



中华中医药学刊

Chinese Archives of Traditional Chinese Medicine

ISSN 1673-7717, CN 21-1546/R

《中华中医药学刊》网络首发论文

题目： 新型冠状病毒感染疫情中医肺养生康复思路探讨
作者： 邹吉宇，吕晓东，庞立健，臧凝子，张春辉，尹文浩，高天奇，李德众，何书博，贾科伟，张馨月，宋丹君，李景泽
网络首发日期： 2023-03-20
引用格式： 邹吉宇，吕晓东，庞立健，臧凝子，张春辉，尹文浩，高天奇，李德众，何书博，贾科伟，张馨月，宋丹君，李景泽. 新型冠状病毒感染疫情中医肺养生康复思路探讨[J/OL]. 中华中医药学刊.
<https://kns.cnki.net/kcms/detail/21.1546.R.20230317.1550.012.html>



网络首发：在编辑部工作流程中，稿件从录用到出版要经历录用定稿、排版定稿、整期汇编定稿等阶段。录用定稿指内容已经确定，且通过同行评议、主编终审同意刊用的稿件。排版定稿指录用定稿按照期刊特定版式（包括网络呈现版式）排版后的稿件，可暂不确定出版年、卷、期和页码。整期汇编定稿指出版年、卷、期、页码均已确定的印刷或数字出版的整期汇编稿件。录用定稿网络首发稿件内容必须符合《出版管理条例》和《期刊出版管理规定》的有关规定；学术研究成果具有创新性、科学性和先进性，符合编辑部对刊文的录用要求，不存在学术不端行为及其他侵权行为；稿件内容应基本符合国家有关书刊编辑、出版的技术标准，正确使用和统一规范语言文字、符号、数字、外文字母、法定计量单位及地图标注等。为确保录用定稿网络首发的严肃性，录用定稿一经发布，不得修改论文题目、作者、机构名称和学术内容，只可基于编辑规范进行少量文字的修改。

出版确认：纸质期刊编辑部通过与《中国学术期刊（光盘版）》电子杂志社有限公司签约，在《中国学术期刊（网络版）》出版传播平台上创办与纸质期刊内容一致的网络版，以单篇或整期出版形式，在印刷出版之前刊发论文的录用定稿、排版定稿、整期汇编定稿。因为《中国学术期刊（网络版）》是国家新闻出版广电总局批准的网络连续型出版物（ISSN 2096-4188，CN 11-6037/Z），所以签约期刊的网络版上网络首发论文视为正式出版。

新型冠状病毒感染疫情中医肺养生康复思路探讨

邹吉宇¹, 吕晓东^{1*}, 庞立健^{2*}, 臧凝子^{1,2}, 张春辉¹, 尹文浩¹, 高天奇¹, 李德众¹, 何书博¹, 贾科伟¹, 张馨月¹, 宋丹君¹, 李景泽¹

(1.辽宁中医药大学, 沈阳, 110847; 2.辽宁中医药大学附属医院, 沈阳, 110032)

摘要: 新型冠状病毒感染(简称新冠感染)疫情中医肺养生康复以“辨质养生”、“辨证/证康复”等中医理论基础为支撑, 凭借中医养生康复“形神兼顾, 标本同治”、“三因制宜, 辨证论治”、“疗养结合, 调节康复”优势, 以“五脏相关, 以肺为要”、“肺体金魄, 形神共养”、“天人合一, 杂合以治”为整体原则, 采用鼻部保养、肠道调护、中药、针灸、按摩、气功等基本方法, 缩短患者康复时间、有序回归社会, 结合当前新冠恢复期特点建立多方法多途径科学全面的新冠感染中医肺养生康复方案以充分发挥中医药全程深度介入新冠疫情工作的重大作用。

关键词: 中医肺养生康复; 新型冠状病毒感染; 辨质养生; 辨证/证康复

Discussion on Thought of Traditional Chinese Medicine Lung Health Maintenance and Rehabilitation in COVID-19

