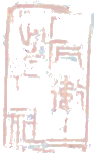
咳 嗽

著



丽

百 病 中 醫 自 我 慮 晨 靠 言

閣 见

义

**百病中医自我疗养丛书**

**咳** **嗽**

孔 令 诩 王 庆 文 著

**人** **民** **卫** **生** **出** **版** **社**

百病中医自我疗养丛书 **咳** 嗽

孔令诩 王庆文 著

人 民 卫 生 出 版 社 出 版 (北京市禁文区天坛西里10号) 金 堂 县 印 刷 厂 印 刷 新华书店北京发行所发行

787×1092毫米32开本 3 % 印 张 7 2 千 字

1984年1月第1版 1984年1月第1版第1次印刷

印数：00,001-38,800

统一书号：14048 ·4550 定价：0.29元

〔科技新书目60 —76〕

**出** **版** **说** **明**

为了普及中医中药知识，使广大读者能够应用中医中药 防治常见病和多发病，以维护健康、祛病延年，我社特组织 编写一套《百病中医自我疗养》丛书。

本丛书共介绍一百种常见病和多发病，以辨证论治的原 则为指导，通过对病因、发病机理和临床表现的分析，以及 如何辨证和辨病的阐述，从而提出多种有关治疗(包括中 药、针灸、简易外治、自我按摩、气功导引、饮食等疗法)、 调养护理、预防等方面的具体措施，以供患者选用。

本丛书所介绍的治疗方法都是通过临床实践证明疗效确 切或前人用之有效且有文献可依据的。并具有容易掌握、应 用简便、取材方便、不受设备条件限制、疗效稳妥可靠、适宜于 家庭应用等优点。

本丛书主要供具有中等文化水平的患者，及中医爱好者 阅读，也可供中西医务人员参考。

前 言

咳嗽是一种常见病症，中医认为外感、内伤，五脏六腑 疾病都可以引起咳嗽，而在现代医学中已知以咳嗽为主或兼 见咳嗽的疾病也确实相当多，尤其在感冒、气管炎、肺炎、 百日咳、肺结核、肺癌等疾病中更为多见。正因为咳嗽的病 因复杂，表现多样，有时甚至很不易治，所以前人才有“诸 病好治，咳嗽难医”的说法。

中医学对咳嗽的认识颇具特色，如认为外感以有咳为 轻，内伤以有咳为重，新咳病多在肺，久咳多由它脏引发等 等，在防治上也是有其独到之处。为了使这些丰富而宝贵的 经验能直接被广大群众所利用，我们参阅古今有关文献，结 合自己的临床体会，介绍中医对咳嗽一病的认识，以冀有益 于人民 。

读书不多，水平有限，不当之处，欢迎指正。 著 者

1982年末

**目** **录**

[**第** **一章** **概** **论** 1](#bookmark2)

[**第二章** **与咳嗽有关的中医脏腑生理** 3](#bookmark3)

[一、肺 4](#bookmark4)

[二、脾 5](#bookmark5)

[三、肾 6](#bookmark1)

[四、肝 6](#bookmark1)

[五、心 7](#bookmark6)

[**第三章** **病因病机** ?](#bookmark7)

[一 、病 因 7](#bookmark8)

[二 、病机 12](#bookmark9)

[**第四章** **常兼有咳嗽的疾病** 15](#bookmark10)

[一 、感 冒 15](#bookmark11)

[二 、流行性感冒 16](#bookmark12)

[三 、急性支气管炎 18](#bookmark13)

[四 、慢性支气管炎 19](#bookmark14)

[五 、慢性咽炎 20](#bookmark15)

[六 、肺结核 21](#bookmark16)

[七 、结核性胸膜炎 22](#bookmark17)

[八 、肺 癌 23](#bookmark18)

[九、肺脓肿 24](#bookmark19)

[十 、支气管扩张 25](#bookmark20)

[十一、支气管哮喘 23](#bookmark21)

[十二、小儿肺炎 27](#bookmark22)

[十三、百日咳 28](#bookmark23)

[**第五章** **治** **疗** 29](#bookmark24)

[一 、治疗法则 29](#bookmark25)

[二 、辨证治疗 30](#bookmark26)

[三 、验方选介 39](#bookmark27)

[四 、名老中医验案介绍 52](#bookmark28)

[五 、针灸治疗 67](#bookmark29)

[六 、外治法 76](#bookmark30)

[**第六章** **调养与预防** 78](#bookmark31)

[一、饮食治疗 78](#bookmark32)

[二、调养 87](#bookmark33)

[三 、气功疗法 89](#bookmark34)

[四 、预防 93](#bookmark35)

[附 ( 一 ) 治疗咳嗽的常用中药 96](#bookmark36)

[附 ( 二 ) 中药煎服法 100](#bookmark37)

