

基層醫療「治未病」，社區中醫抗流感

2023年12月2日，國家衛生健康委就冬季呼吸道疾病防治舉行發佈會。國家衛健委會同國家中醫藥管理局、國家疾控局持續開展冬季呼吸道疾病監測和研判，對做好醫療資源調劑、優化就醫流程、發揮中醫藥作用等工作進行部署。增開午間、夜間和週末門診，延長服務時間，不斷優化掛號、就診流程，方便群眾就醫，推廣互聯網醫療。充分發揮中醫藥作用，中西醫結合，普及中醫藥防治疾病知識，提升防治效果。堅持戴口罩、勤洗手、常通風，不帶病上班及上學，堅持良好的個人衛生習慣和健康生活方式。

中醫兒科四要點、四措施

國家中醫藥管理局醫政司副司長邢超介紹，建設了37個中醫兒科國家重點專科，10個兒科區域中醫診療中心，全國三級公立中醫院中有93%設置了兒科，印發了《關於進一步加強中醫醫院兒科建設的通知》。針對兒童呼吸道疾病高發，一是強化資源統籌，加強發熱門診、急診、兒科、呼吸科的人員，加開診室、延長門診時間、開設夜間門診和週末門診，提供「互聯網+」診療服務；二是加強中醫藥防治知識培訓，提高基層中醫醫務人員的病情識別能力，規範開展中醫藥診療；三是結合本地氣候和地域特徵，制定呼吸道疾病中醫藥防治方案，對於重症兒童，推動中醫藥早期介入；四是組織中醫藥專家圍繞群眾普遍關注的問題，多渠道、多方式向社會傳播中醫藥預防保健知識、科普指南，指南著眼於預防和恢復期症狀的改善。

北京中醫醫院院長劉清泉報告了各級的措施。一是收集各地病患者中醫的臨床特徵，結合文獻和既往的經驗，制定出每個醫院應對的方案；二是調整兒科佈局，擴充接診持續時間，尤其是週末及互聯網兒科門診，患者可到不同的醫院去，能減少排隊時間，減少交叉感染；三是一人一方，臨方調配，做成濃煎的合劑、膏劑，加上調味品；四是非藥物治療，比如推拿，通過網站等推出一些規範科學的小視頻來教輔助治療。

中醫整體觀：早期到恢復期

北京中醫藥大學東方醫院兒科主任吳力群解釋兒童急性呼吸道感染疾病屬於中醫感冒、咳嗽、肺炎喘嗽的範疇，因為外邪侵入人體，導致機體臟腑功能失調、肺臟受損而出現發熱、鼻塞、流涕、咽痛、咳嗽、咳痰這些臨床表現。

感染的早期，主要表現為發熱、流涕、咽痛、咳嗽，中醫主要採用宣肺解表利咽的治療方法，穴位推拿和按摩、刮痧等，清熱洩火、利咽，針對咳嗽、咳痰，可用經絡的走罐、拔罐、穴位推拿，化痰止咳。在恢復期，表現為咳嗽、

乏力、食慾差的，中醫會用健脾化痰、補虛扶正。

風熱證、夾痰、夾滯、夾驚、夾濕、夾寒

在居家護理方面，廣東省中醫院兒科主任楊京華提醒一是隨時增減衣服；二是室內通風；三是不要在室內出現吸煙。孩子營養要均衡，清淡，攝入蔬菜瓜果，「形寒飲冷則傷肺」。其次肺臟是比較嬌嫩的，怕辛溫燥熱的食物，同時，「肥甘厚膩會傷脾胃」。另外，廣東地區的孩子多數是以風熱證為主，夾雜濕邪或寒邪，會出現胃口不好，甚至嘔吐和腹瀉，外寒往往表現為高熱、惡寒，有明顯怕冷的症狀，以及鼻塞、流清涕、打噴涕，但同時也有咽痛、嘴唇紅、大便乾燥、小便黃短這種里熱的症狀。小孩有「三不足兩有餘」的特點，肺、脾、腎三臟功能的不足，但同時又有心、肝有餘的特點。「夾痰」就是因為肺臟的功能受損，導致咳嗽、咯痰，「夾滯」則胃口不好、舌苔厚膩、口氣臭穢，「夾驚」會發生神昏抽搐。「夾濕」會覺得身體很困重、頭重，會導致嘔吐、腹瀉、舌苔厚膩。注意不要用太過苦寒的藥物，過用會導致孩子的陽氣受損，出現疾病的加重或者遷延。

香港沒有中醫兒科專科，但可以學習如何強化資源服務、防治方案及培訓，製作科普指南、小視頻，統籌中醫早期介入，「一人一方」及非藥物治療，著眼恢復期等。

正當我們發展基層醫療服務，現在便可立即組織社區內中醫師開夜診、週末及假期門診，再加互聯網/遠程醫療，送藥服務。在地區康健中心，以「治未病」的方案，教導居家護理、飲食、推拿、按摩、藥浴等，不但可以預防，亦有助康復過程，減少後遺症。策略性採購可以立即開展嗎？

黃譚智媛
香港大學醫學院名譽教授