

• 新型冠状病毒肺炎专栏 •

基于“治未病”理论中医药预防新型冠状病毒肺炎的回顾与思考

李佳川 李思颖 顾 健 程雪瑶
(西南民族大学药学院 四川 成都 610041)

摘要 新型冠状病毒肺炎(COVID-19,简称“新冠肺炎”)在全球形成“大流行”,在疫苗完全普及之前,新型冠状病毒(SARS-CoV-2)的防控仍是日常重点,预防是控制疫情的关键。在全国各省区卫生管理部门发布的《新型冠状病毒感染的肺炎中医药诊疗方案》(以下简称“诊疗方案”)中,推荐了许多中医药预防方法,强调坚持中医“治未病”的先进防病理念,以“扶正祛邪”为主,通过内服中药、药膳药茶、针灸、导引等方法,积极调动人体正气,增强体质,以达到“正气存内,邪不可干”的防疫目的。该文对全国各地发布的中医药预防方案进行回顾,分析总结中医药预防用药的规律,以期为人民大众以及一线临床预防 COVID-19 提供科学参考。

关键词 新型冠状病毒肺炎; 治未病; 中医药; 预防方

中图分类号: R285 文献标识码: A 文章编号: 1001-4454(2021)04-1021-10

DOI: 10.13863/j.issn1001-4454.2021.04.046

Review and Reflection on the Prevention of COVID-19 by Traditional Chinese Medicine Based on the Theory of Preventive Treatment of Disease

LI Jia-chuan, LI Si-ying, GU Jian, CHENG Xue-yao
(College of Pharmacy, Southwest Minzu University, Chengdu 610041, China)

Abstract Corona Virus Disease 2019(COVID-19) constitutes a pandemic worldwide, the novel coronavirus(SARS-CoV-2) is still the focus of prevention and control before the full spread of vaccines. Prevention is the key to controlling the epidemic. The Health Management Administration of the various provinces and cities have released the “Traditional Chinese Medicine Diagnosis and Treatment Programs for New Coronavirus Pneumonia” in response to the epidemic situation, among them including a lot of preventive prescriptions of TCM, which emphasizes to adhere to the advanced disease prevention concept of TCM preventing treatment of disease, and based on the principle of “strengthening vital energy and expelling pathogenic factors”, through the methods of taking traditional Chinese medicine, medicated diet, medicated tea, acupuncture and guidance, and actively mobilizes the vital qi of human body and strengthen the physique, so as to achieve the epidemic prevention purpose of “the vital qi is stored in the body, the pathogenic factors cannot”. The article reviews the prevention programs of TCM issued by various regions, analyzes and summarizes the rules of preventive medicine of TCM, in order to provide reference for the general public and the front-line clinical prevention of COVID-19.

Key words COVID-19; Preventive treatment of disease; Traditional Chinese medicine; Preventive formula

经过几个月的抗疫战争,中国 COVID-19 疫情整体得到有效控制,但国际正处于大流行阶段,国内个别地区仍有反复。此次新冠肺炎疫情来势汹汹,在缺乏抗 COVID-19 特效药、广谱抗病毒药物临床治疗效果不佳的情况下,中医药治未病、辨证施治、多靶点干预等独特优势在疫情防控中发挥了不可替代的巨大作用。目前,国内各单位和企业均已正常复工,学生也正常返校,很难做到完全切断该病毒的传播。同时,世卫组织表示目前尚无证据表明感染新冠肺炎治愈并产生抗体的人可免受再次感染。而近期北京等多地又出现输入或本地病例,虽然在政府强有力的措施下,疫情已经得到有效控制,但这也

再次提醒大众做好个人防护的重要性和必要性。因此,在疫苗完全普及之前,新冠病毒的防控仍是重点,预防是目前个人防护的最佳策略,不仅未感染者要注重预防,新冠肺炎治愈者也要注意愈后防护,防止病情反复。

中医学对疾病的预防有较先进的认识,早在 2000 多年前的中国医学典籍《黄帝内经》中就提出了“治未病”的思想,这对病毒性感染疾病的预防和治疗具有积极的现实意义。后世中医学家也将“治未病”概括为“未病先防,欲病救萌,既病防变,愈后防复”4 个层面^[1],显示出中医“治未病”理论在疫病防控全过程中均可发挥作用,这与国务院联防联

收稿日期: 2020-08-21

基金项目: 国家自然科学基金项目(81302912); 中央高校基本科研业务费专项基金项目(2017NZYQN35)

作者简介: 李佳川(1984-),男,博士后,副教授,研究方向: 中药及民族药药效与毒理; Tel: 13060003213, E-mail: ligat@163.com。

控机制提倡的“早发现、早报告、早隔离、早治疗”的传染病防控措施相吻合,更加说明预防是控制疫情的关键、重中之重。特别是随着国家、各省市卫生管理部门发布的各地方中医药防治 COVID-19 方案的不断优化,中医药已由参与者变为疫情防控的主力军。无论是在预防还是后期治疗阶段,或是患者康复阶段,中医药全程都发挥了至关重要的作用。因此,本研究通过分析全国各省区新冠肺炎中医药预防方案,并结合目前临床治疗具有确切疗效的方剂,对中医药预防 COVID-19 的用药规律进行总结性回顾,以期为人民大众和一线临床运用中医药预防病毒性感染疾病提供科学参考,也有助于中医药在全球疫情的推广和预防应用。

1 中医药预防 COVID-19 的思路

1.1 “治未病”是预防 COVID-19 的核心内涵 几千年来,中药预防一直是中华民族与疫病斗争的重要利器,早在《黄帝内经·素问》中就提出了“是故圣人不治已病治未病,不治已乱治未乱”的思想。“治未病”强调未病先治、防重于治,体现了中医对预防疾病的重视。后世中医学家将“治未病”的思想概括为未病先防、欲病救萌、既病防变和愈后防复4个阶段。“未病先防”是治未病的首要原则,即对于未感染者,提前采取有效的预防措施,可防止病毒入侵,规避疾病的发生与发展。其次是“欲病救萌”,COVID-19 无症状感染者或患者病邪轻时,采取主动出击、及时合理干预的预防方法,可迅速驱邪外出,有效阻止发病或延缓病程。“既病防变”即对于已经患病的人群,采取中医药及时、早期介入的预防方法,可减轻病情、阻止疾病的发展与传变,减少轻型、普通型向重型、危重型发展。“愈后防复”也尤为重要,COVID-19 患者治愈出院并不是抗疫的终点,恢复期患者除了隔离观察外,还要采取预防措施,调理身体,防止疾病复发,促进机体康复⁽²⁾。因此,“治未病”是阻止病毒入侵、避免病情加重恶化及疫情防控的核心内涵,应始终贯穿于疫情预防与救治的各个阶段。