ZOU Jiyu¹, LYU Xiaodong¹, PANG Lijian², ZANG Ningzi^{1,2}, ZHANG Chunhui¹, YIN Wenhao¹, GAO Tianqi¹,

LI Dezhong¹, HE Shubo¹, JIA Kewei¹, ZHANG Xinyue¹, SONG Danjun¹, LI Jingze¹

(1. Liaoning University of Traditional Chinese Medicine, Shenyang 110847, Liaoning, China;

2. The Affiliated Hospital of Liaoning University of Traditional Chinese Medicine, Shenyang 110032, Liaoning, China)

Abstract: The traditional Chinese medicine(TCM) lung health maintenance and rehabilitation of the corona virus disease 2019(COVID-19) is supported by “health maintenance based on physique differentiation”, “rehabilitation based on symptom differentiation/syndrome differentiation” and other TCM basic theories, relying on the advantages of TCM health maintenance and rehabilitation, such as “giving consideration to both body and spirit, treating both symptoms and pathogenesis”, “adjusting conditions based on three factors, treating the symptoms and the root causes”, “combination of treatment and maintenance and combination of adjustment and rehabilitation”. Based on the overall principles of “five Zang-organs being related and lung being the key”, “lung and soul belonging to gold and the body and spirit being nourished together”, “harmony between man and nature and using combined

基金项目: 国家自然科学基金面上项目(82274440); 国家中医药管理局中医络病重点学科建设项目(T0302); 辽宁省新冠肺炎疫情防控应急科研攻关定向项目(辽科发(2022)28号)

作者简介: 邹吉宇(1997-), 女, 辽宁凌源人, 博士在读, 研究方向: 中医药治疗肺系疾病的基础和临床研究。

通讯作者: 吕晓东(1966-), 女, 辽宁海城人, 主任中医师, 博士研究生导师, 博士, 研究方向: 中医肺系疾病基础和临床。E-mail:deanoftcm@126.com;

庞立健(1982-), 男, 辽宁葫芦岛人, 主任中医师, 硕士研究生导师, 博士, 研究方向: 中医肺系疾病基础和临床。E-mail:hahaya123@126.com;

treatment with multiple therapies”, the basic methods such as nose maintenance, bowel care, traditional Chinese medicine, acupuncture, Tuina and Qigong are adopted to shorten the recovery time of patients and make the patients orderly return to the society. Combining the characteristics of the current recovery period of COVID-19, the author established a multi-method, multi-way, scientific and comprehensive TCM lung health maintenance and rehabilitation program for COVID-19 to give full play to the important role of TCM in the whole process of in-depth intervention in COVID-19.

Key words: traditional Chinese medicine lung health maintenance and rehabilitation; COVID-19; health maintenance based on physique differentiation; rehabilitation based on symptom differentiation/syndrome differentiation

2019 年年末，新型冠状病毒感染(corona virus disease 2019, COVID-19)疫情暴发，至今已经历数波流行，截至 2023 年 1 月 12 日，世界卫生组织已报告全球范围内约 6.60 亿新冠感染确诊病例，其中死亡数约 669 万^[1]。在新冠感染疫情流行得到有序控制的情况下，迎来的是新冠感染相关的养生与康复难题。目前，越来越多的新冠感染患者陆续进入养生康复阶段，中医药能够针对不同患者群及特殊人群进行精准辨证，在疫病的防治与养护方面具有丰富经验，因此在新冠感染疫情养生和康复中的优势逐渐彰显^[2]。而肺内主呼吸、外合皮毛且为娇脏，卫气通于肺，当染袭疫邪时，多会导致卫气失常进而影响肺的宣降并相继累及其余四脏的诸多生理功能，因此基于肺脏生理特点“以肺为要”对新冠感染疫情进行中医肺养生康复能够做到“未病先防、既病防变、瘥后防复”，在今后新冠感染的防治、养护与康复中将发挥重要作用。因此，形成新冠感染后综合征中医肺养生康复科学方案，确保多方法多途径全方位对疫情防控与康复进行科学干预，充分发挥中医肺养生康复的特色优势具有核心作用。

