

新乡市新型冠状病毒感染的 肺炎疫情防控指挥部办公室 文件

新疫情防指办〔2020〕46号

关于印发《新乡市新冠肺炎中医药预防方案》的 通 知

各县（市）、区新冠肺炎疫情防控指挥部，市防控指挥部有关成员单位：

为抓好新乡市新冠肺炎疫情防控工作，充分发挥中医药特色优势，按照市疫情防控指挥部工作部署，现将《新乡市新冠肺炎中医药预防方案》印发给你们，请参照执行。

新乡市新冠肺炎疫情防控工作指挥部办公室

2020年2月23日

新乡市新冠肺炎中医药预防方案

中医学的历史，很大一部分就是防治传染病的医学史，在同疫病作斗争的过程中，积累了宝贵的经验和丰富的理论。据文献记载，我国历史上多次经历瘟疫大流行，中医学已形成一套较为丰富而独特的疫病防治理论体系。中医学既重视患病后的治疗，更重视预防疾病的发生和发展，这种思想的重要理论为人类的保健发挥巨大的作用。

此次新冠肺炎，属于中医疫病范畴，病因为感受疫戾之气，病位在肺，基本病机特点为“湿、热、毒、瘀”，结合新乡市地域气候特点以及不同体质等情况，特制定中医中药预防方案。

一、中医药预防手段

（一）预防新冠肺炎 1 号方

适用人群：普通人群。

黄芪 10g 苍术 10g 防风 6g 紫草 6g 甘草 6g 板蓝根 10g 芦根 30g

一日一人份量。

（二）预防新冠肺炎 2 号方

适用人群：易感冒，无基础疾病，舌质淡，舌苔薄白腻或者发白人群。

黄芪 10g 苍术 10g 白术 10g 防风 10g 艾叶 10g 苦杏仁 10g

薏苡仁 20g 佩兰 10g 甘草 6g 生姜 3 片

一日一人份量。

（三）预防新冠肺炎 3 号方

适用人群：易感冒，无基础疾病，舌质淡，舌苔薄黄或者发黄偏腻人群。

苍术 6g 荆芥 15g 金银花 15g 连翘 10g 淡竹叶 10g 薏苡仁 10g 薄荷 10g 甘草 6g

一日一人份量。

（四）预防新冠肺炎 4 号方

适用人群：抗新冠肺炎一线医护人员。

黄芪 15g 苍术 10g 防风 10g 白术 10g 金银花 10g 桔梗 10g 芦根 30g 白茅根 30g 紫草 10g 百合 10g 柴胡 6g 甘草 6g

一日一人份量。

（五）预防新冠肺炎 5 号方

适用人群：易感人群，工作及心理压力大人群。

药方：黄芪 15g、防风 10g、白术 15g、芦根 10g、藿香 10g、薏苡仁 15 g、甘草 3g、贯众 3g

每日服一至两次，连服五天。

二、外治方法预防手段

（一）扶正驱瘟茶：黄芪 10g 白术 10g 防风 3g 藿香 3g 苍术 3g 甘草 3g 开水泡渍，少量频服，一日一剂，7 日为一疗程。

适用人群：易感人群。

（二）驱瘟香囊：艾叶、苍术、藿香、佩兰、冰片、薄荷、辛夷、石菖蒲、紫苏叶各等份，打成粗粉装布囊佩戴。

适用人群：普通人群、易感人群及患病人群均可佩戴；对上述药物过敏者禁用。

三、艾灸预防手段

（一）艾熏：各定点医院和发热门诊要在门诊大厅、病房大厅、预检分诊处、发热门诊等地合理设置艾灸盒点燃艾条、艾绒，达到“除湿、杀虫、除菌”的目的，更好地预防和控制院内感染，保护正常就诊患者和医务人员安全。有条件的地方可以在办公场所，人员密集地方点燃艾条，但要注意防火。