**第一章** **概** **论**

咳嗽是临床常见的一种症状，中医认为主要是由于外邪 侵袭于肺，或其他脏腑患病损及于肺所引起。一年四季均可 发生，但以冬春季节、气候多变时较为多见。发病机理可以 概括为两个方面，一是受外界环境、气候等影响而造成，叫 做外感六淫之邪；二是人体本身各个脏腑疾病所导致，其中 最重要的是肺、脾、肾三脏。

早在二千多年前成书，我国现存最早的一部医学著作 《内经》就对咳嗽作了专门论述，在“咳论”篇指出“皮毛 者肺之合也，皮毛先受邪气，邪气以从其合也。”这里皮毛 指皮肤肌表，肺之合是说皮毛与肺有密切关系，对肺维持正 常功能有重要作用，是相互影响的。皮毛感受了寒邪，影响 于肺而发生咳嗽，叫做邪气以从其合，这就是常说的外感咳 嗽。另外《内经》在同一篇中也指出并非咳嗽的病因都是皮 毛受邪病发在肺，而是“五脏六腑皆令人咳，非独肺也。”意 思说虽然肺司呼吸，咳嗽是以肺的病变为主，但并不是只有 肺脏患病的人才咳嗽，而是其它脏腑有病也会使人咳嗽。当

然，这种咳嗽也是有病脏腑影响到肺的结果，而不是说其它 脏器直接造成咳嗽，这是可以按照中医的观点从症状上加以 区 别 的 。

后汉张仲景在《金匮要略》中曾先后论述了“咳嗽上 气”和“痰饮咳嗽”两种病症。在治疗上，分别使用射干麻 黄汤、小青龙汤等方剂。

隋代巢元方在《诸病源候论》中对咳嗽的病因、证候论

述得更为细致。他提出咳嗽之症可有咳嗽、久咳、咳暖短 气、咳嗽上气、久咳嗽上气、咳嗽脓血、久咳嗽脓血、呷 嗽、暴气咳嗽、咳逆等多种。唐代孙思邈在《千金要方》中 提出百部根煎剂，紫菀、款冬花煎剂，药味简单，治疗久嗽 肺虚有一定效果。

宋代陈无择在《三因极一病证方论》中把咳嗽、痰饮按内 因、外因、不内外因三种进行分析。凡五脏六腑之咳，七情 扰乱所致痰饮属内因；伤风、伤寒、伤暑所致之咳，六淫侵 犯之痰饮属外因；饮食过伤，嗜欲无度属于不内外因。宋代 还产生了很多治咳嗽的重要方剂，如华盖散、橘皮半夏汤、

二陈汤等，直到今天仍是中医治疗咳嗽的常用处方。

金代刘完素、张子和把咳嗽、痰饮与六气联系起来进行 观察，非常重视湿的因素，提出牌湿易生痰，湿在于心经叫 热痰；湿在于肝经叫风痰；湿在于肺经叫气痰；湿在肾经叫 寒痰的看法。张子和认为咳嗽与六气分不开，主张自然界 风、寒、暑、湿、燥、火六气的变化，都可以使人患咳嗽，

不要拘泥只是寒邪才能造成。

元代朱震亨把咳嗽分为风寒、痰饮、火郁、劳嗽、肺胀 五种。他很重视咳嗽的发病时间，认为上半日多嗽者，此属 胃中有火；午后嗽多者属阴虚；黄昏嗽者是火气浮于肺；五 更嗽多者，为胃中有食积。对于咳嗽的季节与治疗，他认为 凡春天发作咳嗽是春升之气，适用清凉药物，如二陈汤加薄 荷、荆芥之类；夏天是火气炎上，重用黄芩、黄连；秋天湿 热伤肺，冬天风寒外束，宜先用药发散，再以半夏逐痰。

明代医家中，张景岳、李中梓等都对咳嗽的病因、证治 提出了看法。张景岳认为外感咳嗽邪气多有余，内伤咳嗽正 气多不足，主张肺气之虚多由肾水不足，应该壮水滋阴，选用

左归饮、六味丸，若元阳下亏，肾阳不足，用右归饮、八味 丸，其中除重用熟地外，更用人参、肉桂、附子以补阳。李 中梓则在《医宗必读》中指出“脾为生痰之源，治痰不理脾 胃，非其治也。”王纶的《明医杂著》则说“因咳而有痰 者，咳为重，主治在肺；因痰而致嗽者，痰为重，主治在 脾。”以痰与咳作为辨证治疗的要点。治脾要药为白术、苍 术、南星、半夏等；治肺要药为知母、贝母、天冬、麦冬、 地黄、桔梗等。

清代医家的著述极多，辨证也愈加详细。林佩琴在《类 证治裁》中提出五脏久咳病因不离肺、脾、肾三脏，同时注 意到四时季节气候变化对咳嗽的影响。沈金鳌归纳咳嗽病因 有十六种，即风嗽、寒嗽、热嗽、湿嗽、郁嗽、劳嗽、食积 嗽、气嗽、痰嗽、干嗽、血嗽、酒嗽、久嗽、火嗽、夜嗽、 天行嗽等。在治疗上清代开始采取以膏药贴穴位的办法治疗 咳嗽，这一办法至今尚有使用价值。