1 新冠感染养生康复的现状

伴随着新冠感染者的日渐增多，多数患者在度过以高热为主症的急性期后，仍然持续伴随着气短或呼吸困难、咳嗽、咽痛、乏力等一系列 200 多种不同的新冠长期症状^[3]，表现为持续数月的新冠感染后综合征^[4]，成为人类抗衡新冠感染道路上的难解问题，为此合理进行养生康复对于新冠感染造成的长期健康损害具有重要意义^[5]。2022 年 11 月，世界卫生组织对发表于 2020 年的《新冠肺炎个人康复指南》进行了更新，此指南适用于新冠出院后及社区感染无需住院的患者，旨在为新冠感染恢复期提供帮助和建议。2022 年 12 月 26 日，国务院应对新型冠状病毒感染疫情联防联控机制综合组发布了《关于对新型冠状病毒感染实施“乙类乙管”总体方案》。2023 年 1 月 7 日，国务院联防联控机制综合组发布了《新型冠状病毒感染防控方案（第十版）》，将新型冠状病毒肺炎更名为新型冠状病毒感染。为进一步优化落实疫情防控措施有关要求，国务院应对新型冠状病毒肺炎联防联控机制综合组组织制定了《新冠病毒感染者居家治疗指南》，无症状感染者或轻型病例可进行居家自我养护。而中国康复医学会康养工作委员会参考国内外最新诊疗方案和指南，汇总相关康复领域专家临床经验，制定《新型冠状病毒感染居家康复专家共识》^[6]，以期新冠病毒感染患者的居家康复提供参考。国家中医药管理局办公室亦出台《新型冠状病毒肺炎恢复期中医康复指导建议（试行）》，制订中药、针刺、艾灸、推拿、耳穴压豆、刮痧、拔罐、功法等中医康复指导建议。

2 新冠感染中医养生康复的优势

2.1 形神兼顾，标本同治

中医整体观念暗含了养生康复的目标应是“形神合一”结构与功能相统一的整个机体，是中医特色思维模式^[7]，中华传统养生学说认为精充、气足、神全为健康之本^[8]，新冠感染同时累及呼吸、心血管、运动、神经等多系统出现多功能改变与不适症状，因此应使用多样化肺养生康复方法改善新冠感染功能障碍者的整体状态，采用综合性康复方案以形神兼顾、标本同治。

2.2 三因制宜，辨证论治

新冠感染者的个体差异较大，如体型的胖瘦、体质的强弱等，另外居住环境的良莠、所处地区的气候冷暖等皆影响着新冠感染需要不同的养生康复方案，邓岳潼等^[9]基于三因制宜从“时令相关论”“体质过程论”“环境制约论”三个基本原理对特发性肺纤维化进行论述，同样也适用于新冠感染及其他系统疾病。因此中医养生康复需要集“五方之法”，充分发挥中医适宜技术优势，针对新冠感染者的实际情况同病异治多治，有助患者尽快康复^[10]。

2.3 疗养结合，调节康复

新冠感染恢复期患者大多以肺气虚衰、肺阴虚弱为特征，可将其归到中医“虚劳”范畴^[11]，且全国各地均出现恢复期“复阳”现象，并且重新恢复传染性^[12]，因此对于慢性虚损性肺病需要较长时间的疗养结合，将疾病的治疗与自身的养护集于一体，将中药、针灸、药膳、气功等有机结合，实现医疗与自养融合以最大限度地调节机体进行养生康复。