（二）灸法：温通经络，调理气血，扶正祛邪，协调阴阳，提高机体免疫力。

操作方法及注意事项：（1）取相应体位做好灸治准备，取普通艾条 1-2 支，点燃，距离穴位 2-3cm 进行灸治，每次每穴 15 至 20 分钟，或以局部皮肤潮红、身体轻快为度。（2）每天上午 9 点至下午 5 点之间灸治为宜。灸治顺序为先阳后阴，先上后下，如寒湿型感冒和疑似有接触者、恢复期患者灸治时，需先灸背部膀胱经大杼、风门、肺俞穴位，再按普通易感人群灸法灸腹部穴位。（3）容易上火的人群，改灸足三里、丰隆穴。丰隆穴取穴方法：在小腿前外侧，当外踝尖上 8 寸，条口穴外，距胫骨前缘二

横指（中指）。

操作人员：在中医师指导下进行灸治。个人无法单独完成时，施灸双方应佩戴口罩，减少交谈。

适用人群：

（1）易感及普通人群

取穴：足三里（双侧）、关元、中脘。

取穴方法：①足三里：位于小腿前外侧，当犊鼻下3寸，距胫骨前缘一横指处（手指同身寸法取穴方法：以患者的手为测量标准，食指、中指、无名指和小指四根手指宽度为3寸，大拇指横纹长度为1寸）。②关元：在腹部正中线上，脐下3寸。③中脘：位于上腹部，前正中线上，胸骨下端和肚脐连接线中点（当脐中上4寸）。即：从心口窝到肚脐眼四寸的地方（也就是心口窝到肚脐眼中央）。

频次：每天灸治一至二次。

（2）小儿易感人群

取穴：选灸督脉身柱穴、肺俞穴。

取穴方法：①身柱：人体背部，后正中线上，第3棘突下凹陷处。②肺俞：在背部，第3棘突下旁开1.5寸（二指宽）处。

频次：每天灸治一至二次。

（3）寒湿型感冒和疑似有接触者

取穴：大杼、风门、肺俞、关元、中脘。

取穴方法：①大杼：在背部，当第1胸椎棘突下，旁开1.5寸。②风门：在背部，当第2胸椎棘突下，旁开1.5寸。肺俞、关元、中脘取穴方法同上。

频次：每天灸治一至二次，严重者可往复循环灸至身轻体快舒适为度。

（4）恢复期患者的艾灸方法

取穴：大椎、肺俞、膈俞、足三里、关元。

取穴方法：①大椎：后正中线上，第七颈椎棘突（正坐低头，颈椎最为凸起处，约与肩平齐）下凹陷中。②膈俞：位于背部第七胸椎棘突，正中线旁开1.5寸处。肺俞、足三里、关元取穴方法同上。

频次：每日灸治一次。

四、保健操预防手段

（一）传统保健操：

适用人群：普通人群。

二维码链接



八段锦视频

（二）局部运动操：

适用人群：普通人群。

二维码链接



颈部保健操 手保健操 颈椎保健操 腰椎保健操 眼保健操

五、注意事项

1. 本次提供的方剂为临床常用基础方，仅供参考，取用时要注意选择适合自己的方子。

2. 有合并基础疾病，如：冠心病、糖尿病、高血压、尿毒症等人群，不适用此药方，需要到医院由医生对症下药。

3. 其他感冒人群参考《新乡市新冠肺炎中医药防治方案》。

4. 患病以及疑似病人参考国家《新型冠状病毒感染的肺炎诊疗方案（试行第六版）》。恢复期病人参考省卫生健康委《关于印发新冠肺炎中医辨证治疗要点的通知》。

5. 为保护和关爱一线疫情防控防疫工作人员，由定点医院负责，为全市一线疫情防控防疫工作人员免费提供预防新冠肺炎汤剂、扶正驱瘟茶、驱瘟香囊。所需资金从此次市红十字会定向防疫捐款中解决。

6. 其他单位和个人，如果需要以上汤剂、扶正驱瘟茶、驱瘟香囊，可以到市定点医院购买或者订购，市定点医院为：市中医

院、市中心医院、新华医院、市传染病医院、市直机关医院、新医一附院、新医三附院。