



# 中华中医药学会专家共识

GS/CACM 312—2023

---

## 中医药治疗新型冠状病毒感染核酸/抗原转 阴后常见症专家共识

Expert consensus on the treatment of traditional Chinese medicine for common  
symptoms of post COVID-19 short-term condition

2023 - 01 - 16 发布

---

中华中医药学会 发布

# 目 次

前言 .....	II
引言 .....	III
1 范围 .....	1
2 规范性引用文件 .....	1
3 术语和定义 .....	1
4 病因病机 .....	1
5 治疗 .....	2
5.1 有关依据 .....	2
5.2 通用方药 .....	2
5.3 对症治疗 .....	2
5.3.1 咳嗽 .....	2
5.3.2 心悸 .....	3
5.3.3 失眠 .....	3
5.3.4 嗅觉减退 .....	4
5.3.5 脑雾 .....	4
6 注意事项 .....	5
参考文献 .....	6

## 前 言

本文件为中华中医药学会专家共识。

本文件参照 GB/T 1.1—2020《标准化工作导则第 1 部分：标准化文件的结构和起草规则》的规定起草。

本文件由天津中医药大学提出。

本文件由中华中医药学会归口。

本文件起草单位：天津中医药大学、福建中医药大学、长春中医药大学、安徽中医药大学、首都医科大学附属北京中医医院、中日友好医院、中国中医科学院广安门医院、首都医科大学附属北京佑安医院、广东省中医院、武汉市中医医院、上海中医药大学附属曙光医院、陕西中医药大学附属医院、石家庄市人民医院、广州中医药大学第一附属医院、河南中医药大学第一附属医院、天津中医药大学第二附属医院、天津中医药大学第一附属医院、湖北省直属机关医院、广西中医药大学第一附属医院、中国中医科学院西苑医院、成都中医药大学附属医院、河北省中医院。

本文件主要起草人：张伯礼、晁恩祥。

本文件专家组：张洪春、刘清泉、张忠德、李灿东、冷向阳、李建生、李秀惠、齐文升、李光熙、张炜、孙增涛、王保和、赵玉斌、李京涛、李桂伟、张军。

本文件其他起草人：张俊华、胡镜清、封继宏、李泽庚、夏文广、朱明军、杨忠奇、雷根平、唐健元、高蕊、元唯安、黄宇虹、李旭成、梅建强、耿立梅、谢胜、赵敏、宋新波、周胜元、周志焕、张涛、郝征、郑文科、杨丰文、庞稳泰、庞博、金鑫瑶、王辉、崔淑华、黄明、刘春香、刘凤爽、曹璐佳、李娜。

## 引 言

当前，我国疫情防控工作的重心已从“防感染”转向“保健康、防重症”。中医药在减轻患者症状、减少重症发生、救治重症患者、促进康复等方面均发挥了重要作用。临床诊疗实践和流行病学调查表明，相当多的感染者在新型冠状病毒感染核酸/抗原转阴后持续存在乏力倦怠、咳嗽、气短、心悸、失眠、肌肉酸痛、嗅觉觉异常等短期症状，迫切需要发挥好中医药在促进康复方面的优势。

为进一步规范相关诊疗行为，保障临床疗效，指导临床实践，由中华中医药学会组织立项，天津中医药大学牵头，结合国家政策、中医理论、人用经验和临床研究，根据共识制定流程及中华中医药学会团体标准管理办法等相关要求，制定了《中医药治疗新型冠状病毒感染核酸/抗原转阴后常见症专家共识》，突出推荐方药的有效性、安全性、实用性和可及性。

# 中医药治疗新型冠状病毒感染核酸/抗原转阴后 常见症专家共识

## 1 范围

本文件提出了新型冠状病毒感染核酸/抗原转阴后常见症的概念、病因病机、临床表现、中医治疗及注意事项等内容。

本文件适用于中医、西医、中西医结合医师及临床试验研究人员，对新型冠状病毒感染轻型/中型患者转阴后的临床判断及中医诊疗指导。重型/危重型患者出院后的相关症状可参考使用。

## 2 规范性引用文件

下列文件中的内容通过文中的规范性引用而构成本文件必不可少的条款。其中，注日期的引用文件，仅该日期对应的版本适用于本文件；不注日期的引用文件，其最新版本（包括所有的修改单）适用于本文件。

新型冠状病毒感染诊疗方案（试行第十版）（国家卫生健康委员会）

新型冠状病毒肺炎恢复期中西医结合康复指南（第一版）（中华中医药学会与中国康复医学会）

新冠病毒感染者居家中医药干预指引（国家中医药管理局中医疫病防治专家委员会）

中华人民共和国药典（2020年版）

## 3 术语和定义

下列术语和定义适用于本文件。

### 3.1

**新型冠状病毒感染核酸/抗原转阴后常见症** common symptoms of post COVID-19 short-term condition

新型冠状病毒感染轻型/中型患者核酸/抗原转阴后，以乏力气短、干咳少痰、口渴咽干、胃脘痞闷、纳呆便溏、心悸不寐、嗅味觉减退、自汗盗汗、昏蒙等为主要临床表现的症状群，多发生在感染后两周至三个月。