1.2 “扶正祛邪”是预防 COVID-19 的关键 《素问·刺法论》中云“不相染者,正气存内,邪不可干,避其毒气”⁽¹⁾。《素问·评热病论》中记载“邪之所凑,其气必虚”⁽¹⁾。“正气”即人体抗邪的能力,主要指人体的机能活动和抗病、康复能力,与现代免疫学提出的免疫防御作用类似。“邪气”泛指外界各种致病因素。由此可知,邪气能否侵入人体,主要取决于其体内正气的强弱及邪气的盛衰,当人体正气不足或正气相对虚弱时,机体防御功能下降,则邪气

可能乘虚而入,导致机体阴阳失调,脏腑经络功能紊乱,以致引发疾病。总的来说,中医学认为疾病的发生与变化,主要与“正气”和“邪气”有关,也是未病先防的关键所在。

本次新冠病毒感染属于免疫发病机制,病位在于脾肺,病因有二:其一为感受湿毒疫疠邪气所致;其二是人体正气不足,无法抵御外邪侵犯机体而患病。因此,“扶正祛邪”是预防新冠肺炎的关键。一方面强调“正气存内,邪不可干”,即“扶正”,如通过饮食调理、作息规律、适度运动、精神调摄和中药调理等措施,调养气血,扶助机体正气,增强机体免疫力和抗病能力;另一方面,疫疠之气经口鼻而入,则强调重视“避其毒气”,即避开具有传染性的邪气,首先要隔离传染源,其次生活中做好戴口罩、勤洗手、不聚会、常消毒等日常防护⁽²⁾,这也是最直接的预防方法。

综上所述,预防是控制疫情的关键。在病毒未入侵人体前,不提倡过早服用清热解毒类药物来预防疾病,否则不仅无法杀灭病毒,还会损伤脾胃和自身免疫力,但增强正气、提升免疫力的中药是可用的。中医药“治未病”理论提倡未病先防、防重于治,在新冠肺炎的预防上具有独特优势:(1) 中医药具有整体调节作用,不仅扶助正气,提高机体免疫力,同时还注重顾护脏气,避免病邪伤脾胃;(2) 驱除邪气,降低感染率;(3) 在病邪轻微时,中医药及时、早期干预可减轻病症,避免病情转恶;(4) 促进治愈出院者预后的身体康复,益气养阴,增强机体抗邪能力以避免再次感染。

2 COVID-19 的中医药预防方案

2.1 药物预防

2.1.1 预防方高频药物:通过对各省区市已发布的中医药预防 COVID-19 方案进行统计、分析,结果发现 COVID-19 预防方中使用频率较高的前5味中药分别是:黄芪、甘草、金银花、白术和防风⁽³⁻⁹⁾。5味中药在预防方案中的分布见表1,5味中药的基本信息及功效主治见表2。

黄芪、甘草和白术均为补气药,具有益气健脾、补虚以扶正之功效。黄芪是最常用的补气中药,也是各地区预防方中使用最多的中药,具有补气升阳、固表止汗、托毒生肌、利水消肿等功效。现代药理学研究表明,黄芪在抗病毒、抗感染、增强免疫功能、改善心血管系统等方面具有独特作用⁽¹⁰⁾,其中,黄芪多糖免疫调节作用最为显著,不仅对免疫抑制有明显调节作用,也能增强正常机体的免疫作用⁽¹¹⁾。甘草可清热解毒、润肺止咳、补脾益气、缓急止息,常用

表 1 高频药物在预防方案中的分布情况

药物	来源	频次
黄芪	北京、山东、天津、河南、河北、甘肃、湖南、云南、江西、湖北、海南、四川、黑龙江、陕西	33
甘草	山东、天津、河南、河北、贵州、云南、江西、海南、黑龙江、陕西	26
金银花	北京、山东、天津、河南、河北、云南、江西、四川、黑龙江、陕西	23
白术	山东、天津、河北、湖南、云南、江西、湖北、海南、四川、黑龙江、陕西	23
防风	山东、天津、河北、湖南、云南、江西、湖北、海南、四川、黑龙江、陕西	20

表 2 各地区 COVID-19 预防方中高频中药的基本信息

名称	性味	归经	功效	主治
黄芪	性微温,味甘	归肺、脾经	益卫固表、托毒生肌、利尿退肿、补肺气、升阳、止汗	用于气虚乏力,食少便溏,久泻脱肛,自汗,气虚水肿,血虚萎黄,疮口久不愈合
甘草	味甘,性平	归心、肺、脾、胃经	补脾益气、清热解毒、祛痰止咳、缓急止息、调和诸药	用于脾胃虚弱,倦怠乏力,心悸气短,咳嗽痰多,四肢挛痛,痈肿疮毒,缓解药物毒性、烈性
金银花	味甘,性寒	归肺、心、胃经	清热解毒、凉散风热	主治外感风热或温病发热,中暑,热毒血痢,痈肿疔疮,喉痹,多种感染性疾病
防风	性温,味辛、甘	归膀胱、肝、脾经	解表祛风、胜湿止痉	用于外感表证,风疹瘙痒,风湿痹痛,破伤风,脾虚湿盛
白术	性温,味苦、甘	归脾、胃经	健脾益气、燥湿利水、止汗、安胎	用于脾胃虚弱,痰饮水肿,表虚自汗,胎动不安

于调和诸药。现代研究表明甘草存在抗感染、抗炎、抗病毒、保肝、保护心脑血管系统、治疗呼吸系统疾病和增强免疫功能等诸多药理活性^[12],同时,北大研究团队的最新研究成果表明,甘草中的甘草苷能模拟 I 型干扰素的作用,激活宿主的抗病毒免疫反应,从而抑制病毒复制^[13]。白术能缓和燥性、利水消肿、调节肠胃,同时对机体免疫功能具有调节作用^[14]。首都医科大学附属北京佑安医院的姜良铎教授认为,“气不摄津”是新冠肺炎的关键病机和发展为重证的机转,强调治疗以早顾气阴为大原则,建议早用补气^[15]。因此,在预防期多用黄芪、甘草和白术等补气之品,能够补益肺脾之气以扶助正气,从而提高机体免疫力,使外邪难以入侵,降低发病率。

