专家共识

**基金项目:** 国家重点研发计划(2018YFC1705900); 国家中医药管理局 2022 年第五批新型冠状病毒感染肺炎中医药应急专项课题(2022ZYLCYJ05-4); 上海中医药大学 2022 年度应对奥密克戎感染新型冠状病毒(2022YJ-03, 2022YJ-06)

DOI: 10.3760/cma.j.cn121430-20221210-01079

## Expert consensus on traditional Chinese medicine health management in adults with SARS-CoV-2 variant infection at home

World Federation of Chinese Medical Societies Emergency Committee, World Federation of Chinese Medical Societies Respiratory Diseases, World Federation of Chinese Medical Societies Heat Disease Committee, Chinese Association of Chinese Medicine Pulmonary Disease Chapter, the First Aid Group of Integrated Traditional Chinese and Western Medicine of the Emergency Branch of the Chinese Medical Association, the First Aid Group of Integrated Traditional Chinese and Western Medicine of the Emergency Branch of the Emergency Physician Branch of the Chinese Medical Doctor Association, the Emergency Branch of the Shanghai Chinese Medical Association, the Institute of Emergency and Critical Care of the Shanghai University of Traditional Chinese Medicine, National Health Commission's Key Laboratory of Critical Care Medicine

Corresponding author: Fang Bangjiang, Email: fangbj@163.com; Zhang Hongchun, Email: 13701226664@139.com; Zhang Zhongde, Email: deshu99@126.com

**【Abstract】** In order to more actively respond to the new situation of prevention and control of coronavirus disease 2019 (COVID-19), and to guide home health management for adults who are asymptomatic carriers or exhibit mild symptoms, the World Federation of Chinese Medical Societies Emergency Committee, World Federation of Chinese Medical Societies Respiratory Diseases, World Federation of Chinese Medical Societies Heat Disease Committee, Chinese Association of Chinese Medicine Pulmonary Disease Chapter, the First Aid Group of Integrated Traditional Chinese and Western Medicine of the Emergency Branch of the Chinese Medical Doctor Association, the First Aid Group of Integrated Traditional Chinese and Western Medicine of the Emergency Branch of the Emergency Physician Branch of the Chinese Medical Association, the Emergency Branch of the Shanghai Chinese Medical Association, the Institute of Emergency and Critical Care of the Shanghai University of Traditional Chinese Medicine, National Health Commission's Key Laboratory of Critical Care Medicine and other academic institutions have organized the medical experts at treating COVID-19 front line in China to investigate and discuss the traditional Chinese medicine (TCM) health management at home for adults infected with SARS-CoV-2 variants, and concluded the "Expert consensus on traditional Chinese medicine health management at home for adults infected with SARS-CoV-2 variants", in combination with "Guideline on SARS-CoV-2 variant infection recover at home" issued by the Joint Prevention and Control Mechanism of the State Council. The expert consensus included home environment, asymptomatic infection, infection with mild symptoms, recovery period, and TCM non-drug therapy intervention, which will provide a guidance to TCM intervention at home to adults infected with SARS-CoV-2 variants.

**【Key words】** Coronavirus disease 2019; At home; Traditional Chinese medicine; Expert consensus

**Fund program:** National Key Research and Development Program of China (2018YFC1705900); Traditional Chinese Medicine Emergency Project on Novel Coronavirus-Infected Pneumonia of State Administration of Traditional

Chinese Medicine (2022ZYLCYJ05-4); Emergency Tackle Project on COVID-19 Omicron infection of Shanghai University of Traditional Chinese Medicine (2022YJ-03, 2022YJ-06)  
DOI: 10.3760/cma.j.cn121430-20221210-01079

新型冠状病毒(新冠病毒)奥密克戎(Omicron)变异株及其进化分支的致病力和毒力相比原始株和德尔塔等变异株明显减弱。目前,奥密克戎毒株感染以无症状或轻症为主,占 95% 以上。虽然前期我们已发布了对于奥密克戎感染的中医药防治和中成药应用两个专家共识<sup>[1-2]</sup>,为积极应对当前疫情防控工作面临的新形势和新要求,帮助和指导新冠病毒无症状感染者、轻型患者及同住人员居家康复期间做好自我保健康复管理,为了更加有效地应对奥密克戎变异株感染,世界中医药学会联合会急症专业委员会、呼吸病专业委员会、热病专业委员会及中华中医药学会肺系病分会、中华医学会急诊分会中西医结合急教学组、中国医师协会急诊医师分会中西医结合急救医学专业委员会、上海中医药学会急诊分会、上海中医药大学急危重症研究所、国家卫健委危重病急救医学重点实验室等学术组织与机构组织全国奥密克戎新冠病毒变异株感染一线救治专家,按照《新型冠状病毒肺炎诊疗方案(试行第九版)》防控方案<sup>[3]</sup>,结合国务院联防联控机制发布《新冠病毒感染者居家治疗指南》<sup>[4]</sup>,就新型冠状病毒奥密克戎变异株感染者居家中医药健康管理展开调研与讨论,形成该《新冠病毒感染者成人居家中医药健康管理专家共识》,以期对当前新冠病毒感染者居家中医药干预起到指导作用。