## 4 病因病机

疫毒外袭，正邪交争，正胜邪退，但余邪未净，正气未复。肺脾受损，气阴两伤，故见倦怠乏力、动则气短、干咳少痰、口渴咽干、心悸不寐、自汗盗汗等症。余邪未净，损脾碍胃，脾虚失运，出现

胃脘痞闷、纳呆便溏等症；蒙蔽清窍，致嗅觉减退、昏蒙等症。本病病位在肺、脾，波及他脏，病性为虚实夹杂。

## 5 治疗

### 5.1 有关依据

本文件遵照了国家卫生健康委员会《新型冠状病毒感染诊疗方案》（试行第十版）、中华中医药学会与中国康复医学会《新型冠状病毒肺炎恢复期中西医结合康复指南》（第一版）、国家中医药管理局中医疫病防治专家委员会《新冠病毒感染者居家中医药干预指引》、《中华人民共和国药典》（2020年版）。参考了《天津市治疗新冠病毒感染中药协定方推荐方案》、《河北省新型冠状病毒肺炎患者中西医结合康复方案》、《上海市新型冠状病毒感染恢复期中医康复方案》等省市新冠感染及康复相关治疗推荐方案。

### 5.2 通用方药

证候：气阴两虚，脾虚失运，余邪未尽。

症状：倦怠乏力，动后气短，干咳少痰，咽喉不利，胃脘痞闷，纳呆便溏，舌淡或红，少津，脉细数。

治法：益气养阴，健脾和中，清热祛湿。

方剂：生脉散合平胃散加减（清金益气方）。

药味：人参、麦冬、五味子、茯苓、清半夏、麸炒苍术、陈皮、柴胡、升麻、薏苡仁、黄芩、玄参、芦根、马鞭草、淡竹叶、甘草。

服法：水煎服，每日1剂，分2次温服。疗程14天或遵医嘱。

除上述临床综合表现外，其他明显不适单项症状可参照以下对症治疗方案。

### 5.3 对症治疗

#### 5.3.1 咳嗽

##### 5.3.1.1 余邪恋肺

症状：咳嗽，咽痒，或遇异味、冷风等因素突发阵咳或呛咳，时有咯痰，舌淡红或偏红，脉细。

治法：宣肺散邪，化痰止咳。

方剂：止嗽散合桑杏汤加减。

药味：荆芥、紫菀、百部、白前、桔梗、桑叶、杏仁、浙贝母、陈皮、炙甘草。

加减：咯痰黏稠，加橘红、冬瓜子、鱼腥草；咽痒甚，加牛蒡子、射干、蝉蜕。

##### 5.3.1.2 肺阴亏耗

症状：干咳，咳声短促，痰少质黏，口燥咽干，潮热，盗汗，舌红少苔，脉细数。

治法：养阴清热，润肺止咳。

方剂：沙参麦冬汤加减。

药味：沙参、玉竹、桑叶、麦冬、天花粉、紫菀、款冬花、枇杷叶、甘草。

加减：潮热甚，加银柴胡、青蒿；盗汗多，加煅牡蛎、浮小麦。

**推荐中成药：**苏黄止咳胶囊；咯黄痰甚者，可选用治咳川贝枇杷滴丸、急支糖浆、莲花清咳片、杏贝止咳颗粒等；咯痰黏稠者，可选用橘红化痰丸、宣肺止嗽合剂、橘红痰咳颗粒（液）、橘红丸（颗粒、片）等；咯痰清稀者，可选用通宣理肺丸（颗粒、口服液）、杏苏止咳颗粒（糖浆）、感冒止咳颗粒（糖浆）、玉屏风颗粒等；咳嗽伴气喘者，可选用止嗽定喘丸（片）、咳喘宁、消炎止咳片、咳速停糖浆、润肺膏、丹龙口服液、复元止咳颗粒等。