金银花为清热类药物,通过发挥清热解毒、疏散风热等功效,达到防御疫毒的目的。据文献资料显示,金银花最早以“忍冬”之名出现于《肘后备急方》中,常用于治疗痈肿疔疮、喉痹、风热感冒、温热发病等,是“中药抗生素”之一。药效学研究发现,金银花具有解热抗炎、保肝利胆、降糖降脂、免疫调节等药理作用,而且其抗病毒谱较广,对流感病毒、柯萨奇病毒、疱疹病毒及腺病毒均有良好的抑制作用^[16,17]。

防风具有解热、镇痛、抗菌、抗炎等作用,防风多糖能显著增强机体免疫功能。在预防 COVID-19 的临床应用中,常将防风配伍祛风解表药,充分发挥其疏散风邪、祛风固表的功效,使腠理致密,增强卫外功能,从而使肌表坚固,抵御外邪侵袭^[18]。

综上,黄芪、甘草、白术以“补正气”为主,金银花、防风以“驱邪”为要,同时顾护脾胃,提高机体免疫力,有效预防疾病的发生与发展。

2.1.2 预防推荐方药:通过对各省区市中医药预防 COVID-19 推荐方药进行分析,并结合目前临床已报道有确切疗效的中药方剂,结果发现,在“扶正祛邪”的原则下,临床预防 COVID-19 的常用方药有:玉屏风散、金叶败毒颗粒、金花清感颗粒和连花清瘟胶囊(颗粒)^[3-9]。

玉屏风散:玉屏风散最早记载于元代朱丹溪的《丹溪心法》,由黄芪、白术、防风配伍而成,为扶正固本、补肺益气的经典方剂。方中黄芪固表止汗、大补脾肺之气,为君药;白术益气健脾,为臣药;二者合用则固表而不留邪、驱邪而不伤正,并佐以防风,走表而散风邪。临床上常用玉屏风散来预防风寒感冒、治疗呼吸道感染、支气管肺炎等呼吸系统疾病以及消化系统疾病等。现代药理研究还发现,玉屏风散具有良好的免疫调节作用和增效作用,多糖成分是其发挥免疫干预作用的主要有效部位。实验研究表明,玉屏风散加味能提高血清 IgA,增强机体免疫力,从而防御病毒侵袭;玉屏风散还能有效预防风寒刺激导致巨噬细胞吞噬和杀菌功能的抑制,同时对其还有较强的保护作用^[19];此外,杨胜等^[20]通过实验研究发现玉屏风散能够显著升高肺气虚大鼠外周血中 CD₃⁺、CD₄⁺ 比例和 CD₄⁺/CD₈⁺ 比值及降低 CD₈⁺ 比例,从而增强肺气虚证模型大鼠的免疫力。由以上可知,玉屏

风散对免疫系统的影响较广泛,其对体液免疫、细胞免疫和非特异性免疫均有一定促进作用^[21]。在2003年非典疫情期间,中华中医药学会发布的《传染性非典型肺炎 SARS 中医诊疗指南》中的药物预防处方三^[22]和国家中医药管理局修订的《非典型肺炎中医药防治技术方案》预防推荐的非典预防汤剂5号^[23]均由玉屏风散加味而来,肯定了玉屏风散防治传染性疾病的作用及地位。在此次全国各省区市 COVID-19 中医药防治方案中,北京、山东、天津、河南、河北、甘肃、湖南等多个地区发布的预防方中大多都包含黄芪、白术和防风几味药,同时玉屏风散加减也是天津、山东、甘肃、河南、云南、湖南、江西、陕西、湖北等地推荐的预防用药,说明玉屏风散在新冠肺炎的预防中具有较大的应用价值^[24]。

金叶败毒颗粒:由金银花、大青叶、蒲公英和鱼腥草4味药制成的金叶败毒颗粒,是同济医院原研的临床抗感染常用的中药制剂。方中金银花具有清热解毒、宣散风热之功效,为君药,也是此次新冠肺炎防治中最常用的中药之一;大青叶、蒲公英和鱼腥草三者共为臣药,四味药配伍共奏清热解毒、宣泄肺热之功效。研究表明^[25-26],金叶败毒颗粒具有抗菌、抗病毒、解热抗炎、抑制内毒素及增强免疫力等药理作用,常用于治疗急性感染性疾病,尤其是病毒性肺炎、急性上呼吸道感染、流感、细菌感染性疾病等上焦热毒症,至今已有50年的研究和临床应用历史。在2003年非典期间,金叶败毒颗粒曾被用于SARS病毒的预防和治疗,取得了良好的效果,获得了医护人员和患者的肯定与信赖,还被外国友人誉为“同济咖啡”。此次疫情再度席卷而来,金叶败毒颗粒再现“抗疫前线”,对COVID-19的预防和治疗发挥了重要作用。由于SARS-CoV-2病毒与SARS病毒有所区别,为更好地发挥疗效,武汉新冠肺炎诊疗专家组、湖北省医疗专业组等诸位专家回顾了临床实践经验,总结出“阿比多尔+拜复尔+金叶败毒颗粒”的治疗方案,作为一般患者隔离期的推荐用药,并取得了较佳的防治效果,同时得到了湖北省卫健委的肯定,并将金叶败毒颗粒列入防控COVID-19的储备用药^[27]。目前,金叶败毒颗粒已被湖北、广东、河北、福建、安徽等省列为COVID-19防控的推荐用药,也是全国多个慈善机构点名接受捐赠的药品。

金花清感颗粒:金花清感颗粒是针对2009年甲型H1N1流感研制的创新中成药,由麻杏石甘汤和银翘散这两个经典老方加减而成,内含金银花、浙贝

母、黄芩、青蒿、连翘、杏仁等12味中药材,具有清热解毒、疏风宣肺的功效。经过多年随机对照试验和临床研究,证实了金花清感颗粒具有抗病毒、解热、消炎、免疫调节等作用,并且其是中医药历史上首个经过Ⅲ期临床、循证医学的中成药^[28-29]。2020年2月初,张伯礼院士、刘清泉院长团队在武汉一线进行了102例金花清感颗粒治疗COVID-19轻症和普通型患者临床对照研究,结果发现金花清感颗粒对COVID-19具有确切疗效,不仅缩短发热时间,降低转重症率,同时还能显著改善机体的免疫功能。因此,在国家卫健委先后发布的“诊疗方案”1~7版,以及北京、河北、陕西、上海、广西、江西等地区的防治方案中,金花清感颗粒都被列为医学观察期的推荐用药,同时还被国家药监局列入治疗COVID-19具有显著疗效的中医“三药三方”。目前,中国已向伊朗、意大利、马来西亚、英国、西班牙等十多个国家捐赠了金花清感颗粒等中成药,上万盒金花清感颗粒正陆续发往世界各地,协助当地抗击疫情。