3 中医肺养生康复的科学内涵

国内外专家普遍认为新冠病毒向更低致病性的大方向变异，同时更趋向于上呼吸道感染，因此新冠感染的中医肺养生康复意义重大。中医肺养生以中医基础理论和中医养生学为指导，密切联系中医肺系统的养生原则和方法，探索总结历代医家肺系统的养生理论、技术和经验，侧重于将中医肺养生方法运用到预防肺系乃至全身各个系统疾病的发生、依据“肺主皮毛”理论以美容养颜并延缓衰老、调适心理并提高生活质量等一系列过程中，其并不仅仅简单的等同于现代的预防医学，与之相较增加诸多丰富内容、多样技术与积极动机。“肺也，外统皮毛，为一身之护卫”，因此养肺能养护机体重要屏障^[13]，犹如锦上添花，可达到“未病先防”的目标，同时对治疗和康复也有助益。中医肺康复是在中医理论及康复医学的指导下，侧重于将康复的基本理论、方法运用到总结肺功能衰退的恢复以及各类疾病对肺系统造成的功能障碍中，其最终目标在于最大限度地保护和强化机体残存的功能，并减轻或消除病者功能上的缺陷，因此复肺能够恢复综合能力，祛病强身，可达到“既病防变、瘥后防复”的目标。

4 新冠感染中医肺养生康复的中医理论基础

4.1 辨质养生

在环境、遗传等综合因素影响下，不同的人群及个体之间，广泛存在着体质差异，在生长、发育、衰老等过程和形质、功能、心理等方面展现为一种特殊的稳定状态，而体质的不同通常能够决定对某种致病因子是否易感以及对病变类型是否有发病倾向。中医体质学说在病因预防与临床预防中发挥着“辨体保健”的特色优势，未病之前纠正体质，既病以后促进康复^[14]。在康复科基于中医体质进

行个性化医疗服务应用效果显著^[15]，雒明池等^[16]发现新冠感染患者在出院康复12-17个月后仍部分存在肺部慢性炎症反应等后遗症，中医体质虽整体趋于平和质，但瘀血质、气虚质和湿热质兼见其中。崔应麟等^[17]发现新冠感染复阳患者的易感体质主要为湿热质，而复阳后湿热质占比下降、痰湿质、阴虚质、气郁质占比增加。因此，“辨质”有助于中医药新冠长期养生康复。

4.2 辨症/证康复

中医思维在于全面收集患者的病情信息，将表现在外的具体症状精确辨析以辨别病变本质，以外症揣内证，即“症状→证素→证名”。李晓凤等^[18]根据新冠感染患者的临床症状和舌象综合分析“湿”在证素中占一半以上。陈金红等^[19]基于634例新冠感染患者的临床症状探讨其中医证素分布及证候特点，认为痰、湿、热、毒、风在新冠致病过程中起重要作用。陈欢等^[20]对石家庄地区99例新冠感染儿童中医证候特征进行分析总结，得出湿热郁肺证、疫毒袭表证为急性期证型，肺脾气虚证为恢复期证型。周毅骏等^[21]研究发现杭州地区97例成人新冠患者以“湿热并重”为主要中医证候特点。由规范的四诊信息总结证素分布特点以反映新冠感染中医核心病机，抓取其中一环判别整体状况优化辨症/证诊疗康复方案^[22]。

5 新冠感染中医肺养生康复的整体原则

5.1 五脏相关，以肺为要

中医五脏依据阴阳五行规律及脏腑表里关系等在机体内部紧密联系生理功能，构成有机整体，而肺为五脏六腑之华盖，因此肺养生康复方案则重点突出，新冠感染呼吸困难患者配合呼吸训练及相关体能锻炼^[23]，通过适宜的肺康复训练能够增加呼吸系统疾病患者肺功能、改善免疫功能^[24]，在实施“培土生金以饮食助肺气”、“通腑泄浊以排便调肺气”等具体的肺养生康复技术方法时要从五脏六腑相关的整体角度出发以养肺、复肺。

5.2 肺体金魄，形神共养

肺属金，为娇脏，其体喜温喜润，不耐寒热，其神为魄，藏于肺，即肺体金魄。《灵枢》曰：“故生之来谓之精，两精相搏谓之神……并精出入者谓之魄”，即精、神、魄等相互衍生的精神思维情志需要依托强健的体魄基础，即形神共养。新冠疫情期间失眠、焦虑、抑郁等情绪疾病显著增加^[25]，佐匹克隆片和地西洋注射液等镇静催眠药品存在使用不合理现象^[26]。对于新冠感染的养生康复应注重以魄之力护体之娇，以体之健养魄之威，做到肺体、金魄、形神共养共康。