### 5.3.2 心悸

#### 5.3.2.1 气阴两虚

症状：心悸易惊，乏力气短，自汗盗汗，五心烦热，口干舌燥，舌红少苔，脉细数。

治法：益气养阴，敛汗生脉。

方剂：生脉散加减。

药味：人参、麦冬、五味子、酸枣仁、生龙齿。

加减：阴虚有热，加青蒿、牡丹皮；汗出明显，加煅牡蛎、浮小麦。

#### 5.3.2.2 心气不足

症状：心悸气短，头晕目眩，倦怠乏力，舌淡红，苔白，脉细弱或结代。

治法：补益心气，养心安神。

方剂：炙甘草汤加减。

药味：炙甘草、人参、生地黄、桂枝、阿胶、麦冬、远志、生龙齿。

加减：伴血虚，加黄芪、当归；伴血瘀，加丹参、川芎。

**推荐中成药：**动后心慌明显者，可选用生脉饮（颗粒、胶囊、片）、芪参益气滴丸、芪参补气胶囊、参松养心胶囊、通脉养心丸、养心氏片、稳心颗粒、养心定悸胶囊、参芪口服液、潞党参口服液、振源胶囊等；胸闷伴舌紫暗者，可选用复方丹参滴丸（片）、冠心宁片、冠心静片（胶囊）、心速宁胶囊等。

### 5.3.3 失眠

#### 5.3.3.1 虚热扰神

症状：不易入睡，五心烦热，自汗盗汗，心悸不安，舌红少苔，脉细数。

治法：补心安神，滋阴清热。

方剂：酸枣仁汤加减。

药味：酸枣仁、知母、茯苓、川芎、牡丹皮、甘草。

加减：心烦不宁，加合欢花、栀子；潮热盗汗甚，加煅牡蛎、浮小麦；彻夜不眠，加磁石、生龙骨。

### 5.3.3.2 心脾两虚

症状：寐不安，多梦易醒，神疲食少，头晕目眩，四肢乏力，腹胀便溏，舌淡苔薄，脉细无力。

治法：益气补血，健脾养心。

方剂：归脾汤加减。

药味：人参、白术、当归、茯苓、黄芪、龙眼肉、远志、酸枣仁、佛手、炙甘草。

加减：脘闷纳呆，加藿香、半夏、陈皮。

**推荐中成药：**五心烦热者，可选用百乐眠胶囊、天王补心丹等；乏力心悸者，可选用柏子养心丸、人参归脾丸、枣仁安神胶囊（颗粒、口服液）、安神补脑液等；情绪烦躁者，可选用加味逍遥丸、舒肝解郁胶囊等。

### 5.3.4 嗅味觉减退

#### 5.3.4.1 余邪闭窍

症状：嗅觉减退，鼻塞，胸闷气短，舌淡红，脉细。

治法：宣肺开窍。

方剂：辛夷散加减。

药味：辛夷、薄荷、藁本、白芷、升麻、川芎、通草、防风、羌活、炙甘草。

加减：鼻塞流涕，加荆芥、苍耳子；鼻腔干燥，加麦冬、百合、菊花。

#### 5.3.4.2 脾虚湿阻

症状：味觉减退，乏力倦怠，少气懒言，纳少便溏，舌淡胖，苔白腻，脉濡或滑。

治法：健脾祛湿。

方剂：不换金正气散加减

药味：厚朴、苍术、陈皮、半夏、藿香、草果、石菖蒲、炙甘草。

加减：纳呆，加焦三仙、太子参；腹胀痞满，加木香、佛手。

**推荐中成药：**嗅觉减退者，可选用散风通窍滴丸、通窍鼻炎片（丸、颗粒）、辛芷通窍丸（颗粒）、香菊胶囊、鼻渊通窍颗粒等；味觉减退者，可选用藿香正气胶囊（丸、水、口服液）、参苓白术散（片、口服液）、补中益气丸（片）、香砂六君丸等。

### 5.3.5 脑雾

#### 5.3.5.1 湿浊上蒙

症状：头重昏蒙，善忘，胸闷，食少多寐，舌淡胖，苔白腻，脉弦滑。

治法：健脾燥湿，化浊开窍。

方剂：益气聪明汤合半夏白术天麻汤加减。

药味：黄芪、白芍、黄柏、升麻、葛根、蔓荆子、半夏、白术、天麻、炙甘草。

加减：头晕头胀，加白芷、藁本、石菖蒲；脘闷纳呆，加藿香、白豆蔻、厚朴。

### 5.3.5.2 脑络失养

症状：善忘耳鸣，注意力不集中，反应迟钝，舌红少津，脉细。

治法：益气填精，健脑开窍。

方剂：孔圣枕中丹合开心散加减。

药味：远志、石菖蒲、龟板、龙骨、人参、茯苓、当归、川芎。

加减：耳鸣甚，加山茱萸、钩藤、珍珠母；腰膝酸软，加杜仲、熟地黄。

**推荐中成药：**头重昏蒙者，可选用半夏天麻丸、牛黄清心丸等；头痛舌紫者，可选用养血清脑颗粒、舒脑欣滴丸、银杏酮酯滴丸（颗粒、胶囊、分散片）、银杏叶片（颗粒、胶囊、分散片、滴丸）等；腰膝酸软者，可选用六味地黄丸（口服液、片、胶囊）、金匱肾气丸（片）、百令胶囊、金水宝胶囊等。