连花清瘟胶囊(颗粒):连花清瘟胶囊(颗粒)是2003年SARS期间通过国家新药审批绿色通道研发的抗流感创新中成药,由麻杏石甘汤合银翘散化裁而来,是清瘟解毒、宣肺泄热之良药。在药效学研究中,证明了连花清瘟具有广谱抗病毒作用,尤其对流感病毒、呼吸道合胞病毒、SARS病毒等具有显著抑制作用,同时又有抑菌、退热消炎、止咳化痰和调节免疫功能等作用,能针对表证先行治疗,及时阻断病情发展,积极调动机体的抗病康复能力^[30-31],目前已成为治疗多种流感病毒感染的呼吸系统疾病的代表性中成药,同时该药在美国已顺利启动Ⅱ期临床研究,成为第一个进入美国FDA的抗流感中成药。此次COVID-19疫情发生以来,纵观全国各地提供的COVID-19诊疗方案,国家及北京、河北、上海、广东等地区的诊疗方案中均推荐连花清瘟作为医学观察期的预防常用药。同时,全国23家医院对285例轻型、普通型COVID-19患者进行随机、对照试验,结果发现连花清瘟可以显著改善轻型、普通型患者发热、咳嗽及乏力症状,减少临床症状持续时间,并降低转重比例^[32-34],可见连花清瘟胶囊对轻型、普通型患者的临床治疗有确切疗效,因此也被列入治疗COVID-19的中医“三药三方”。以岭药业在2020年4月24日发布公告称,连花清瘟胶囊获得多国上市许可,目前已在巴西、印度尼西亚、加拿大、莫桑比克、罗马尼亚、泰国等,分别以“中成药”“药品”“植物药”“天然健康产品”“食品补充剂”“现代植物药”等身份注册获得上市许可,法国也准备用连花

清瘟做新冠肺炎治疗的研究。

2.2 非药物预防

2.2.1 饮食调理 《素问·藏气法时论》云“五谷为养,五果为助,五畜为益,五菜为充,气味合则服之,以补精益气”。因此,COVID-19 无症状感染者、未感染人群除了内服“扶正”的中药汤剂外,还可以

通过日常饮食来调理脾胃、补精益气,从而增强免疫力,提高机体抗病和康复能力。在北京、天津、河南、河北、甘肃、江西、云南、黑龙江这几个地区的 COVID-19 中医药预防方案中,以“扶正”为基本原则,推荐了许多服用方便、易被接受的药茶方和药膳方,且广泛适用于各类人群。各地区饮食调理推荐方见表 3。

表 3 各地区饮食调理推荐方

来源	药茶/药膳方	服用方式	适用人群
北京	麦冬 3 g, 桑叶 3 g, 菊花 3 g, 陈皮 2 g	代茶饮	健康成人
	金莲花 2 朵, 麦冬 5 粒, 青果 2 粒(打碎), 白菊花 2 朵	代茶饮	普通成人, 尤其适合伴咽喉不适、大便偏干者
	金银花 3 g, 芦根 6 g, 陈皮 2 g	代茶饮	健康儿童, 可以连续服用 6 d
天津	荷叶、鲜百合、胖大海、金银花、陈皮、苍术, 各少许	水煎, 半滚烫冲泡绿茶少许, 代茶频饮	平和体质者
	桑白皮 10 g, 地骨皮 10 g, 芦根 15 g, 佩兰 10 g, 金银花 10 g, 桔梗 10 g, 生甘草 6 g	煮沸代茶频饮, 连服 5-7 d	体质偏热者
	生黄芪 15 g, 炒白术 10 g, 防风 10 g, 陈皮 10 g, 金银花 10 g, 玄参 10 g, 桔梗 10 g, 生甘草 6 g	煮沸代茶频饮, 连服 5-7 d	体质偏弱者
河南	芦苇根 30 g, 白茅根 30 g, 生甘草 10 g, 桔梗 10 g, 黄芪 10 g	泡水代茶饮, 少量频饮(孕妇慎用)	健康人群
	藿香 3 g, 陈皮 3 g, 桑叶 3 g, 芦根 2 g, 桔梗 3 g, 甘草 2 g	代茶饮(幼儿减半, 孕妇慎用)	平素脾胃不和, 苔白腻等湿气偏盛者
	麦冬 5 粒, 白菊花 2 朵, 射干 2 g, 桑叶 2 g, 青果 2 g, 贯众 2 g	代茶饮(孕妇慎用)	普通人群, 尤其适合伴咽喉不适、大便偏干者
河北	黄芪 12 g, 金银花 15 g, 藿香 10 g, 防风 10 g	开水冲泡代茶饮	健康人群
甘肃	银耳 75 g, 百合 100 g, 净山药 50 g, 排骨 500 g, 莲子数粒	煲汤, 适量食用	健康人群
	红萝卜 250 g, 马蹄 250 g, 竹蔗 500 g, 鲜百合 150 g, 生黄芪 30 g, 蜜枣 4 粒	慢煲 3 h 后即可食用	虚体易感人群
	板栗 250 g, 瘦猪肉 500 g, 生薏米 300 g, 陈皮 30 g, 盐、姜、豆豉各少许	煮熟后带汤使用	已患普通感冒(肺炎)或肺炎易感人群及武汉返(来)甘人群
江西	太子参 3 g, 金银花 3 g, 藿香 3 g, 桔梗 3 g, 甘草 3 g	代茶饮	健康人群
云南	固表茶: 梁王茶 6 g, 黄芪 10 g, 白术 5 g, 防风 3 g, 藿香 3 g, 野坝子 3 g, 沙参 3 g, 芦根 3 g, 桔梗 3 g, 甘草 3 g	茶饮	健康人群
	党参、柴胡、贯众, 各 20 g	代茶饮	健康人群
黑龙江	生姜	加适量白糖, 熬水喝	健康人群