## 1 指导原则

坚持“欲病救萌”“既病防传”“瘥后防复”的中医治未病思想。

## 2 适用范围<sup>[4]</sup>

未合并严重基础疾病的无症状或轻症新冠病毒感染者;处于稳定期的有基础疾病的新冠病毒感染者,以及无严重心、肝、肺、肾、脑等重要器官功能不全等而需要住院救治的新冠病毒感染者。

## 3 专家共识

**3.1 推荐意见 1:** 本病属中医“疫病”范畴,新冠病毒感染者居家人员应遵循“避其毒气”原则。新冠病毒感染者居家人员在生活起居中应单独居住在通风良好的房间,房间内配备体温计、纸巾、口罩、一次性手套、消毒剂等个人防护消毒用品及带盖的垃圾桶。进入家中公共区域应规范佩戴口罩。采用分餐制,使用专门餐饮具。卫生间需进行日常清洁和消毒。若家庭共用卫生间,新冠病毒感染者居家人

员每次用完卫生间均应消毒;若独立使用卫生间,可每日消毒 1 次。

**3.2 推荐意见 2:** 同住人与居家隔离康复人员接触时,或处理其污染物及污染物体表面时,应当做好自我防护,佩戴 N95/KN95 口罩、一次性手套,倡导与其保持 1 m 以上距离,做好手卫生。

**3.3 推荐意见 3:** 使用后的一次性生活用品应装入垃圾袋扎紧封口、消毒并置于专用垃圾桶。

**3.4 推荐意见 4:** 每日定时开窗通风,保持室内空气流通,做好个人及室内物品、空间的消毒工作。室内可采用中药熏蒸的方法,使用艾叶、薄荷、藿香、桑叶、菊花、白术、石菖蒲等加水烧开,气味不要太浓,室内熏蒸空气 30 min;也可使用中药香囊,将其挂于室内或随身佩戴。上述方法对孕妇及有药物过敏史者不推荐使用。

**3.5 推荐意见 5:** 新冠病毒感染者居家人员应做好每日 2 次健康监测记录,包括以下内容:① 新冠病毒感染相关症状,如有无发热、咽干、咽痛、流涕、鼻塞、咳嗽、喘憋、气短或呼吸困难、腹泻、嗅觉和(或)味觉改变、食欲有无明显下降、大小便有无异常,若出现相关症状,可进行对症处置或口服药治疗,并通过互联网医疗形式咨询相关医疗机构;② 原有基础疾病相关症状,有慢性肺部疾病、糖尿病、高血压、心血管疾病者监测有无头痛、头晕、气短、喘憋、胸闷、心慌、胸痛等,有高血压者监测血压、心率或脉搏,有糖尿病者根据既往血糖情况监测快速血糖,有气短、喘憋、胸闷等呼吸困难症状时监测呼吸频率。

**3.6 推荐意见 6:** 若出现以下情况时,可通过 120 救护车或选择合适方式及时前往医疗机构救治:① 剧烈咳嗽、咳痰或呼吸困难;② 经药物治疗后体温仍持续高于 38.5℃,超过 3 d;③ 原有基础疾病明显加重且不能控制;④ 儿童出现嗜睡、持续拒食、喂养困难、持续腹泻或呕吐;⑤ 孕妇出现头痛、头晕、心慌、憋气,或腹痛、阴道出血或流液、胎动异常等情况。