5.3 天人合一，杂合以治

人和自然由一元精气所化生，随着寿命延长、年老体衰及高血压病、糖尿病等基础性疾病的交缠，老年人抵御病邪能力下降，稍有不慎即触发肺病，因而新冠感染疫情不断在老年群体中扩散蔓延^[27]。倪力强等^[28]对老年人、妊娠期妇女、儿童等特殊群体给予不同中药对新冠感染进行预防。因受到自然与社会等多因素的震荡，故要酌情联系实际、因人（年龄、性别、体质等）、因时（气候、季节、温度等）、因地（地理、区域等）与肺养生康复疗效的最大化共同考虑，综合中医养复疗法，杂合以治，“杂”中选优。

6 新冠感染中医肺养生康复的基本方法

6.1 鼻部保养

鼻肺生理同司、经络同源^[29]，鼻司嗅觉，为肺系之所属，是外界与呼吸道之

间的第一道门户,进行嗅觉训练刺激鼻部可宣通肺气、疏络通窍,因中医鼻疗法可直接作用于呼吸道黏膜,正与新冠趋于上呼吸道感染态势相合,且自古以来鼻疗法都广泛参与到疫病防治中^[30],古代疫病鼻疗方擅用雄黄、朱砂、雌黄等矿物药,多运用燃熏法和挥发法,而本次新冠方多运用艾叶、藿香等植物药以挥发法和煎煮法为重点^[31]。以冷水或冷空气浴鼻,以中药粉末、膏药、药液(如雄黄、麻油)涂鼻,以中药粉末塞鼻,以香佩或药物燃烟鼻嗅,以气味俱厚之品取嚏等法刺激鼻黏膜防治疫病,故鼻部保养不仅能够防止疫邪通过口鼻侵犯机体,而且能够清除鼻部细菌病毒阻断其深入肺部^[32]。

6.2 肠道调护

“欲得长生,肠中常清”,大肠传化糟粕,肺与大肠相表里,肠道功能可通过“肺-肠”轴影响肺脏状态^[33],肠道菌群与呼吸道感染性疾病密切相关,新冠感染患者可伴随腹泻等胃肠道不适症状,肠道菌群紊乱亦可增加肺部感染风险^[34]。洪德轩等^[35]认为益生菌和营养疗法能平衡肠道菌群、调节免疫应答以治疗新冠感染,因此运用中药针刺等进行肠道调护以调节肠道菌群对新冠感染防治与康复大有帮助^[36-37]。

6.3 中药肺康复

中药肺康复依据中医辨证观、所康复肺病的性质及病体的虚实等施以内服、外用给药途径,协同其他脏腑、气血、阴阳以补养肺气不足和肺阴亏损,行气活血化痰平喘以疏通经络、祛除邪气、调理脏腑功能,而中药熏洗、贴敷、中药香囊、足浴等外治法能沿皮肤-经络抵达病所以扶正复肺^[38]。韦炎彬^[39]研究发现清肺排毒汤联合耳穴贴压、穴位贴敷能够缩短轻症新冠感染的体温恢复时间并缓解腹泻症状。

6.4 针灸肺康复

运用针刺、艾灸刺激特定穴位或部位疏通气血、补虚泻实、调和阴阳以康复肺病。王一战等^[40]临床观察发现早期介入针刺可加快新冠感染患者的康复进程。张小青等^[41]基于“针以调气通泻、灸以温补化湿”角度结合“治神”思想探讨寒湿型新冠感染的针灸防治康复策略。针刺、艾灸能够提高免疫力以预防新冠感染,抗炎、抗病毒以防止新冠感染病情进一步恶化,调节机体功能以改善新冠后遗症巩固康复成效^[42]。