此外,疫情期间还要注意饮食清淡而有营养,按时就餐,注意食物的合理搭配,避免暴饮暴食,忌过食补气之品,忌食用生冷食物、野生类动物等。

2.2.2 起居调理:在疫情期间应做到早睡早起、起居有常,合理安排工作,保持充足的睡眠,避免熬夜;注意室内通风换气,保持环境清洁;同时注意个人卫生,进出要戴口罩、勤洗手等,不给新冠病毒可乘之机。

2.2.3 合理运动:由于隔离措施而长期待在家中,缺乏锻炼,容易导致气血不畅、脾胃功能减弱、抵抗力下降。因此,要注意适当锻炼身体,比如健身操、瑜伽,还有中国传统的五禽戏、八段锦、太极拳等特色养生功法,既能强身健体,养生保健,调和气血,积

极调动体内正气,预防疾病,又能调养心神,缓解紧张的情绪,保持身心健康,非常适合普通人群 COVID-19 的居家预防以及康复期患者的愈后防复。

2.2.4 外治预防:河北、甘肃、四川、西藏、内蒙古等地区推荐将芳香化湿类药物制成香囊随身佩戴,以达到“芳香辟秽、化浊解毒”的预防功效。海南发布了使用沉香、艾草、艾绒、菖蒲等芳香类中药的空气熏蒸疗法;或者采用穴位贴敷法进行日常防护。江西还公布了热敏灸预防这一特色疗法,又称为一艾三用方,即艾熏、艾灸、艾足浴,既可以用于预防疫病,又可以用于恢复期愈后防复。全小林院士也支持用艾灸防疫病,指出通过艾灸神阙、关元、气海、胃脘、足三里等穴

位,可以温阳散寒除湿、调理脾胃,提高免疫功能。另外,甘肃、河北等地公布了采用刮痧、针灸、足浴、推拿等疗法来固护体内正气,增强体质。此外,推拿按摩的方式也能扶助正气、提高免疫力,特别是儿童和老年人这类易感人群的预防。根据不同人的体质有针对性地选穴推拿,能够养生保健,有效增强抗病能力。

2.3 心理预防 疫情期间群众的心理调适是一个值得广泛关注的问题。此次疫情来势凶猛且猝不及防,传播快速,由于隔离措施及正常生活条件突然改变,加之网络上充斥着许多不实报道,各种不确定因素极易使群众产生恐慌、焦虑、失眠、悲观等不良情绪,如果反应过度,甚至会导致不理智的行为^[35],例如:疫情刚发生时,因为群众的恐慌而给不法分子带来了机会,出现了大量口罩倒卖现象,还有人用所谓的“特效药”进行金钱诈骗;还出现了“双黄连哄抢”事件等“恐慌性抢购”;甚至有病毒携带者产生了报复社会的心理,在隔离期擅自离开医院而给人群带来了恐慌。在《新型冠状病毒感染的肺炎诊疗方案(第七版)》中还指出“患者常存在焦虑恐惧情绪,应当加强心理疏导”。部分患者如果没有进行正常的心理疏导,不仅不利于疾病治疗,而且往往容易在出院后产生行为、认知、情绪等方面的心理障碍,有的可能会出现抑郁、创伤后应激障碍等精神疾病,这对患者的预后生活及其家庭造成极大影响^[35]。正如《素问·上古天真论篇》中所说“精神内守,病安从来”,可见调神也是“治未病”的核心之一。因此,

在防控疫情期间,应加强人文关怀、心理干预等措施,注意调整易感人群、患者和医护人员的心态;官方应积极宣传新冠肺炎的防预措施,引导大众正确对待新冠肺炎,不信谣、不传谣,避免“听风就是雨”;同时,通过服用疏肝理气、养心安神的中药,配合饮食、起居调护及中医传统健身功法等,做好未病时的防护,既能强健体魄,增强人体抗病能力,又能缓解心理压力,调整精神状态,保持积极乐观的心态,以便于更好地战胜疾病。

2.4 中医药预防 COVID-19 临床研究方案的注册情况 在这场战“疫”中,中医药全过程、全方位参与 COVID-19 的预防和治疗,与西医优势互补,充分发挥其优势与特色,带领中国抗疫赢得阶段性胜利。现在新冠肺炎在世界蔓延,中国及时主动地与世界卫生组织合作,分享中医药参与疫情防控的经验,并把最新版《新型冠状病毒肺炎诊疗方案》翻译成英文供其他国家及地区学习。但中医药对于西方医学来说,仍是一个陌生的领域,如果没有较为肯定的循证医学证据,就很难说服西方医学界真正接受和应用中医药治疗 COVID-19。

日前,许多机构和医院对中医药防治 COVID-19 的临床研究方案进行了公开注册。借助中国临床试验注册中心网站(www.Chictr.Org.Cn),以“COVID-19”“预防”为主要研究内容进行检索,时间截止至2020年7月13日,共得到中医药相关研究28个。中医药预防 COVID-19 的临床研究方案注册信息见表4。

表4 中医药预防新冠肺炎临床研究方案注册信息

注册号	注册时间	注册题目	研究实施 负责单位	研究 类型	研究阶段	研究 设计	伦理 审查	知情 同意
ChiCTR2000029433	2020-02-01	连花清瘟胶囊/颗粒治疗新型冠状病毒肺炎(COVID-19)疑似病例随机、对照临床试验	河北以岭医院,武汉大学人民医院	干预性研究	上市后药物	随机平行对照	是	签署
ChiCTR2000029435	2020-02-01	中医药预防新型冠状病毒肺炎(COVID-19)的随机对照试验	武汉市第一医院	干预性研究	预试验	随机平行对照	是	NA
ChiCTR2000029434	2020-02-01	连花清瘟胶囊/颗粒治疗新型冠状病毒肺炎(COVID-19)随机、对照临床试验	河北以岭医院,武汉大学人民医院	干预性研究	上市后药物	随机平行对照	是	签署
ChiCTR2000029495	2020-02-02	新型冠状病毒肺炎(COVID-19)患者出院后心理健康状况和心理需求调查及中医药和心理干预研究	湖北中医药大学附属新华医院,湖北省中西医结合医院	干预性研究	预试验	随机平行对照	是	签署
ChiCTR2000029460	2020-02-02	太极拳对新型冠状病毒肺炎(COVID-19)患者康复期肺功能及生存质量影响的随机对照研究	湖北中医药大学附属新华医院,湖北省中西医结合医院	干预性研究	预试验	随机平行对照	是	签署
ChiCTR2000029487	2020-02-02	固表解毒灵预防儿童新型冠状病毒肺炎(COVID-19)的临床研究	武汉市中西医结合医院	预防性研究	其他	病例对照研究	是	NA
ChiCTR2000029639	2020-02-08	新型冠状病毒肺炎(COVID-19)定点医院医护患心理状况及干预:一项前瞻性、开放性的单中心临床研究	中山大学附属第五医院	干预性研究	预试验	析因分组	是	签署