**3.7 推荐意见 7:** 成人感染居家干预方案包括无症状感染者、轻症感染者、恢复期、中医非药物治疗法干预、生活起居管理。

## 4 成人新冠病毒感染居家干预方案

**4.1 无症状感染者:** 建议选用具有药食同源食品类中药制剂如桃公清新饮(颗粒、口服液)和具有固护正气中成药或中药茶饮<sup>[5]</sup>,如生脉饮(口服液)等<sup>[6]</sup>。



用法:①桃公清新饮(颗粒、口服液):口服,每次1袋(8g),每日2次,疗程3~7d;②生脉饮:口服,每次10mL,每日3次,疗程3~7d。

## 4.2 轻症感染者

**4.2.1 “风寒夹湿”证:**以发热、肌肉酸痛为主证,多属“风寒夹湿”证。

**4.2.1.1 症状:**发热、恶风寒,肌肉酸痛,乏力,或鼻塞流涕,或咳嗽。

**4.2.1.2 治法:**疏风解表、化湿败毒<sup>[7]</sup>。

**4.2.1.3 推荐中成药:**荆防颗粒(合剂)<sup>[8]</sup>、莲花清瘟颗粒(胶囊)<sup>[9-10]</sup>、清肺排毒颗粒<sup>[11]</sup>、散寒化湿颗粒<sup>[12]</sup>、化湿败毒颗粒<sup>[13]</sup>、宣肺败毒颗粒<sup>[14]</sup>、柴芩清宁胶囊<sup>[15]</sup>、藿香正气水(丸、胶囊、口服液)<sup>[16]</sup>、香菊感冒颗粒、小柴胡颗粒<sup>[17]</sup>、小柴胡汤丸<sup>[17]</sup>、清解退热颗粒、九味羌活丸、四季感冒片、川芎茶调丸等。

**4.2.1.4 用法:**①荆防颗粒:开水冲服,每次1袋(15g),每日3次,疗程3~6d;②荆防合剂:口服,每次10~20mL,每日3次,疗程3~6d;③莲花清瘟颗粒:开水冲服,每次1袋(6g),每日3次,疗程5~7d;④莲花清瘟胶囊:口服,每次4粒,每日3次,疗程5~7d;⑤清肺排毒颗粒:开水冲服,每次2袋(30g),每日2次,疗程3~6d;⑥散寒化湿颗粒:开水冲服,每次2袋(20g),每日3次,疗程7~14d;⑦化湿败毒颗粒:开水冲服,每次2袋(10g),每日2次,疗程7~14d;⑧宣肺败毒颗粒:开水冲服,每次1袋(10g),每日2次,疗程7~14d;⑨柴芩清宁胶囊:口服,每次3粒,每日3次,疗程7~10d;⑩藿香正气水:口服,每次10mL,每日2次,疗程4~7d;⑪藿香正气丸:口服,每次8丸,每日3次,疗程4~7d;⑫藿香正气胶囊:口服,每次4粒,每日2次,疗程4~7d;⑬藿香正气口服液:口服,每次10mL,每日2次,疗程4~7d;⑭香菊感冒颗粒:开水冲服,每次1袋,每日3次,疗程5~7d;⑮小柴胡颗粒:冲服,每次2~4g,每日3次,疗程5~7d;⑯小柴胡汤丸:口服,每次8丸,每日3次,疗程5~7d;⑰清解退热颗粒:口服,每次1袋,每日3次,疗程5~7d;⑱九味羌活丸:口服,每次1袋(9g),每日2次,疗程7~10d;⑲四季感冒片:口服,每次3~5片,每日3次,疗程3~6d;⑳川芎茶调丸:口服,每次1袋(2g),每日3次,疗程5~7d。

**4.2.2 “风热夹湿”证:**以咽痛为主证,多属“风热夹湿”证。

**4.2.2.1 症状:**咽痛明显,低热,肌肉酸痛,乏力,或咳嗽。

**4.2.2.2 治法:**疏风解毒、清热化湿。

**4.2.2.3 推荐中成药:**六神胶囊(丸)<sup>[18-19]</sup>、热炎宁合剂<sup>[20]</sup>、疏风解毒胶囊<sup>[21-22]</sup>、清瘟解毒丸<sup>[23]</sup>、金花清感颗粒<sup>[24]</sup>、银黄清肺胶囊<sup>[25]</sup>、银翘解毒颗粒<sup>[26]</sup>、金叶败毒颗粒、蓝芩口服液、喉咽清颗粒、柴银口服液(颗粒)、清开灵颗粒、银翘解毒丸(片)、青果丸、银黄含化片(口服液、胶囊)、甘桔冰梅片。