6.5 按摩肺康复

按摩疗法通郁补虚并存、复形康神共在,用不同手法在身体特定部位进行按摩畅通气血、扶正复元、增强体质以康复肺病。魏光蓉^[43]研究发现中医护理与手太阴肺经按摩能够缓解新冠感染患者的咳嗽气短症状有助康复。对儿童介入推拿治疗能够减少新冠疑似病例,同时配合其他治疗缩短轻症病程^[44]。因此中医按摩疗法防治新冠感染具有显著优势。

6.6 气功肺康复

气功疗法能够调息练气、调身练形、调心练意以调养精气神防病治病。健肺复元导引法能够在疫情背景下正向调控患者心身^[45]。杨超等^[46]发现八段锦联合耳穴贴压与口服艾司唑仑相较可明显改善新冠伴失眠患者的睡眠质量与焦虑抑郁状态。八段锦、太极拳、易筋经等中华传统健身气功能够从运动训练、呼吸训练及心理支持层面改善新冠患者的呼吸功能、提高运动耐力、缓解心理压力^[47]。

6.7 其他肺康复

对于中医肺康复基本方法尚有刮痧、拔罐等,刮痧能够刺激经脉皮部、激发阳气以宣肺驱邪,可作为新冠恢复期干预的有效补充手段^[48];拔罐能够通过温热

刺激使皮肤呈现充血或轻度瘀血状态,龚国胜等^[49]对肺俞、膏肓等背俞穴进行吸附以改善新冠感染症状。五音疗法中的商调能调肺、宣肺气、利水湿,因此亦可将五音疗法运用到新冠的中医肺康复中^[50]。

7 小结

课题组一直动态关注新冠研究,对于当前形势下的新型冠状病毒感染而言,养生康复成为大势所趋,认为缩短患者康复时间、有序回归社会是中医肺养生康复的最终目的。因此,本课题组在前期新冠感染中医药分级防控方案^[51]的基础上,结合当前新冠恢复期特点佐以多方法多途径科学全面的中医肺养生康复方案以充分发挥中医药全程深度介入新冠疫情工作的重大作用。

参考文献

- [1]World health organization (WHO). Coronavirus (COVID-19) dashboard [DB/OL]. <https://covid19.who.int/>, 2023-01-12.
- [2]张建斌,赵裕沛,乔汪大治,等.新型冠状病毒肺炎恢复期患者的中医康复策略[J].南京中医药大学学报, 2022, 38(1):45-48+52.
- [3]Davis HE, Assaf GS, McCorkell L, et al. Characterizing long COVID in an international cohort: 7 months of symptoms and their impact[J]. EClinicalMedicine, 2021, 38:101019.
- [4]谷晓红.中西医协同模式下的疫病康复策略——以新型冠状病毒肺炎后综合征为例[J].北京中医药大学学报, 2022, 45(8):757-763.
- [5]陈祺,胡潇文,黄兴成,等.新型冠状病毒肺炎长期健康损害的研究进展[J/OL].病毒学报:1-8[2023-01-14].DOI:10.13242/j.cnki.bingduxuebao.004271.
- [6]陈作兵.新型冠状病毒感染居家康复专家共识[J].健康研究, 2022, 42(6):612-617+621.
- [7]常静玲,高颖,孙塑伦.“形神合一”理论指导下的脑卒中后失语康复治疗与评价[J].中华中医药杂志, 2013, 28(9):2523-2527.
- [8]陈樾.形神兼顾,动静相及——浅谈中华传统养生思想对高校体育教育的启发[J].当代体育科技, 2012, 2(31):76-78.
- [9]邓岳潼,吕晓东,庞立健,等.基于“三因制宜”探析特发性肺纤维化防治原则研究进展[J].中华中医药学刊, 2019, 37(9):2193-2195.
- [10]唐伟,郑美群,鲁宗琼,等.中医全科医学在新冠肺炎疫情防控中的作用探讨[J].中国初级卫生保健, 2022, 36(8):117-120.
- [11]黄永恒,谭惠璇,邹凤娇,等.基于中医药理论及经典方药论新型冠状病毒肺炎康复期后遗症的治疗[J].按摩与康复医学, 2022, 13(10):5-9.
- [12]贾海梅,王清华,王瀚炜,等.福州市新型冠状病毒感染患者出院后核酸“复阳”情况分析[J].海峡预防医学杂志, 2022, 28(1):18-20.
- [13]赖奕志.“肺主气”与中医养生关系的研究[D].山东中医药大学, 2010.
- [14]王琦.中医体质学说的研究展望[J].中医药学刊, 2002(2):137-140.
- [15]梁伶俐,林梦情,雷美琴.基于中医体质的个体化医疗服务在康复科中的应用效果[J].中医药管理杂志, 2022, 30(20):55-57.
- [16]雒明池,封继宏,周胜元,等.天津市 85 例新型冠状病毒肺炎出院患者中医体质类型和临床特征分析[J].天津中医药, 2022, 39(7):836-840.
- [17]崔应麟,关东升,王梦梦,等.新型冠状病毒肺炎“复阳”患者中医体质类型分析[J].中华中医药学刊, 2022, 40(11):13-15.
- [18]李晓凤,张少强,丛紫东,等.新型冠状病毒肺炎中医诊断及辨证治疗思考[J].中华中医

