



中醫西藥防治

流行性感冒的



甲型 H1N1 流感(人類豬流感)肆虐，要避免受流感病毒感染，預防勝於治療。保持個人衛生，可減低吸入或接觸病毒的風險。此外，提升體質亦有助抵抗病毒入侵。中醫根據發病季節及外感熱病的臨床特點，辨證甲型 H1N1 流感屬溫病之風溫、春溫、暑病及濕溫範疇，因其一定範圍流行亦可稱時行感冒或溫疫，從而因應人、地、時制定防治療法。

診斷流感的中醫理論

中醫理論認為「有諸於內，必現諸於外」。疾病的病理性質是通過表現於外的徵狀來推斷的，即中醫之辨證。

人類感染甲型 H1N1 流感後的臨床早期症狀與流感類似，有發燒、咳嗽、疲勞、食慾不振等，還會出現腹瀉或嘔吐等徵狀。病情可迅速惡化，突然高熱、肺炎，嚴重者甚至會出現呼吸衰竭、多器官損傷，導致死亡。(來源：內地衛生部印發《人感染豬流感診療方案》)

由於甲型 H1N1 流感臨床早期徵狀與流感類似，有發燒、咳嗽、疲勞、食慾不振等，可見高熱、易於傳變，其邪有溫邪之性；且有呼吸衰竭、多器官損傷，導致死亡的毒傷表現；故推斷其感病邪有溫毒之性。外感腹瀉或嘔吐多由濕邪及穢濁之氣所致，推斷可能具有濕濁之性。即甲型 H1N1 流感病邪性質初步判斷為濕濁溫毒之邪。

流感的中醫預防

溫病和流感是因為外感癘疫之邪兼夾時令之氣，發病與肺胃調節功能失常、氣候影響、體質因素有密切關係。發病與否與感邪輕重及機體正氣強弱有關。感邪的途徑有三，即口、鼻、皮毛而入。

中醫認為外感病最為重要的預防原則就是避其邪氣，故預防流感所提倡的勤洗手、戴口罩與中醫之避邪氣由口、鼻而入的理念是一致的；同時要固護肌膚，據寒溫而添減衣服，出汗後要擦乾汗水，固胃表、閉腠理以防邪由皮膚而入。

外感病另一預防原則是提高正氣，保證生活質量是一重要養正氣之法，即良好充足的睡眠、均衡的飲食、正常的消化、舒暢的情致。藥物預防要從發病的因素邪、正兩方面入手。

中醫認為「正氣內存，邪不可干」，玉屏風散(黃芪、防風、

白朮)是中醫提高正氣預防流感常選方。高危人員或與確診流感病人接觸之人根據病邪的溫毒濕濁性質，應加芳香化濕、健脾化濕(如藿香、羌活、佩蘭、薏苡仁、茯苓、白朮等)和清熱解毒(大青葉、銀花、連翹、黃芩等)之品以祛邪防病。

應用中藥預防同樣要注意兩方面問題，中醫認為「氣有餘則是火」，過於補氣則易化火，陽氣盛體質要慎用；另外清熱解毒藥物多為苦寒之品易傷脾胃，脾胃虛寒體質要慎用，非用不可之時可選藥性較輕並同時用健脾之品以攻補兼施。

流感的中醫治療

本港 2003 年「沙士」爆發時，中醫也是以辨證施治這一治原則來應對。對於外感熱病的治療，中醫已有幾千年的臨床實踐，並總結出一套行之有效的經驗、方法和理論。

中醫與西醫從不同角度看待和認識人體的生理、病理，以及疾病的病因、病機。消滅病毒在治療病毒感染性疾病中有決定性作用，但同時現代抗病毒藥物有其不確定性。

中醫治療流感是根據病情初、中階段；病情輕、重程度的不同，進行辨證施治。着眼點不僅「抗病毒」，更在於「多環節、多層次、多靶點」治療疾病，即中醫祛邪與調理的理念。辨證施治還會因應不同人的體質、地理環境、時間的不同，而採用不同的治療方法。

2003 年香港、廣州有腹瀉症狀的「沙士」病人明顯多於內地其他地方，反映香港、廣州的「沙士」病人有濕性偏重的特點，其治療方藥亦會有所改變，有別於西醫治療的方法。中醫強調流感要及早治療，早期治療易於治愈，同時能控制病情向嚴重階段發展。為進一步推廣醫學知識，港大中醫藥學院將於本月 23 日舉辦《鼻咽癌電療化療後的中醫治療》健康講座，詳情請致電 25890439/25890498 查詢。🌐

香港大學中醫藥學院 預防流感的中藥方



I 號方

適用於普通體質人士

粉葛根	15g	大青葉	9g
藿香 / 佩蘭	各9g	牛蒡子	6g
黃芩	9g	銀花	6g
紫蘇葉	6g	生甘草	6g

功效：解表祛濕，利咽清熱



II 號方

適用於偏氣虛，脾胃虛寒，易於感冒的病人

黃耆	15g	生白朮	15g
藿香	9g	桔梗	3g
防風	6g	粉葛根	15g
銀花	9g	生甘草	6g
大青葉	9g		

功效：扶正解表，祛風利咽

中藥煎服法

- 加4碗冷水，先把藥浸30-50分鐘，然後煎至一碗半(水滾後約煎20分鐘，不宜久煎)，可分2次服用，每周服用2-3次。
- 飯後約1小時服用，忌空肚服。
- 服中藥時，請勿混合其他藥物服用。
- 流感流行期間服用，兒童用2/3-1/3劑量

注意事項

- 本處方只作預防甲型H1N1流感之用途，需由註冊中醫師處方，如身體出現發燒、發冷、咳嗽、腹痛、腹瀉、肌肉疼痛等徵狀，請馬上到醫院求診。
- 注意休息，適當運動，多吃蔬菜水果。