**4.2.2.4 用法:**①六神胶囊:口服,每次1粒,每日3次,疗程5~7d;②六神丸:口服,每次10粒,每日3次,疗程5~7d;③热炎宁合剂:口服,每次10~20mL,每日2~4次,疗程3~7d;④疏风解毒胶囊:口服,每次4粒,每日3次,疗程5~7d;⑤清瘟解毒丸:口服,每次2丸,每日2次,疗程5~7d;⑥金花清感颗粒:开水冲服,每次1袋(5g),每日3次,疗程5~7d;⑦银黄清肺胶囊:口服,每次3粒,每日3次,疗程7d;⑧银翘解毒颗粒:开水冲服,每次1袋(15g),每日3次,疗程3~5d;⑨金叶败毒颗粒:开水冲服,每次1袋(10g),每日3次,疗程3~5d;⑩蓝芩口服液:口服,每次10mL,每日3次,疗程3~7d;⑪喉咽清颗粒:开水冲服,每次1袋(6g),每日3次,疗程3~7d;⑫柴银口服液:口服,每次20mL,每日3次,疗程3~7d;⑬柴银颗粒:开水冲服,每次1~2袋,每日3次,疗程3~7d;⑭清开灵颗粒:开水冲服,每次1~2袋(10~20g),每日3次,疗程7d;⑮银翘解毒丸:口服,大蜜丸每次1丸,水蜜丸每次6g,浓缩蜜丸每次1丸,每日2~3次,疗程3~7d;⑯银翘解毒片:口服,每次4片,每日2~3次,疗程3~7d;⑰青果丸:口服,水蜜丸每次8g,大蜜丸每次2丸,每日2次,疗程3~7d;⑱银黄含化片:含化,每次1~2片,每日6~8次,疗程3~7d;⑲银黄口服液:口服,每次10~20mL,每日3次,疗程3~7d;⑳银黄胶囊:口服,每次2~4粒,每日4次,疗程3~7d;㉑甘桔冰梅片:口服,每次2片,每日3~4次,疗程5d。

**4.2.3 “风热犯肺”“痰热蕴肺”证:**以咳嗽为主证,多属“风热犯肺”“痰热蕴肺”证。

**4.2.3.1 症状:**咳嗽咳痰,痰稠质白或黄,鼻塞,胸闷,头身困重。

**4.2.3.2 治法:**宣肺止咳化痰。

**4.2.3.3 推荐中成药:**痰热清胶囊<sup>[27]</sup>、急支糖浆、宣肺止嗽合剂、肺力咳合剂、清咳平喘颗粒<sup>[28]</sup>、桔贝合剂、通宣理肺丸(颗粒、口服液)、杏苏止咳颗粒、连花清咳片<sup>[29]</sup>、橘红痰咳液<sup>[30]</sup>、感冒止咳颗粒、止嗽定喘丸、止咳祛痰颗粒、宁嗽丸、养阴清肺丸、橘红

丸、止嗽青果丸、复方百部止咳颗粒、强力枇杷露等。

**4.2.3.4 用法:**①痰热清胶囊:口服,每次 3 粒,每日 3 次,疗程 7 d;②急支糖浆:口服,每次 20~30 mL,每日 3~4 次,疗程 3~7 d;③宣肺止嗽合剂:口服,每次 20 mL,每日 3 次,疗程 3~7 d;④肺力咳合剂:口服,每次 20 mL,每日 3 次,疗程 3~7 d;⑤清咳平喘颗粒:开水冲服,每次 10 g,每日 3 次,疗程 4~7 d;⑥桔贝合剂:口服,每次 10~15 mL,每日 3 次,疗程 3~7 d;⑦通宣理肺丸:口服,每次 2 丸,每日 2~3 次,疗程 3~5 d;⑧通宣理肺颗粒:开水冲服,每次 1 袋,每日 2 次,疗程 3~5 d;⑨通宣理肺口服液:口服,每次 20 mL,每日 2~3 次,疗程 3~5 d;⑩杏苏止咳颗粒:开水冲服,每次 1 袋(12 g),每日 3 次,疗程 3~5 d;⑪连花清咳片:口服,每次 4 片,每日 2~3 次,疗程 7 d;⑫橘红痰咳液:口服,每次 20 mL,每日 3 次,疗程 3~7 d;⑬感冒止咳颗粒:开水冲服,每次 1 袋(10 g),每日 3 次,疗程 3~7 d;⑭止嗽定喘丸:口服,每次 10 粒,每日 2~3 次,疗程 3~7 d;⑮止咳祛痰颗粒:口服,每次 12 g,每日 2 次,疗程 3~7 d;⑯宁嗽丸:口服,每次 1 丸,每日 2 次,疗程 3~7 d;⑰养阴清肺丸:口服,每次 6 g,每日 2 次,疗程 3~7 d;⑱橘红丸:口服,水蜜丸每次 7.2 g,小蜜丸每次 12 g,大蜜丸每次 2 丸,每日 2 次,疗程 3~7 d;⑲止嗽青果丸:口服,每次 2 丸,每日 2 次,疗程 3~7 d;⑳复方百部止咳颗粒:开水冲服,每次 1~2 袋,每日 2~3 次,疗程 3~7 d;㉑强力枇杷露:口服,每次 15 mL,每日 3 次,疗程 3~7 d。