药学期刊, 2020, 38(5):21-24+262.

[19]陈金红, 张少强, 邓芳隽, 等.基于临床症状探讨新型冠状病毒肺炎的中医证素分布及证候特点[J].西部中医药, 2022, 35(6):8-11.

[20]陈欢, 耿文婧, 赵敏.石家庄地区 99 例儿童新冠肺炎中医证候特征分析[J].中国民族民间医药, 2022, 31(18):112-115.

[21]周毅骏, 荀运浩, 金巧菲, 等.杭州地区 114 例奥密克戎株新型冠状病毒肺炎中医证候初探[J].浙江中西医结合杂志, 2022, 32(9):816-819.

[22]马宇博, 贾婷婷, 张瑞芬, 等.新冠肺炎中医药诊疗思考[J/OL].中华中医药学刊:1-12[2023-01-14].<http://kns.cnki.net/kcms/detail/21.1546.R.20230109.1601.001.html>

[23]王燕平, 谭勇, 吕诚, 等.新型冠状病毒肺炎的中医康复思路和方法探析[J].辽宁中医杂志, 2021, 48(8):93-96.

[24]刘晓丹, 刘莉, 陆云飞, 等.新型冠状病毒肺炎患者功能恢复的中西医结合康复训练指导建议[J].上海中医药杂志, 2020, 54(3):9-13.

[25]李文慧, 朱陵群, 郭蓉娟.探讨新冠肺炎疫情下应激性失眠的中医治疗思路[J/OL].辽宁中医杂志:1-10[2023-01-15].<http://kns.cnki.net/kcms/detail/21.1128.R.20220712.1202.014.html>.

[26]许佳音, 陈婧.新冠肺炎定点医院疫情期间镇静催眠药应用调查与分析[J/OL].中国药物依赖性杂志:1-5[2023-01-15].<http://kns.cnki.net/kcms/detail/11.3920.R.20221226.2149.002.html>.

[27]李静, 李亮, 姚中华, 等.“未病先防”理论指导老年人预防新型冠状病毒肺炎的应用探讨[J].中医药导报, 2020, 26(16):211-213+216.

[28]倪力强, 陶弘武, 杨小林, 等.中药预防新型冠状病毒肺炎策略与分析[J].中华中医药学刊, 2020, 38(4):8-14.

[29]刘妍彤, 吕晓东, 庞立健, 等.从“肺开窍于鼻”论肺系疾病易感体质[J].辽宁中医药大学学报, 2016, 18(8):72-74.

[30]张警文, 禹江琳, 陈辉强, 等.基于古代辟疫文献对鼻疗法防治新型冠状病毒肺炎的思考[J].辽宁中医杂志, 2021, 48(11):58-60.

[31]吴金鹏, 王伟斌, 岳萍, 等.中医古代疫病及新型冠状病毒肺炎鼻疗方组方规律分析[J].上海中医药杂志, 2020, 54(9):9-15.