总之，中医学对于咳嗽的认识深入细致，经验丰富，方 法多样，效果也很好，只要能够正确运用辨证论治的原则， 就会取得比较理想的疗效。

第二章 **与咳嗽有关的中医脏腑生理**

中医认为，咳嗽的发生发展和脏腑失去正常生理活动有 关。所以，要掌握咳嗽的有关知识，必须对脏腑有个初步了解。

人体的主要器官有十二个，从广义上说，都可以叫“脏”, 或者叫做“官”,因此中医学又有十二脏或十二官的说法。

不过它们在形态和生理作用上各有特点，因此又分为脏和腑

两大类。所谓脏，在中医古书中又写作“藏”,望文生义， 藏有储藏或闭藏的意思，也就是说这类器官有储藏或闭藏的 功能。它们储藏人体的精华，不直接对外，这也就是《内经》 “五脏别论”中所说的“五脏者，藏精气而不泻”的意思。腑在中 医书上又写成“府”,这里的府就是住宅的意思。府中间是空 的，只有门窗与外界相通，取类比象，腑这一类器官也就同 “府”相象，具有中空和直接对外的特点，它的主要作用就 是出纳和转输，它本身并不储藏什么,这就是《内经》所说 的“六腑者，传化物而不藏”的意思。除此之外，还有一 类叫“奇恒之府”,“奇恒”就是异乎平常。这类器官既有 脏的特点，又有腑的特点，归为那类都不太合适，所以另列 为一类。五脏是指肝、心、脾、肺、肾，六腑包括胆、胃、 大肠、小肠、膀胱、三焦，再加上另外一脏心包络，就是十 二脏腑了。奇恒之腑则是脑、髓、骨、脉、胆、女子胞这几 个器官。这里面，与咳嗽关系最大的是五脏，让我们先看看五 脏的生理功能吧。

**一、肺**

**(** **一** **)** 与呼吸的关系

肺是人体主管呼吸的器官，与呼吸息息相关。 《内经 · 阴阳应象大论》说“天气通于肺”,“肺气通于鼻”。天气 指大自然的空气，它经呼吸道与肺相通，中医叫做肺司呼 吸。

(二)生理病理

1.主气：有两种意思， 一是指司呼吸，进行气体交换以 维持人体生命活动；二是指肺为血脉汇聚之处，参与血液循

环，将饮食所得的水谷精微输送到全身。此外，中医还认为 肺主一身之气，五脏六腑、经络之气的盛衰均与肺有关系， 如肺主气的功能发生障碍，主要表现为呼吸系统疾病，常出 现咳嗽、喘、语声低微、少气懒言等症状。

2.主肃降：肺气以下降为顺，如果因某些因素引起肺气 上逆，便发生咳、喘等症，叫做肺失肃降。肺气不能肃降有 时与肺气不通有关，因此某些哮喘病常配用开肺气的药物 (如麻黄、杏仁、细辛等)治疗。

3.开窍于鼻：鼻与肺相通，是呼吸的门户，肺有病时， 常表现鼻塞、流涕、呼吸困难、咳嗽、鼻翼掮动。

4.与声音有关：肺气充足则声音宏亮，肺气虚则声音低 微，如风寒等邪气犯肺，肺气闭塞不通，则声音嘶哑、咳嗽。

肺痨(即肺结核)由于病邪的侵害，肺气消耗过甚，久嗽而 出现失音症状的又叫做“金破不鸣”,多属病情危重，预后 不 良 。

5. 由于肺的生理病理特点，容易发生咳嗽、咯痰、喘等 症。就是说外感的邪气，内伤的病气，都能伤及肺脏引起咳嗽。

**二、脾**

脾主管食物的消化吸收和运输。食物入胃经初步消化 后，由脾负责进一步消化，并将产生的营养物质吸收、输送 到全身各处，成为各器官组织进行正常生理活动的养料。脾 除了运化食物精微之外，还有运化水湿的功能，与肺、肾等 共同维持水液的代谢。当脾的功能正常时，消化吸收良好， 气迎旺盛，精力充沛。如果脾的功能发生障碍，运化失常， 则消化吸收转差，出现不愿意吃饭、腹胀、大便稀等现象， 叫做脾虚不运；也可因水液运化障碍而致水湿停滞，引起咳

**嗽** **、**喘等症。

**三、肾**

肾的生理功能为下列三点：

1.主纳气：呼吸由肺所主，但需要肾的协调，肾有帮助 肺吸气和降气的作用，中医称为“纳气”。若肾虚而致这种纳 气功能减弱时，即称为肾不纳气，就会发生虚喘、短气的症 状。这种虚喘的特点是呼多吸少，看起来吸气很困难；短气 是指自觉气接续不上，俗话说底气不足。这时治疗要从补肾 入 手 。

