

1. 中醫如何看新冠病毒肺炎?

新冠病毒肺炎全名是新型冠狀病毒肺炎，根據現時收集到個案來看，罹患新型冠狀病毒，感染症狀之臨床表現，為發燒、四肢無力，呼吸道症狀以乾咳為主，有些患者甚至可出現呼吸困難的情況。中醫的外感病証裏，時行感冒或稱時行疫毒的臨床情況與之相似，中醫的時行感冒，會見爆發流行，高傳染性，起病驟急，全身症狀較重，也會產生高燒發熱，體溫可達攝氏 39 至 40 度，全身酸痛，噴嚏，鼻塞，流涕，亦可伴見胸痛。

中醫藥對時行感冒均有良好療效,對已有流行趨勢或有流行可能的地區，選用相應中藥進行預防和治療,可以收到顯著的效果。

2, 會有什麼症狀?

根據政府部門提供的資料，個案的病徵包括發燒、乏力、乾咳及呼吸困難。其中部分患者病情嚴重。年齡較大或有慢性疾病患者，有較大機會出現嚴重情況。

約有 1%—2%的病人可能進展至嚴重肺炎、呼吸窘迫症候群或多重器官衰竭、休克，造成死亡；死亡個案多具有潛在病史，如糖尿病、慢性肝病、腎功能不全、心血管疾病等。

新型冠狀病毒具有「潛伏期」，指從感染到出現疾病臨床症狀之間的時間，現時估計大約是 1 天至 14 天，最常見的是 5 天左右。

3. 氣候對此病症有什麼影響?

中醫認為冬春季起的時行感冒，以寒天疫毒為主，在研究發現，冠狀病毒通常在較低溫度及乾燥的環境中存活更長的時間並保持更長的活躍性。

預期以此特性推斷應該在，天氣轉熱之時，病情會有好轉趨勢，同時在此期間做好預防消毒措施，則可保持身體健康。

4. 普通外感和新型冠狀病毒肺炎有何分別?

辨別普通、時行疫毒由於感邪的不同,臨牀上又有普通感冒與時行感冒之分。普通感冒

以風邪為主因,冬、春季節氣候多變時發病率升高,常呈散發性,病情較淺,症狀不重,多無傳變;

普通感冒臨牀表現 初起多見衛表症狀(上呼吸道病變症狀)。鼻、咽部癢而不適，鼻塞，鼻水，流涕，噴嚏,聲重而嘶,頭痛,惡風,惡寒等。鼻涕開始為清水樣,2~3 日後鼻涕變稠,繼而發熱、咳嗽、咽痛、肢節

酸重不適等。部分患者病及脾胃,而表現胸悶、噁心、嘔吐、食慾減退、大便稀溏等症。

時行感冒以時行病毒為主因,發病不限季節,有廣泛的傳染流行疫情,起病急驟,病情較重,全身症狀顯著,且可以發生傳變,入裏化熱,合併它病。

時行感冒,多呈流行性,多人同時突然發病,起病急,迅速蔓延,首發症狀常見惡寒、發熱,體溫在 39℃~40℃,周身痠痛,疲乏無力。初起,全身症狀重而肺系症候並不突出,1~3 日後出現明顯的鼻塞、流涕、噴嚏、咳嗽、咽痛等,病情較一般感冒為重,體力恢復較慢。若為散在性、因與諸多溫病早期症狀相類似,不易確診,但及時掌握疫情,對診斷有幫助。

5, 有什麼預防方法?如湯水或保健方式

市民必須時刻保持良好的個人及環境衛生,包括:在人多擠逼的地方逗留時應佩戴外科口罩。;時常保持雙手清潔,尤其在要觸摸口、鼻或眼,又或進食之前,一般未及時方便洗手之前,可使用含 70 至 80%的酒精搓手液潔淨雙手消毒。

中醫藥治療預防方藥方面,在疏散解表之中,應注意濕邪中阻、胃腸氣滯或暑濕傷表,氣機不展的病機所在,而加用化濕、和胃、清暑、理氣之法。對於時行感冒,

因其常見先受寒,後易化熱,而發生傳變,因此宣肺散寒,清熱解毒法也是重要而常用的治療法則。

中醫提供保健方劑

1,蘇杏茶

效用:宣肺解表,保護肺絡

材料:紫蘇葉 3 克、蒲公英 3 克、南杏仁 10 克、薄荷 3 克,紅糖 15 克。

適合症狀:鼻塞聲重、噴嚏、流清涕、惡寒、咽乾口渴

制法:以上材料洗淨,放於保暖瓶內加入熱水,焗半小時後,全日飲用

2.猴頭菇靈芝湯

效用:補脾潤肺，增強免疫力

材料:猴頭菇 30 克，野生靈芝 20 克，淮山 30 克，玉竹 20 克，沙參 20 克，紅棗 5 枚，瘦肉 300 克，

適合症狀:精神疲倦 胃口欠佳，平素容易感冒

制法:洗淨材料加水煲 3 小時，調味即可飲用。

3,川貝雪梨飲

效用:化痰止咳,清熱生津,強肺平喘。

材料;野生川貝 5 克，南北杏 15 克，鴨雪梨 1 個，蜜棗 2 粒，冰糖適量。

適合症狀:適用於肺燥乾咳、慢性支氣管炎及腸燥便秘。

製法:將野生川貝、南北杏、鴨雪梨、冰糖同放燉盅內,加清水半碗、急火隔水燉 1 小時。

每日 2 次,食雪梨連湯。

常做健體鍛煉也可以增強體質，預防疾病，

另外當出現呼吸道感染病徵，應戴上外科口罩，檢測體溫，避免前往人多擠逼的地方，及盡早向醫生求證診斷。