**4.2.4 “湿邪困脾”证:**以乏力为主证,多属“湿邪困脾”证。

**4.2.4.1 症状:**纳呆、乏力,胸闷脘痞、呕吐、腹泻,或便秘。

**4.2.4.2 治法:**化湿解表、燥湿健脾。

**4.2.4.3 推荐中成药:**藿香正气胶囊(丸、水、口服液)<sup>[16]</sup>,加味藿香正气丸、六合定中丸、保和丸、荆防颗粒(合剂)<sup>[8]</sup>、痛泻宁颗粒、伴便秘便干者可服用防风通圣丸(颗粒)<sup>[7]</sup>。

**4.2.4.4 用法:**①藿香正气胶囊(丸、水、口服液):用法同前;②加味藿香正气丸:口服,每次 6 g(1 袋),每日 2 次,疗程 3~7 d;③六合定中丸:口服,每次 1 丸,每日 3 次,疗程 3~7 d;④保和丸:口服,每次 2 丸,每日 2 次,疗程 3~7 d;⑤荆防颗粒(合剂):用法同前;⑥痛泻宁颗粒:口服,每次 5 g,每日 3 次,疗程 3~7 d;⑦防风通圣丸:口服,每次 1 袋(6 g),每日 2 次,疗程 7~14 d;⑧防风通圣颗粒:口服,

每次 3 g,每日 2 次,疗程 7~14 d。

**4.2.5 “风寒束表”证:**以鼻塞为主证,多属“风寒束表”证。

**4.2.5.1 症状:**鼻塞、流涕、喷嚏,恶风寒,发热、乏力。

**4.2.5.2 治法:**散寒解表,宣肺通窍。

**4.2.5.3 推荐中成药:**鼻渊通窍颗粒、鼻窦炎口服液、散风通窍滴丸<sup>[31]</sup>。

**4.2.5.4 用法:**①鼻渊通窍颗粒:开水冲服,每次 15 g,每日 3 次,疗程 3~7 d;②鼻窦炎口服液:口服,每次 10 mL,每日 3 次,疗程 3~7 d;③散风通窍滴丸:口服,每次 20 丸,每日 3 次,疗程 3~7 d。

**4.3 恢复期:**该期患者多有气短、乏力、胸闷、失眠、焦虑、抑郁等临床表现,多属于“肝脾不和”“气阴两虚”等证,推荐应用桃公清新饮(颗粒、口服液)、逍遥丸、生脉口服液、生血宝合剂、人参固本口服液、金水宝胶囊、润肺膏、潞党参口服液、归脾合剂、香砂六君丸、百乐眠胶囊、六味安神胶囊、舒肝解郁胶囊、加味逍遥丸、补肺活血胶囊等,服用方法参照药物说明书<sup>[1-2]</sup>。

**4.4 中医非药物疗法干预**<sup>[32-33]</sup>

**4.4.1 功法锻炼:**太极拳、八段锦等。

**4.4.2 穴位按摩:**按揉合谷穴、迎香穴、风池穴等。

**4.4.3 艾灸疗法:**常用大椎、肺俞、上脘、中脘、膈俞、足三里、孔最、肾俞等穴位。2 d 施灸 1 次,用艾条或温灸盒每穴灸 15~30 min,持续 2 周。症状明显可交替选用不同穴位每日施灸,每 5 次后休息 1~2 d,然后继续施灸 5 次。以 10 次为 1 个疗程。