2.主藏精：肾脏所藏的精有两种， 一是先天之精，就是 生殖之精，由先天所生，后天所养，关系着人的生长、发育 和生殖功能；二是后天之精，指脏腑在正常的活动中所产生 的保证人的生命活动的物质。

3.暖土：肾阳也叫命门火，土指脾胃，命门火有温煦脾 胃，使脾胃的消化吸收和运化水湿的功能维持正常的作用。 若肾阳不足，脾胃失其温煦，消化吸收及运化功能就会明显 下降，蓄湿生痰，百病由生。因此， 一旦肾脏有病，就会使 所藏的精受到损失，所以中医常说“肾无实证”,道理也就 在于此。肾脏由于具有暖土、纳气、藏精等功能，也叫水火 之脏，若肾之阴精亏损，水火失衡，虚火内炽，灼伤肺津， 就可使肺失清肃、壅塞不通、肺气上逆，发生咳嗽痰喘。

**四、肝**

主疏泄，有升发疏泄作用，主管全身气机舒杨调达，若 郁怒伤肝，肝失调达，疏泄失常，气机不畅，可引起多种病 症，如肝气郁结，头痛，胸胁胀痛。肝属木，木郁生火，火

盛伤肺，亦可引起咳嗽、痰中带血，或咳嗽时伴有两胁下 痛，痛引小腹，身体忽冷忽热等症。叫做“木火刑金”。

**五、心**

心的生理功能为下列两点：

1.心藏神：心主管精神、意识、思维活动。如心主神志 的功能正常，人就精神振作，神志清楚。发生障碍，就能出 现病症，如心悸、惊恐、健忘、失眠，甚至精神失常等。如 思虑过度，劳伤心脾，心火盛，而影响到肺，肺就会发生喘 咳。

2.心主血脉：血液在脉道(血管)里运行，全靠心气的 鼓力。心气的强弱，可从脉搏上反映出来，心气不足，脉弱 无力，心神不安，心阳衰微，亦可发生心悸虚喘。

第三章 病 因 病 机

**一** **、病因**

中医认为外感六淫、内伤七情是咳嗽发病的关键。那么, 什么是六淫、七情呢?

风、寒、暑、湿、燥、火，本是四季气候变化中的六种 表现，正常的叫做六气，它们对自然界的万物生长起着促进 作用，也是人类赖以生存的重要条件。但是，如果气候异 常，出现了与当时季节特点不同的反常变化(叫“非其时而 有其气”),以致人不能适应这种变化时，就会发生疾病。 对这种能使天致病的反常气候，中医称为“六气淫胜”,

简称“六淫”。淫，在这里是过多或过甚的意思。例如、超 出常度的严寒、酷暑，或春天气候过寒或过暖等，都属于 “ 六 淫 ” 。

风：风四季皆有，致人发病则叫风邪。风邪不但白身可 以致病，还常常与其它邪气相合共同对人体造成伤害，如风 寒、风热、风湿、风燥等。由于它在发病方面所占的比例 大，造成的病病变化也多种多样，所以有“风为百病之长” 的说法。人们感受风邪，常可造成咳嗽。

寒：寒为阴邪，最易伤人阳气，其性主收引(收缩、紧 张、痉挛、凝结)。感受寒邪(俗话叫着凉、受寒),可以 发生感冒、咳嗽，表现出恶寒(怕冷)、发热(体温上升)、 全身疫痛、咳嗽、流鼻涕等症状。

暑：暑实际上也是热邪，但有显著的季节性，古人有“先 夏至日为病温，后夏至日为病暑”的说法，主张以夏至作为 发生暑病的时限。由于这是一年中气温最高而又潮湿多雨的 季节，所以暑病的特点是：最易伤耗人体的津液、常兼湿邪 又易困人之阳气。暑湿咳嗽，多伴有身重(身体沉重困倦、 疲乏无力)症状，即是湿困阳气的表现。

湿：湿性属水，所以有重浊腻滞的特点，其致病往往病 情缠绵，不易速愈。居处潮湿、涉水冒雨都可以感受湿邪； 若过食生冷，可以损伤脾阳，致湿邪内停；嗜酒太过，可致 湿邪内生；都可造成水湿聚为痰饮，阻于肺而生咳嗽。

燥：秋天是气候最干燥的季节，所以燥气致病主要在秋 季，其特点是最易伤津液，所致之咳嗽也以咽干口燥、干咳 无痰为特点。

火：火是指比热邪更甚的火热之邪，火性炎上，属于阳 邪，最易伤津动血、灼阴耗气，所以火咳常见久咳少痰，痰

中带血等症状。肺结核病人的干咳、咯血，就属于阴虚火 旺 。

随着科学的发展，外因的内容日益复杂，它不仅包括气候 的寒热燥湿，还包括大气污染、感染因素、致敏因素、吸烟 等。因此，有必要以外因为总括，将这些诸多因素一一作出 介 绍 。