续表 4

注册号	注册时间	注册题目	研究实施 负责单位	研究 类型	研究阶段	研究 设计	伦理 审查	知情 同意
ChiCTR2000029755	2020-02-12	金叶败毒颗粒治疗新型冠状病毒肺炎(COVID-19) 有效性和安全性的随机、开放、平行对照临床试验	华中科技大学同济医学院附属同济医院	干预性研究	上市后药物	随机平行对照	是	签署
ChiCTR2000029821	2020-02-14	基于德尔菲法初步构建德阳地区运用中医药技术预防“新型冠状病毒感染肺炎(COVID-19) ”推荐方案及其临床应用评价	德阳市中西医结合医院	预防性研究	其他	非随机对照试验	是	签署
ChiCTR2000030382	2020-02-17	基于移动互联网网络新冠肺炎(COVID-19) 艾灸疗法非接触式医患互动诊疗模式构建与应用	湖北省中医院	观察性研究	预试验	单臂	是	NA
ChiCTR2000030386	2020-02-18	艾灸疗法预防新冠肺炎(COVID-19) 的诊疗方案研究	湖南中医药大学	干预性研究	预试验	连续入组	是	签署
ChiCTR2000029978	2020-02-18	中医传统导引功法防控新型冠状病毒肺炎(COVID-19) 的随机对照试验	上海中医药大学附属岳阳中西医结合医院	干预性研究	预试验	随机平行对照	是	签署
ChiCTR2000030324	2020-02-28	“脏腑点穴”中医推拿在儿童新型冠状病毒肺炎(COVID-19) 中的应用	湖北文理学院附属医院襄阳市中心医院	干预性研究	预试验	非随机对照试验	是	NA
ChiCTR2000030467	2020-03-02	基于网络平台的中医心理疗法对新型冠状病毒肺炎(COVID-19) 患者负面情绪影响的研究	大连医科大学	干预性研究	其他	随机平行对照	是	签署
ChiCTR2000030896	2020-03-16	扶正清肺思想治疗非危重型新型冠状病毒肺炎(COVID-19) 的临床应用及理论探讨	郑州人民医院	干预性研究	预试验	单臂	是	签署
ChiCTR2000030940	2020-03-18	基于“表里双解-截断扭转”策略穴位敷贴治疗对普通型新冠肺炎的影响研究	上海中医药大学附属龙华医院	干预性研究	其他	非随机对照试验	否	签署
ChiCTR2000031214	2020-03-24	新型冠状病毒肺炎(COVID-19) 临床康复评估与预后相关性的临床研究	武汉第三医院	观察性研究	预试验	连续入组	是	签署
ChiCTR2000031896	2020-04-14	新型冠状病毒肺炎(COVID-19) 对中国公立医院工作人员心理健康状况影响的研究	福建省立医院	观察性研究	回顾性研究	连续入组	是	NA
ChiCTR2000031944	2020-04-15	中药茶饮预防新型冠状病毒肺炎(COVID-19) 的作用: 随机对照试验	中国中医科学院	干预性研究	其他	随机平行对照	是	签署
ChiCTR2000031955	2020-04-16	新型冠状病毒肺炎(COVID-19) 高危人群中中医药预防临床观察	北京中医药大学	干预性研究	预试验	队列研究	是	签署
ChiCTR2000032095	2020-04-19	新型冠状病毒肺炎(COVID-19) 疫情下的学生群体“宅”健康行为、心理分析及重建策略研究	中山大学附属第三医院	观察性研究	预试验	非随机对照试验	是	NA
ChiCTR2000032368	2020-04-26	抗击新型冠状病毒肺炎(COVID-19) 疫情期间国家援鄂医疗队医护人员心理健康状况调查及干预研究	中日友好医院	卫生服务研究	预试验	非随机对照试验	否	签署
ChiCTR2000032367	2020-04-26	中医传统功法防控新冠肺炎技术应用研究	上海中医药大学附属岳阳中西医结合医院	干预性研究	其他	随机平行对照	是	签署
ChiCTR2000032346	2020-04-26	新型冠状病毒肺炎(COVID-19) 疫情下岭南火针疗法改善普通人群生活质量的临床随机对照试验	广州中医药大学第一附属医院	干预性研究	预试验	随机平行对照	是	签署
ChiCTR2000032455	2020-04-28	宁夏新型冠状病毒肺炎(COVID-19) 康复期患者、撤离救治一线医护人员、隔离居民和医院医务人员的心理健康状况及心理危机干预策略研究	宁夏回族自治区宁安医院	干预性研究	预试验	析因分组	是	NA

续表 4

注册号	注册时间	注册题目	研究实施 负责单位	研究 类型	研究阶段	研究 设计	伦理 审查	知情 同意
ChiCTR2000032478	2020-04-29	基于社区防控的“新型冠状病毒感染肺炎(COVID-19)”居家/定点隔离人群中医药干预研究	中国中医科学院广安门医院	观察性研究	其他	连续入组	是	签署
ChiCTR2000033318	2020-05-27	六字防治新型冠状病毒肺炎(COVID-19)患者的随机临床对照试验研究	上海中医药大学附属岳阳中西医结合医院	干预性研究	其他	随机平行对照	是	签署
ChiCTR2000033345	2020-05-28	中医药在高风险地区新型冠状病毒肺炎(COVID-19)的预防作用观察	长春中医药大学附属医院	观察性研究	其他	连续入组	是	签署