**4.4.4 经穴推拿:**选用手太阴肺经、手阳明大肠经、足阳明胃经、足太阴脾经、任脉、督脉等经脉。取坐位或卧位,均匀呼吸。沿经络循行方向快速摩擦一手手掌大鱼际,两手掌交替进行,100~120 次/min,每条经络摩擦 1 min 为宜。

**4.4.5 耳穴压豆:**选用支气管、肺、肾、内分泌、神门、枕、脾、胃、大肠、交感等穴。将贴有王不留行籽的耳豆贴敷于相应耳穴并稍加压力,以穴位产生酸麻重胀感或发热为度。贴敷后每日自行按压数次,每次 3~4 min,每次贴压后保留 1~2 min,5~6 次为 1 个疗程。

**4.4.6 拔罐:**以背俞穴为主,其次选用肺俞、膏肓、脾俞、肾俞、大椎等穴。留罐时间 15~20 min,拔罐时如出现四肢发冷、恶心呕吐、心悸、面色苍白、冷汗、头晕等应立即停止,并让患者平卧休息。

**4.5 生活起居管理**

**4.5.1 饮食有节:**每日三餐规律进食,饮食清淡易



消化,食物多样,保证谷类、优质蛋白质类食物、新鲜蔬菜和水果摄入量,多饮水。如有食欲不振、腹胀、便秘等症状可在医师指导下进行药食两用食品辅助治疗,如萝卜、山药、薏米、藿香、菊花、荷叶、丝瓜、冬瓜、百合等。

**4.5.2 起居有常:**作息规律,夜卧早起,保障充分睡眠。顺应气候变化,及时调整衣物和室内温度,注意防寒保暖和节气保健。

**4.5.3 劳逸有度:**运动和休息适度,可适当用中医功法锻炼,或按个人条件选择适合自己的锻炼方法。

**4.5.4 畅达情志:**应保持乐观愉悦心情,恬淡豁达,居家从事如音乐、舞蹈、书法、绘画、诗歌等艺术活动,消除忧愁的情绪,进而恢复心理健康,利用高雅行为陶冶情操,使气机宣畅,足不出户便可排遣心中的忧虑、恐惧,从而获得良好的心理状态。

**执笔人:**方邦江(上海中医药大学附属龙华医院、上海中医药大学急危重症研究所、青海省中医院),李银平(中华危重病急救医学杂志社、国家卫健委危重病急救医学重点实验室),黄烨(中国中医科学院西苑医院)

**专家组成员(按姓氏拼音排序):**陈晓蓉(上海市公共卫生中心),曹德胜(青海省中医院),方邦江(上海中医药大学附属龙华医院、上海中医药大学急危重症研究所、青海省中医院),何煜舟(浙江省中医院),黄烨(中国中医科学院西苑医院),孔立(山东省中医院),刘力(陕西中医药大学疫病研究中心),刘良倚(江西省中医院),刘婉嫣(吉林省吉林市中西医结合医院),梁群(黑龙江中医药大学第一附属医院),李银平(中华危重病急救医学杂志社、国家卫健委危重病急救医学重点实验室),李旭成(湖北省武汉市中医医院),李桂伟(天津中医药大学第一附属医院),齐文升(中国中医科学院广安门医院),任毅(重庆市中医院),涂雅丹(重庆市中医院),叶勇(云南省中医医院),杨志旭(中国中医科学院西苑医院),伍宏泽(江西省九江市中医医院),周爽(上海中医药大学针灸推拿学院),张文(上海中医药大学附属龙华医院),张洪春(中日友好医院),张忠德(广东省中医院),朱亮(上海中医药大学附属龙华医院、上海中医药大学急危重症研究所、青海省中医院)