## 6 注意事项

- 6.1 以上中药处方，建议在医师指导下使用。
- 6.2 以上推荐中成药，建议参照药品说明书使用；各省市可结合药品可及性选用地产中成药。
- 6.3 嗅觉减退者可使用中药香囊、精油进行嗅觉训练。
- 6.4 患者应均衡饮食，合理膳食；起居有常，避免过度熬夜；适量运动，避免剧烈运动；调畅情绪，避免忧思过度；重视防护，戴口罩，勤洗手，多通风，少聚集。

## 参 考 文 献

- [1] 国家卫生健康委员会. 关于印发新型冠状病毒感染诊疗方案（试行第十版）的通知. (2023-01-06) [2023-01-08] <http://www.nhc.gov.cn/ylyjs/pqt/202301/32de5b2ff9bf4eaa88e75bdf7223a65a.shtml>.
- [2] 新型冠状病毒肺炎恢复期中西医结合康复指南（第一版）[J]. 天津中医药, 2020, 37(05):484-489.
- [3] 国家中医药管理局中医疫病防治专家委员会. 新冠病毒感染者居家中医药干预指引. (2022-12-10) [2023-01-07] <http://www.satcm.gov.cn/yizhengsi/gongzuodongtai/2022-12-10/28466.html>.
- [4] 天津市卫生健康委员会. 天津发布治疗新冠病毒感染中药协定方推荐方案. (2023-01-07) [2023-01-07] [https://wsjk.tj.gov.cn/ZTZL1/ZTZL750/YQFKZL9424/FKDT1207/202301/t20230107\\_6071613.html](https://wsjk.tj.gov.cn/ZTZL1/ZTZL750/YQFKZL9424/FKDT1207/202301/t20230107_6071613.html).
- [5] 河北省卫生健康委员会. 《河北省新型冠状病毒肺炎患者中西医结合康复方案》印发. (2021-02-04) [2023-01-07] <http://health.hebei.com.cn/system/2021/02/04/100592970.shtml>.
- [6] 上海市卫生健康委员会. 关于印发上海市新型冠状病毒感染恢复期中医康复方案(2022年版)的通知. (2022-06-17) [2023-01-07] <http://wsjkw.sh.gov.cn/zyygz2/20220617/e8adc607a24749ccb2949289b2ad5a19.html>.
- [7] 国家药典委员会. 中华人民共和国药典[M]. 北京: 中国医药科技出版社, 2020.
- [8] World Health Organization. Regional Office for Europe. (2021). Support for rehabilitation: self-management after COVID-19-related illness, second edition [EB/OL]. (2022-11-01) [2023-01-07] <https://apps.who.int/iris/handle/10665/344472>.
- [9] Yang FW, Pang B, Jin, XY, et al. Post COVID-19 burden: focus on the short-term condition [J]. Acupuncture and Herbal Medicine, 2022; 2(3):139-142.
- [10] 张伯礼, 薛博瑜. 中医内科学[M]. 北京: 人民卫生出版社, 2013.
- [11] 王永炎, 鲁兆麟. 中医内科学[M]. 北京: 人民卫生出版社, 2020.
- [12] 李冀. 方剂学[M]. 北京: 中国中医药出版社, 2019.
- [13] 谢鸣, 周然. 方剂学[M]. 北京: 中国中医药出版社, 2012.
- [14] 李飞. 方剂学[M]. 北京: 人民卫生出版社, 2021.
- [15] 张仲景(汉). 伤寒论[M]. 北京: 中国中医药出版社, 2009.
- [16] 巢元方(隋). 诸病源候论[M]. 北京: 中国医药科技出版社, 2011.
- [17] 陈言著(宋). 三因极一病证方论[M]. 北京: 人民卫生出版社, 1957.
- [18] 黄帝内经素问[M]. 北京: 人民卫生出版社, 1963.
- [19] 吴瑭著(清). 温病条辨[M]. 北京: 人民卫生出版社, 2005.
- [20] 王焘(唐). 外台秘要方[M]. 北京: 中国医药科技出版社, 2011.

- [21] 吴昆（明）. 医方考[M]. 江苏：江苏科学技术出版社，1985.
- [22] 汪昂撰（清）. 医方集解[M]. 北京：人民卫生出版社，2006.
- [23] 杨士瀛（南宋）. 仁斋直指方[M]. 上海：第二军医大学出版社，2006.
- [24] 李东垣（金）. 脾胃论[M]. 北京：中国医药科技出版社，2011.
- [25] 费伯雄（清）. 医方论[M]. 北京：中医古籍出版社，1987.
- [26] 吴谦等（清）. 医宗金鉴[M]. 北京：人民卫生出版社，2006.
-