( 一 )外因

1.气候变化：早在战国时期的书《礼记》就记载有：“夏 季行春令，则国多风咳”。四季正常气候是春温、夏热、秋 凉、冬寒。如果夏季当热不热，时若初春，则可出现象流行 性感冒这样的病，很多人发生“风咳”。这是气候变化引起 咳嗽的最早记载。

气候是各种气象因子的综合现象，气象因子包括气温、 湿度、气流、气压、日照、降水等各种物理现象。气候变化 会影响人的生理活动。患咳嗽，特别是患慢性气管炎的病人 北方比南方多，高寒地区比平原地区多，冬、春季节发病较 多，寒流侵袭时容易复发，这些都与气候的变化有关。

慢性咳嗽病人对气温变化的适应性远较正常人差。如持 续寒冷，对正常人影响不会太大，但对慢性咳嗽病人会产生 很大的影响。而气温的冷暖骤变对病人影响就更大了。据调 查，慢性气管炎病人在冷空气主锋到达的当天，甚至在冷空 气前锋刚刚到达时，会出现病情波动或急性发作。

2.空气污染：地球是由一层厚厚的大气包围着的，空气 对于生命的价值是尽人皆知的。洁净的空气可以使人精神焕 发，朝气蓬勃。如果空气被有害物质污染，就叫做空气污 染。

大气污染的最大来源是燃料的燃烧，燃烧含硫量高的 煤、石油会产生大量的二氧化碳。同时，不完全的燃烧还会 产生大量烟尘。我们看到高烟囱上拖着一条又粗又黑的“大 辫子”,主要是由不完全燃烧的碳粒所组成。大的粒称为降 尘，在无风情况下，很快沉降下来，小的则能长时间飘浮在 空气中。采矿、陶瓷、玻璃等生产行业，产生的二氧化硅的 粉尘和烟尘，纺织、粮食加工等行业产生的有机物粉尘，化 工企业产生的各种化学气体，都会给人造成危害。根据调查 材料，接触工业粉尘和有毒气体的工人，慢性气管炎患病率 较无职业影响的工人为高。在污染源半径一定范围内的居 民，咳嗽的患病率也高。农村以含硫量高的石煤为燃料的社 员，慢性支气管炎的发病率也比以柴草为燃料的高。

污染的空气，对人的呼吸道有刺激和直接损害作用。由 于一个人每天呼吸的空气量约为1200升，既使大气污染的浓 度不高，长期吸入也会损害呼吸道。因此，空气污染与咳嗽 的发生有密切关系，特别是生产、生活环境被有害物质严重 污染，是咳嗽发病的重要因素。

3.吸烟：吸一支烟可以形成两升烟雾，约含有12亿个微 粒。烟雾被吸入后，有害物质可以滞留在肺内，部分有毒物 质还可进入血液循环；大部分烟雾又被呼出，弥散在空气中， 又对环境造成污染。研究证明，吸烟对呼吸系统、心血管系 统、神经系统、消化系统都有影响，尤其对呼吸系统影响最 大。

烟草燃烧的烟雾中含有20多种化学物质，对呼吸道具有 刺激性和损害作用，其中有些化学物质还有致癌作用。近年 调查已证明，吸烟人群中慢性气管炎的患病率比不吸烟的人 群高数倍之多；吸烟时间越长，吸烟量越大，患病率也越高。

咳嗽病人，如果又大量吸烟，可使病情加重。这些事实说 明，吸烟与咳嗽有密切关系，是重要的致病因素之一。

4.感染因素：病源微生物进入人体组织、器官并在其中 生长繁殖导致病理性改变称为感染。感染伤害支气管组织， 发生炎症反应，可以产生咳嗽。病毒侵入呼吸道粘膜上皮细 胞并大量繁殖时，会干扰细胞代谢，破坏细胞、损伤组织， 引起机体炎症反应。另外在正常情况下，健康的呼吸道可以 存在20多种细菌，这些常住细菌一般不会致病，但其中有些 在一定条件下会产生致病作用，叫条件致病菌，如流行性感 冒杆菌、肺炎球菌等。健康的下呼吸道基本是没有细菌的， 当防卫功能不足时，条件致病菌可进入下呼吸道生长，引起 炎症，使人咳嗽，咯痰或喘。

总之，病毒和细菌感染都与咳嗽的发生、复发有密切关 系，但它们的作用是不同的， 一般认为病毒感染使呼吸道抵 抗能力降低，从而细菌容易侵入，引起继发感染，使症状加 重。

5.致敏因素：有些人吸入灰尘和嗅到某些气味后会打喷 嚏，流鼻涕甚至咳嗽气喘；有些人接触油漆、染料或涂擦某 种药物时，会发生皮疹，皮肤发痒或发热；有些人吃了鱼 虾，全身会出现风疹或喘咳等，这都是机体过敏反应的表现。 一般人接触这些物质并不发生反应，只有那些对某些异物刺 激敏感的人才会出现这种反应，因此这种反应也叫过敏反应 或变态反应。引起过敏反应的物质很多，有花粉、棉尘、羊 毛、屋尘、细菌、霉菌、虫类毒素、某些食物(乳、蛋、鱼、 虾等)和药物(青霉素)等。