从这 28 个公开注册的中医药预防 COVID-19 临床研究方案可知,目前同济医院正在进行“金叶败毒颗粒治疗新型冠状病毒肺炎(COVID-19)有效性和安全性的随机、开放、平行对照临床试验(ChiCTR2000029755)”的临床试验研究;河北以岭医院和武汉大学人民医院也正在开展“连花清瘟胶囊/颗粒治疗新型冠状病毒肺炎(COVID-19)疑似病例随机、对照临床试验(ChiCTR2000029433)”“连花清瘟胶囊/颗粒治疗新型冠状病毒肺炎(COVID-19)随机、对照临床试验(ChiCTR2000029434)”的临床试验研究项目。同时,一些传统中医疗法预防 COVID-19 的临床试验研究也已公开注册,包括太极拳、中医传统功法、艾灸疗法、导引功法、推拿、穴位敷贴治疗、火针疗法、中药茶饮预防等。此外,还有 7 个临床研究方案是关于疫情期间群众心理问题的干预研究。但预防用药推荐较多的玉屏风散和金花清感颗粒目前还未进行临床试验研究方案注册。

通过对现推荐用于临床防治 COVID-19 的中医药开展大量样本、多中心的临床研究,从而获得更多的循证医学证据,不仅有助于指导临床合理用药,进一步提高临床疗效,而且还能推动中医药进入现代化、科学化的轨道,促进中医药的发展与推广。另外,国际社会对中医药抗疫关注日益增多,通过临床疗效和实验结果来证实中医药的抗疫作用,不仅推动海外各国对中医药的认可,同时也是推动其走向世界的必然途径。

3 小结

新冠肺炎具有传播迅速、起病急骤、人群普遍易感等特点。面对突发传染病,并非无计可施,《中华人民共和国传染病防治法》中指出“国家对传染病防治实行预防为主的方针”,预防是防控病毒性传染病的最佳策略。通过对全国各地中医药预防 COVID-19 方案进行分析,可得出以下结论:(1)各地区根据地域特点、气候特点、人群特点及体质差异所制定的预防方案,充分体现了中医“治未病”的理念,反映了中医“三因制宜”和“同病异治”的思想。

(2)在未感染阶段,预防以“存正气”为主,通过益气健脾、滋阴清热等增强人体正气,提高机体免疫力,卫外固密则外邪难以入侵。常用药物有黄芪、金银花、甘草、防风、白术等;核心预防方为玉屏风散,可根据个人体质和健康状况对方剂进行加减,适用于身体状况欠佳和有特定需求的人群。(3)除了服用扶正固表的中药外,还可以通过食疗、艾灸、中药香薰、避瘟香囊、穴位按摩、传统功法等疗法,提升免疫力的同时还能平和情绪,缓解心理压力。(4)对于无症状感染者、疑似患者、密切接触者等,中医药需及早干预,推荐口服金叶败毒颗粒、金花清感颗粒、连花清瘟胶囊等中成药,迅速祛除发病隐患,防止病邪入里,缩短病程,预防病情加重恶化。(5)治愈出院者由于长期与病毒作斗争,机体抵抗力较低,为防止病情反复,要重视愈后预防。在给予营养支持的同时,通过服用具有健脾益气、养阴生津、化痰逐瘀等功效的中药,以固本培元,防止余邪复发;还可以采用健身气功、太极、八段锦等中医传统功法,增强体质,促进机体快速恢复健康。综上,在中医“治未病”思想指导下,应注重多种手段综合调护,充分发挥中医药预防方的作用,真正贯彻中医学“正气存内,邪不可干”“精神内守,病安从来”的综合防治理念,达到最佳预防效果,最大程度地降低感染率和患病率。

4 思考与展望

在历年多次爆发的病毒性感染疾病中,由于人们认为中医药只能治疗慢性疾病的刻板印象,往往忽视了中医治疗外感疾病的重要作用,一开始都只采用西医干预,等到感染率和死亡率不断增加、疫情难以控制时,才想到应用中医药参与救治。在此次 COVID-19 疫情的防治中,吸取了之前没有第一时间应用中医药参与临床治疗的教训,国家卫健委在第二版“诊疗方案”中便开始提及中医药防治,第三版细化了中医治疗方案的相关内容,第四版中医药的防治作用及地位显著升高,之后的第五版到第七版,均推荐中西医并重、全程参与治疗,中医药防治方案

更加完善。中医药的独特疗效和中西医结合的治疗方式得到了国内外的认同和肯定,多个国家和地区纷纷向中国寻求援助,中医药抗疫经验值得发扬和全球推广。特别在疾病的预防方面,凸显了其独特的优势与作用。中药方剂、针灸、太极等传统养生方法在此次疫情防控中起到了许多积极、正面的作用,这些经验也应该在西方推广。

然而在这次疫情中,一个尚未得到广泛关注的问题是疫情对于民群的心理影响,由于恐惧导致了多起药物恶性哄抢事件,还出现了疑似、确诊患者擅自离开医院而引起社会恐慌的情况,国家“诊疗方案”也是从第四版才开始重视患者的心理疏导问题。综上所述,为了以后能更好地应对病毒性感染疾病,提出以下几点建议:(1)建议在传染病防治法中加入人文关怀、心理干预等措施,关注传染病流行期间不同人群的心理健康问题,以减少突发传染病带来的心理损伤和对群众生活质量的影响。(2)可借鉴韩国的应急措施,在今后的病毒性传染疾病的防控中,对居住在有确诊病例区域的居民公开确诊患者的住所信息,方便有需求时可辨别患者;同时还可以利用高科技手段将疑似、确诊患者进行电子编号,以便医院等官方机构管理患者,及时掌握患者的活动轨迹,也有利于患者离开隔离区后排查密切接触者。(3)借助这次中医药在疫情防控中的出色作用,国家卫健委、中管局应加强中医药预防和养生作用的宣传,尤其是一些扶正补气、药食同源的中药,培养民众在健康状态下也要注重科学养生的观念,特别是体虚、年老或患有慢性基础疾病的人群,这部分人本就免疫力低下,更需要“扶正”,以便更好地预防疾病的发生,同时也为下一次新型病毒的侵袭提前做好准备。

总之,中医药包含着中华民族几千年的健康养生理念和临床实践经验,是一代代中医者与疾病的不懈斗争中不断探索、逐渐形成的科学认识,凝聚了中华民族的博大智慧,历久弥新,它依然好用,并且经济易行。无论是以前、现在或是未来,中医药都将会是人类抗“疫”的重要有力武器。