[32]曹洪福, 刘莹, 刘寨华, 等.中医鼻疗预防疫病应用评述[J].中国中医基础医学杂志, 2021, 27(9):1508-1511.

[33]付心柔, 许嵩.中医药干预肠道菌群防治新冠肺炎的探讨[J].中国中医药现代远程教育, 2022, 20(6):203-205.

[34]赵琦韬, 沈续航, 沈继龙, 等.新冠肺炎患者肠道菌群变化的研究进展[J].中国病原生物学杂志, 2021, 16(12):1480-1484.

[35]洪德轩, 韩政元, 茹懿, 等.肠道菌群在新冠肺炎中的作用及以肠道菌群为靶标的治疗[J].药物生物技术, 2022, 29(4):419-424.

[36]袁榛, 舒兰, 谭周进.湖北“肺炎 1 号”方治疗新型冠状病毒肺炎的肠道微生态机制探讨[J].世界华人消化杂志, 2021, 29(3):105-109.

[37]孙瑞, 成泽东, 沈宇平.基于肠道微生态浅谈针灸调节人体免疫防治新冠肺炎[J].辽宁中医杂志, 2022, 49(1):161-164.

[38]鲜琦琦, 代顺心, 王政研, 等.中医外治法预防“新冠肺炎”的可行性思考[J].亚太传统医药, 2020, 16(4):1-3.

[39]韦炎彬.清肺排毒汤联合耳穴贴压、穴位贴敷治疗轻症新型冠状病毒肺炎[J].河南中医, 2021, 41(4):491-494.

[40]王一战, 李彬, 王麟鹏, 等.针刺辅助治疗 32 例新型冠状病毒肺炎疗效观察[J].中国针灸,

2022, 42(6):634-638.

[41]张小青, 刘璐, 徐晓白, 等.从“寒湿疫”角度探讨新型冠状病毒肺炎的针灸防治策略[J].中医学报, 2021, 36(3):453-456.

[42]杨梦, 周鹏.中医“治未病”思想探讨针灸对新型冠状病毒肺炎(COVID-19)的防治作用[J].针灸临床杂志, 2022, 38(1):82-85.

[43]魏光蓉.探讨新冠肺炎应用中医护理对新冠肺炎缓解咳嗽气短症状的效果[J].医学食疗与健康, 2020, 18(12):153-154.

[44]徐心尉, 赵伟, 赵波, 等.探讨小儿推拿在儿童防治新型冠状病毒肺炎的作用[J].按摩与康复医学, 2022, 13(7):6-8.

[45]赵张旸. 健肺复元导引法在疫情背景下心身调控作用的研究[D].江西中医药大学, 2021.

[46]杨超, 马艳, 梅俊华, 等.八段锦联合耳穴贴压治疗新型冠状病毒肺炎伴失眠疗效观察[J].中国针灸, 2021, 41(3):243-246.

[47]蔡倩, 荆纯祥, 张溪, 等.健身气功的健身防病作用及其防治新型冠状病毒肺炎思路探讨[J].广州中医药大学学报, 2020, 37(8):1602-1606.

[48]范玺胜, 余延芬, 刘君, 等.刮痧疗法干预新型冠状病毒肺炎恢复期的分析和建议[J].河北中医药学报, 2020, 35(3):54-57.

[49]龚国胜, 汪卫萍.中医外治法治疗新冠肺炎的临床应用探讨[J].中医外治杂志, 2020, 29(6):41-42.

[50]谭君花, 王蕾, 余德海, 等.新型冠状病毒肺炎气阴两虚出院患者的中医肺康复[J].护理学杂志, 2021, 36(9):19-21.

[51]吕晓东, 庞立健, 吕静, 等.新冠肺炎疫情中医药分级管理防控方案构建的科学思路[J/OL].

中 华 中 医 药 学 刊 :1-7[2023-01-16].

<http://kns.cnki.net/kcms/detail/21.1546.R.20221213.0954.001.html>.