由于患慢性咳嗽的病人，有过敏史(如幼时患哮喘或反 复发作风疹块),和局部感染灶(如副鼻窦炎)的人比较

多，因而说明部分慢性咳嗽的发生发展和过敏有关。

(二)内因

内因也就是七情致病。什么叫七情呢?七情就是指喜、 怒、忧、思、悲、恐、惊七种情志活动，是人体对外界环境 的一种正常生理反应， 一般说来不会致病。但如果情志过度 兴奋或抑郁，就会内伤五脏而发病。《医学入门》说：七情 脏气不平则咳，久不愈则入六腑。怒伤肝，两胁下满，入胆 则呕苦汁。喜伤心，心痛咽肿，入小肠则咳。思伤脾，咳则 牵引肩背痛甚。忧伤肺，喘息唾血，入大肠则遗粪。说明七 情致病均可发生咳嗽，但必须伤及于肺。如《证治要诀》所 说：七情饥饱，内有所伤，则邪气上逆，肺为出入之道，故 五脏之邪，上蒸于肺而咳嗽。

总之，无论外感六淫与内伤七情，在一定条件下，都可 以互相转化，外感治不得法，可以转化为内伤；内伤咳嗽又 往往由外感诱发，使病情恶化。

**二、病机**

病因虽然已经清楚，但是这些因素究竟在人体内造成了 怎样的变化，影响了哪些脏腑的功能，从而使人产生咳嗽这 一病态呢?一般来说，有下列几种。

( 一)肺失清肃

关于肺与咳嗽的关系，清代的陈修园曾做过一个很好的 比喻，他说肺宛如一口大钟，若受到邪气的侵袭(内邪、外 邪都可以)使它的宣发肃降的功能受到干扰，肺气郁闭上犯， 就象钟被敲打了一样，于是发出声响——咳嗽。而肺，怕寒

义怕热，又因外合皮毛而特别容易受到外邪的侵袭，内朝百 脉使脏腑的异常均可波及于肺，所以把肺叫做“娇脏”。意 思是说肺清虚娇嫩，易受损伤。而这些损伤，都会破坏肺气 清肃下降的正常状态，使气上逆而发生咳嗽。咳嗽的人常有 这样两种感觉：一是喉咙发痒，因痒而引起咳嗽，这种咽痒 就是因外邪盘踞于肺或肺阴不足而造成的；二是自觉胸中有 股气上冲于咽喉而产生咳嗽，这是气机不能正常下降(肺失 清肃)所造成的结果。

(二)脾不健运

人患了咳嗽病以后常要咳痰，多年久病之人常吐白沫 痰，新患或发烧之人常咳黄痰，也有咳灰黑色痰或带血丝痰 的。而且，在咳嗽未治好以前，这痰常是随咳随有，这些痰 是怎么产生的呢?

前面讲到脾的功能时介绍过脾主运化水湿，为后天之本， 气血生化之源。若脾气虚乏，运化功能就要减弱，于是产生 几种病理现象： 一是脾不能把消化吸收的水谷精微运输出 去，而是堆积停蓄起来，久而久之，营养物就变成了废品 ——痰湿；二是脾不能把应该输送排泄的代谢废水排出，也 可以堆积转化为湿邪，变成痰湿。这样一来，脾虚生湿，湿 气不去，聚而为痰，痰湿上贮于肺，肺气失于通畅就发生咳 嗽。也就是前人所说的“脾为生痰之源，肺为贮痰之器”。 脾不健运的原因，以饮食不节、思虑太过或寒伤脾阳等为 主。总之，饮食失节，脾虚不运，生痰聚饮可以咳嗽；饮食 过分滋腻难消化，又会聚湿生热，湿热上蒸，也可灼肺而形 成咳嗽。

**(三)肾气不足**

肾为先天之本，主纳气，若肾气不足，失于摄纳，气就 不能正常下降，也会出现喘咳的症状，这多是久病损及于肾 脏，肾气受伤，或素体虚弱，肾气不足所致。

(四)肝火犯肺

在阴阳五行学说中，每个脏腑都有自己的五行属性，肝 属木，因此肝火也叫木火，肺属金，所以对肝火犯肺这种病 理变化又叫“木火刑金”。由于七情变化，肝郁太甚，郁气 化火，挟肝气上逆，灼伤肺津。肺伤而咳，络伤而咳血，常 见有胸胁灼痛、急躁易怒、口干而苦等，可见于一些肺结核、 结核性胸膜炎、肺炎、气管炎等病例中。

(五)心阳衰微

根据人体气的不同来源、成分、功能、分布，气又可分 为营气、卫气、中气、真气、元气、宗气等。营气、卫气与 吸入体内的大气相合，积于胸中，成为宗气。肺主一身之 气，故肺病则宗气不足。肾病阳虚水泛，暴病阳气暴脱，都 可以使心阳衰微，以至出现少气、息微(呼吸微弱)、动则 喘促、面青唇绀等症状，如小儿肺炎心衰之喘咳。《内经 ·痹 论》说： “心痹者脉不通，烦则心下鼓，暴上气而喘”,就 是指风寒湿邪痹阻心阳，血脉不通而气逆作喘病证。这一类 喘咳，易出危险，要特别注意。