**利益冲突** 所有作者均声明不存在利益冲突

## 参考文献

- [1] 方邦江, 苏红, 赵钦金, 等. 新型冠状病毒奥密克戎变异株感染中医药防治专家共识[J]. 中国急救医学, 2022, 42 (4): 277-280. DOI: 10.3969/j.issn.1002-1949.2022.04.001.
- [2] 方邦江, 齐文升, 任毅, 等. 新冠肺炎奥密克戎变异株中成药应用专家共识[J]. 陕西中医药大学学报, 2022, 45 (6): 1-7. DOI: 10.13424/j.cnki.jsctcm.2022.06.001.
- [3] 国家卫生健康委员会. 新型冠状病毒肺炎诊疗方案(试行第九版)[EB/OL]. (2022-03-14) [2022-12-08]. <http://www.nhc.gov.cn/yzygj/s7653p/202203/1b74ade1ba4494583805a3d2e40093d88.shtml>.
- [4] 国家卫生健康委员会. 新冠病毒感染者居家治疗指南[EB/OL]. (2022-12-07) [2022-12-08]. [http://www.gov.cn/xinwen/2022-12/08/content\\_5730664.htm](http://www.gov.cn/xinwen/2022-12/08/content_5730664.htm).
- [5] 刘娇, 李德辉, 梅建强, 等. 基于中医传承辅助平台挖掘分析中医药治疗新型冠状病毒肺炎的组方用药规律[J]. 中华危重病急救医学, 2022, 34 (5): 454-458. DOI: 10.3760/cma.j.cn121430-20210907-01342.
- [6] 徐湘茹, 孙鼎, 曹敏, 等. 上海市 4 264 例无症状及轻型新冠病毒感染者临床特征及预后转归分析[J]. 中华危重病急救医学, 2022, 34 (5): 449-453. DOI: 10.3760/cma.j.cn121430-20220516-00490.
- [7] 方邦江, 郭鑫鑫, 张文, 等. 基于中医疫病理论之“表里双解”截断扭转法治疗新冠肺炎的理论与实践[J]. 陕西中医药大学学报, 2022, 45 (4): 1-7. DOI: 10.13424/j.cnki.jsctcm.2022.04.001.
- [8] 陈文璐, 张怡萍, 牟艳芳, 等. 基于生物信息技术的荆防颗粒治疗冠状病毒感染疾病机制探析[J]. 中草药, 2020, 51 (15): 3937-3951. DOI: 10.7501/j.issn.0253-2670.2020.15.013.
- [9] 谭杜勋, 石文磊, 刘楠, 等. 莲花清瘟胶囊在新冠肺炎中早期抗病毒、抗炎的疗效观察[J]. 中国处方药, 2021, 19 (5): 92-93. DOI: 10.3969/j.issn.1671-945X.2021.05.045.
- [10] 方邦江, 崔应麟, 李志军, 等. 急性上呼吸道感染中成药应用专家共识[J]. 中国中西医结合急救杂志, 2019, 26 (2): 129-138. DOI: 10.3969/j.issn.1008-9691.2019.02.001.
- [11] 葛又文, 郑建, 宗星煜, 等. 新型冠状病毒肺炎奥密克戎变异株无症状感染者使用清肺排毒颗粒时间与核酸转阴时间的相关性分析[J]. 中医杂志, 2022, 63 (20): 1952-1957. DOI: 10.13288/j.11-2166/r.2022.20.010.
- [12] 杜帅琳, 王玉, 张玲, 等. 基于网络药理学和分子对接探讨寒化湿宣肺方抗新型冠状病毒活性化合物的初步研究[J]. 中国中医急症, 2020, 29 (12): 2069-2072, 2080. DOI: 10.3969/j.issn.1004-745X.2020.12.001.
- [13] Liu J, Yang W, Liu Y, et al. Combination of Hua Shi Bai Du granule (Q-14) and standard care in the treatment of patients with coronavirus disease 2019 (COVID-19): a single-center, open-label, randomized controlled trial[J]. Phytomedicine, 2021, 91: 153671. DOI: 10.1016/j.phymed.2021.153671.
- [14] 冯利民, 刘晓亚, 张磊. 宣肺败毒颗粒治疗新型冠状病毒肺炎(奥密克戎)的临床疗效观察[J]. 天津中医药, 2022, 39 (5): 545-550. DOI: 10.11656/j.issn.1672-1519.2022.05.01.
- [15] Zhao J, Hao YB, Xia XZ, et al. Chaijin Qingning capsule inhibits influenza virus infection and inflammation *in vitro* and *in vivo* [J]. Evid Based Complement Alternat Med, 2021, 2021: 6640731. DOI: 10.1155/2021/6640731.