参 考 文 献

- [1] 黄玉燕,胡镜清,卢红蓉,等.《黄帝内经》疫病发病与防治理论概述[J].中国中医基础医学杂志,2020,26(4):421-423,429.
- [2] 张燕.从中医“治未病”理论谈新型冠状病毒肺炎(COVID-19)的中医预防[J].中医药信息,2020,37(2):5-8.
- [3] 王传池,吴珊,江丽杰,等.全国各地区新型冠状病毒肺炎中医药诊治方案综合分析[J].世界科学技术-中医药现代化,2020,22(2):257-263.
- [4] 徐旭,张莹,李新,等.各地区中医药预防新型冠状病毒肺炎(COVID-19)方案分析[J].中草药,2020,51(4):866-872.
- [5] 于明坤,柴倩云,梁昌昊,等.新型冠状病毒肺炎中医预防及诊疗方案汇总分析[J].中医杂志,2020,61(5):383-387.
- [6] 王辉,金鑫瑶,庞博,等.中医药干预新型冠状病毒肺炎临床研究方案分析[J].中国中药杂志,2020,45(6):1232-1241.
- [7] 蒋燕君,连妍洁,李君,等.基于数据挖掘的各地区中医药预防冠状病毒感染肺炎组方用药规律研究[J].世界中医药,2020,15(3):325-331.
- [8] 侯雯倩,宁艳梅,苏敬,等.新型冠状病毒肺炎(COVID-19)全国66个预防方的用药特点分析[J].中草药,2020,51(6):1443-1449.
- [9] 常鹏程,周志焕,李艳伟,等.基于中医“未病先防”理论分析新型冠状病毒肺炎预防方案[J].湖北中医杂志,2020,42(4):7-11.
- [10] 周承.中药黄芪药理作用及临床应用研究[J].亚太传统医药,2014,10(22):100-101.
- [11] 李钦,胡继宏,高博,等.黄芪多糖在免疫调节方面的最新研究进展[J].中国实验方剂学杂志,2017,23(2):199-206.
- [12] 高雪岩,王文全,魏胜利,等.甘草及其活性成分的药理活性研究进展[J].中国中药杂志,2009,34(21):2695-2700.
- [13] Zhu J, Deng YQ, Wang X, et al. An artificial intelligence system reveals liquiritin inhibits SARS-CoV-2 by mimicking type I interferon[J]. *BioRxiv*, 2020, doi: <https://doi.org/10.1101/2020.05.02.074021>.
- [14] 杨娥,钟艳梅,冯毅凡.白术化学成分和药理作用的研究进展[J].广东药学院学报,2012,28(2):218-221.
- [15] 杨华升,王兰,姜良铎.姜良铎从“气不摄津”认识新型冠状病毒肺炎[J].中医杂志,2020,61(7):561-563,593.
- [16] 庄丽,张超,阿里穆斯.金银花的药理作用与临床应用研究进展[J].辽宁中医杂志,2013,40(2):378-380.
- [17] 张美玲,李峰,刘雯,等.中药金银花抗病毒作用研究进展[J].辽宁中医药大学学报,2016,18(9):156-158.
- [18] 高鸿霞,邵世和,王国庆.中药防风的研究进展[J].井冈山医学专报,2004,11(4):12-14.
- [19] 辛洪涛,侯林江,徐少华,等.玉屏风散的免疫药理研究进展[J].中国中药杂志,1998,23(8):505-507.
- [20] 杨胜,张仲林,袁明勇,等.玉屏风散对肺气虚证模型大鼠免疫功能的影响[J].中国药房,2016,27(22):3041-3044.
- [21] 唐国顺.玉屏风散防治“非典”机理探讨[J].中医文献

- 杂志 2003 21(3): 35-37.
- [22] 中华中医药学会. 传染性非典型肺炎(SARS) 中医诊疗指南[J]. 中医药临床杂志 2004 16(1): 96-100.
- [23] 国家中医药管理局. 《非典型肺炎中医药防治技术方案(试行)——预防部分》[EB/OL]. [2020-02-25]. <http://www.doc88.com/p-0039214776404.html>.
- [24] 吴嫣然, 齐海军, 姜淑君, 等. 玉屏风散预防新型冠状病毒肺炎的可行性[J]. 中国老年学杂志 2020 40(8): 1769-1772.
- [25] 施春阳, 林彤, 王文清, 等. 清热解毒中药金叶败毒颗粒研究概况[J]. 中草药 2020 51(8): 2055-2064.
- [26] 杨明炜, 陆付耳, 李鸣真, 等. 金叶败毒颗粒抗炎与免疫药理作用的研究[J]. 中国实验方剂学杂志 2000 6(3): 26-28.
- [27] 华中科技大学附属同济医院药学部. 抗疫前线, 同济药师说: 新冠肺炎药物防治系列(3)——金叶败毒颗粒[EB/OL]. [2020-02-13]. <https://mp.weixin.qq.com/s/PkKAYmAkNVeSRcToCyIeaA>.
- [28] 李国勤, 赵静, 屠志涛, 等. 金花清感颗粒联合西医常规治疗方案治疗轻型流行性感冒风热犯肺证双盲随机对照研究[J]. 中国中西医结合杂志 2013 33(12): 1631-1635.
- [29] 段璨, 夏文广, 郑婵娟, 等. 金花清感颗粒治疗新型冠状病毒感染肺炎的临床观察[J]. 中医杂志 2020 61(17): 1473-1477.
- [30] 胡忆芬. 连花清瘟胶囊的药理及临床疗效分析[J]. 现代诊断与治疗 2013 24(9): 2012.
- [31] 李红蓉, 常丽萍, 魏聪, 等. 连花清瘟治疗新型冠状病毒肺炎的理论研究基础和临床疗效[J]. 世界中医药 2020 15(3): 332-336.
- [32] 姚开涛, 刘明瑜, 李欣, 等. 中药连花清瘟治疗新型冠状病毒肺炎的回顾性临床分析[J]. 中国实验方剂学杂志 2020 26(11): 8-12.
- [33] 程德忠, 王文菊, 李毅, 等. 51例新型冠状病毒肺炎患者应用中药连花清瘟疗效分析: 多中心回顾性研究[J]. 天津中医药 2020 37(5): 509-516.
- [34] 吕睿冰, 王文菊, 李欣. 连花清瘟颗粒联合西药常规疗法治疗新型冠状病毒肺炎疑似病例 63例临床观察[J]. 中医杂志 2020 61(8): 655-659.
- [35] 魏华, 李廷玉. 新型冠状病毒肺炎疫情对不同人群心理的影响及心理干预的建议[J]. 儿科药学杂志 2020 (4): 6-7.