第四章 常兼有咳嗽的疾病

**一** **、感霞**

( 一 )概述

感冒是临床常见的外感疾病， 一年四季均可发病。中医 一般将感冒分为风寒、风热两大类。病情也因正气盛衰与感 受邪气的程度而表现轻重不同，轻者叫伤风，重者叫感冒。 主要原因是风邪乘气候变化和体虚之时侵犯人体而生病。风 邪往往与不同季节中过盛的时邪共同成为病因。如春天之温， 夏天之暑，秋天之燥，冬天之寒，盛夏之湿，均可从呼吸道 或皮肤侵犯肺经。中医认为肺开窍在鼻，和皮毛关联，外邪 侵犯肌表，肺卫首当其冲。由于患者体质不同，易感的邪气 也不同，因而发病的表现也多种多样。如阳虚之人，易感受 风寒；阴虚之人易感受燥热；胖人痰湿盛者易感受湿邪。

(二)临床表现

潜伏期12～72小时，起病急，初起有发烧及嗓子疼，体 温多在39℃以下，数小时后打喷嚏，流涕，鼻塞，有时口唇 周围起泡疹。发病1～2天后出现咳嗽，音哑，胸痛，全身疫 痛，乏力，食欲减退，通常病程3～4天，随着症状渐消而痊愈。

(三)治疗

风寒型治以辛温解表，使感受的风邪从体表散去，常随 汗出而病愈。轻者用葱豉汤(葱白1个、淡豆豉20克)加防

风15克、桔梗15克、前胡15克、杏仁10克。重者用荆防解毒 汤：荆芥10克(后下)、防风15克、羌活15克、前胡15克、 枳壳5克、桔梗15克、甘草5克，水煎服。头痛加白芷7.5 克，咳嗽重加杏仁10克、白前15克，痰多加半夏10克。

风热型治以辛凉解表法，轻者服用银翘丸，也可用桑菊 感冒片；重者用银翘散加减：双花15克、连翘10克、桔梗10 克、薄荷10克、牛蒡子10克、竹叶10克、荆芥10克、豆豉10 克、芦根10克、甘草10克，水煎服。热盛加黄芩15克、栀子 15克；口渴加知母、天花粉各15克；鼻出血去荆芥、淡豆豉， 加焦栀子15克；咽喉疼痛去荆芥、淡豆豉，加山栀子、板蓝 根各15克；咳嗽重加杏仁、前胡、枇杷叶各10克；头痛加菊 花、蔓荆子各15克；食欲欠佳加神曲、麦芽各10克。

夏天感冒，身热有汗，心烦口渴，小便黄，舌苔黄腻， 脉濡数，治以清暑解表，芳香化浊，用新加香薷饮：双花15 克、连翘10克、香薷15克、厚朴10克、扁豆10克，加藿香15 克、佩兰10克、滑石10克、甘草5克，水煎服。

挟湿者多因感受风寒或坐卧湿地，淋雨，涉水，致使湿 从外受。病在于表，见恶寒身热、头重，骨节疼痛等症状， 治以疏风散湿，用羌活胜湿汤：羌活15克、独活10克、川芎 10克、蔓荆子10克、防风7.5克、藁本10克，水煎服。有脾胃 不和的症状，如胸闷，恶心，呕吐，食欲不佳，口淡无味， 加苍术10克、厚朴7.5克、半夏10克、茯苓15克，水煎服。

**二、流行性感置**

( 一 )概述

流行性感冒(简称流感)是由流感病毒引起，主要由飞

沫传播，也可以通过碗筷、用具等接触传染。由于感染力 强，发病快，常常在社会上流行而影响工作、劳动。因此， 国家非常重视本病的防治。在发病的1～5天中，病毒主要 存在于病人的鼻咽部分泌物中，借咳嗽、喷嚏进行传播，当 体温恢复正常后，病毒已经消除，就不会再传染别人。中医 认为它是一种时令病，是因为气候不正常，如春应暖和而反 寒冷，冬应寒而反温，这种不正之气伤人，以体弱、年老、 幼小之人容易受病。

(二)临床表现

潜伏期为1～4天，病情轻重不一，临床可分为单纯型、 肺炎型、中毒型。

单纯型临床最为多见，病状与普通感冒相似，但病情要 重些，热度高、头疼重，须卧床休息。 一般发烧持续3～5 天后逐渐减退，症状也随之逐渐消失，但多有短时间乏力， 部分病人由于并发支气管炎，病程可稍微长些。