- [16] Xiao MZ, Tian JX, Zhou YN, et al. Efficacy of Huoxiang Zhengqi dropping pills and Lianhua Qingwen granules in treatment of COVID-19: a randomized controlled trial[J]. Pharmacol Res, 2020, 161: 105126. DOI: 10.1016/j.phrs.2020.105126.
- [17] 汪冬梅, 熊利红. 小柴胡汤加减治疗新型冠状病毒肺炎的临床观察[J]. 中西医结合研究, 2020, 12 (4): 266-268. DOI: 10.3969/j.issn.1674-4616.2020.04.017.
- [18] 陶涛, 刘义安, 冯彦军, 等. 六神胶囊(丸)对新型冠状病毒体外抗病毒实验及核酸阳性大于 14 天患者的影响[J]. 中国中西医结合杂志, 2022, 42 (9): 1080-1086.
- [19] 孙仕奇, 陈飞飞, 尹成伟, 等. 六神丸联合常规治疗对 COVID-19 患者的临床疗效[J]. 中成药, 2021, 43 (8): 2277-2280. DOI: 10.3969/j.issn.1001-1528.2021.08.058.
- [20] Xu XR, Zhou S, Chen CY, et al. Efficacy and safety of Reyaning mixture in patients infected with SARS-CoV-2 Omicron variant: a prospective, open-label, randomized controlled trial[J]. Phytomedicine, 2023, 108: 154514. DOI: 10.1016/j.phymed.2022.154514.
- [21] 肖琦, 蒋茵婕, 吴思思, 等. 中药疏风解毒胶囊联合阿比多尔治疗轻症新型冠状病毒肺炎的价值分析[J]. 中国中医急症, 2020, 29 (5): 756-758. DOI: 10.3969/j.issn.1004-745X.2020.05.002.
- [22] 王倩飞, 梅建强, 王晨曦, 等. 中西医结合治疗新型冠状病毒肺炎 Meta 分析[J]. 中华危重病急救医学, 2021, 33 (6): 714-720. DOI: 10.3760/cma.j.cn121430-20201215-00758.
- [23] 李佳霖, 陆珊, 范啸天, 等. 基于网络药理学和分子对接的清瘟解毒丸治疗新冠肺炎潜在机制研究[J]. 时珍国医国药, 2021, 32 (2): 454-459. DOI: 10.3969/j.issn.1008-0805.2021.02.60.
- [24] 梁斌, 陆炳峰, 田自有, 等. 金花清感颗粒联合奥司他韦治疗儿童流感病毒感染的临床观察[J]. 中国妇幼保健, 2022, 37 (2): 272-274. DOI: 10.19829/j.zgybj.issn.1001-4411.2022.02.025.
- [25] 张浙东, 毛晶晶. 银黄清肺胶囊辅助治疗重症肺炎痰热壅肺证临床研究[J]. 新中医, 2020, 52 (10): 47-49. DOI: 10.13457/j.cnki.jncm.2020.10.013.
- [26] 李琛, 戴晨希, 姜春雷, 等. 银翘解毒颗粒联合阿比多尔治疗甲型流感的疗效及对炎症介质的影响[J]. 现代药物与临床, 2021, 36 (7): 1484-1487. DOI: 10.7501/j.issn.1674-5515.2021.07.030.
- [27] 何玉琼, 赵洋, 马颖, 等. 痰热清胶囊化学成分、药理作用及临床应用研究进展[J]. 中国药房, 2021, 32 (13): 1639-1647. DOI: 10.6039/j.issn.1001-0408.2021.13.18.
- [28] 中华医学会急诊医学分会. 清咳平喘颗粒在急性呼吸系统疾病的临床应用专家共识[J]. 中华急诊医学杂志, 2022, 31 (9): 1182-1185. DOI: 10.3760/cma.j.issn.1671-0282.2022.09.005.
- [29] 贾振华. 莲花清咳“化痰止咳”改善通气换气功能的科学内涵和临床价值解析[J]. 中国实验方剂学杂志, 2021, 27 (23): 190-194. DOI: 10.13422/j.cnki.syfx.2021.1563.
- [30] 孙宏源, 周子靖, 史若愚. 橘红痰咳液联合复方甲氧那明治疗感染后咳嗽的疗效观察[J]. 现代药物与临床, 2021, 36 (9): 1852-1856. DOI: 10.7501/j.issn.1674-5515.2021.09.015.
- [31] 郝亚楠, 黄卫. 散风通窍滴丸治疗急性鼻窦炎的疗效[J]. 贵州医科大学学报, 2022, 47 (6): 699-703, 709. DOI: 10.19367/j.cnki.2096-8388.2022.06.013.
- [32] 方邦江, 齐文升, 黄烨. 新型冠状病毒肺炎的肺炎中西医结合防控手册[M]. 北京: 人民卫生出版社, 2020: 63-65.
- [33] 张丽, 刘妹, 杨艳明, 等. 中医特色疗法在新型冠状病毒肺炎防治中的运用进展[J]. 中医研究, 2022, 35 (3): 76-80. DOI: 10.3969/j.issn.1001-6910.2022.03.20.

(收稿日期: 2022-12-10)