肺炎型好发于冬春季节，起病较急，病人可有畏寒，高 烧，全身疫痛，头痛，鼻塞，咽喉痛等症。同时又有剧烈咳 嗽。但痰不多，稠粘或偶有带血。严重者有广泛的肺内病 变，发展快，可有明显的呼吸困难，口唇青紫，阵咳、咯血 等，甚者可出现心力衰竭、休克。老年人可因抵抗力差、反 应重而造成死亡。

中毒型少见，可伴有脑膜炎，高烧，昏迷，意识不清， 谵妄等临床表现。

(三)治疗

对病人要早期隔离，退热后2天可解除隔离。应注意保

持室内通风，病人用过的碗筷要煮沸消毒或曝晒3小时，病 人住的房间可用食醋薰蒸消毒(将食醋放在器皿内，加热使 醋蒸发)。

肺炎型多属风温犯肺，用辛凉解表法治疗，方用银翘散。 肺热盛，舌苔微黄者加黄芩7.5克，口渴加天花粉20克，喘促 加知母20克，石膏25克，湿温犯肺者宜化湿清热，宣肺止咳， 银翘散加滑石20克、佩兰15克。

中毒型治以清心开窍法，用清宫汤加减：玄参15克、连 翘10克、莲子10克、竹叶10克、板蓝根15克、黄连、石菖蒲 各10克、水牛角15克，水煎服。可配服安宫牛黄丸。四肢厥 冷脉微无力者服四逆汤：熟附子15克、干姜10克、炙甘草5克。

**三、急性支气管炎**

( 一 )概述

急性支气管炎系因支气管受到细菌、病毒感染引起，往 往是由上呼吸道感染蔓延而来。冬季多见，受凉及疲劳也常 常诱发。

(二)临床表现

发病较急，发烧，怕冷，头痛，嗓子疼，周身疫疼，胸 骨后疼痛，初起为刺激性咳嗽，少痰，1~2天后出现稀薄 痰液或粘痰，以后痰量逐渐增加，渐变为黄色脓痰或白色粘 痰。咳嗽在早晨起床、晚上睡觉等体位变动和环境温度改变 时加重，多为一阵一阵咳嗽。4岁以下儿童可引起喘息性支 气管炎，产生不同程度的呼吸困难、口唇发绀等症。如为合 胞病毒感染可引起肺炎，而腺病毒感染可引起发烧、嗓子疼、

声音嘶哑，肌肉疼痛，鼻咽炎，颌下淋巴结炎，中耳炎，喉 炎或肺炎等。

(三)治疗

偏风寒者宜宣肺化痰止咳，用旋覆花15克(包煎)、荆 芥15克、生甘草10克、半夏10克、苏梗10克、前胡15克，水 煎服；偏风热者用麻杏石甘汤(麻黄10克、杏仁10克、石膏 20克、甘草5克)加蒲公英50克，水煎服。

**四、慢性支气管炎**

**(** **一** **)** 概述

多由急性支气管炎反复发作转变而成，长期吸烟是促成 本病的重要病因。本病病程长，呈慢性阵发性咳嗽，吐粘液 样痰，轻时常因感冒引起，持续很长时间；重时多在天冷时 加剧，夜间咳嗽剧烈，过度疲劳也可引起咳嗽，病人有气短 感觉，通常不发热。如病程中有发热，吐脓性痰，说明肺部 有继发感染，此种情况尤多见于年老体弱者。凡临床上咳嗽 咯痰为主要症状，或伴有气喘并反复发作，每年发作两个月 并连续发作两年以上者可诊断为本病。但必须排除肺结核、 支气管扩张、支气管哮喘等病。

(二)临床表现

分三期：①慢性迁延期，有不同程度的咳、痰、喘症， 经常波动，迁延不愈。②急性发作期：咳、痰、喘症状明显 加重，可伴有体温升高。③临床缓解期：病人经治疗后症状 逐渐缓解。

**分型：①单纯型：** 有咳嗽、咯痰两项症状。②喘息型：

咳嗽、咯痰、喘息，并出现哮鸣音。

(三)治疗

根据化痰、止咳、平喘的治则进行，详细内容请参照辨 证治疗篇。

**五、慢性咽炎**

( 一 )概述

慢性咽炎是因长期物理化学因素刺激，或反复感染所形 成。具体表现为咽部粘膜充血，肥厚，苍白或干燥。

(二)临床表现

经常有咽部干燥、痒感，咽部常有分泌物需咯出，呛咳， 有时感到咽部有异物，咳之不出，咽之不下，病重时有干痛 感，尤其再次感染后，症状更为显著。

经检查可分两种类型，咽后壁粘膜充血肥厚，粘膜附着 淋巴滤泡增多，较红，称为慢性肥厚性咽炎；粘膜苍白干 燥，失去光泽，称为慢性萎缩性咽炎。

***(三)*** *治疗*

避免各种物理、化学因素刺激，注意不要被油烟、尘灰 刺激，戒烟，冬季外出时要带口罩，经常用水漱口，应加强 对鼻炎和慢性扁桃体炎的治疗。

中医治疗 见咽干嗓子疼，干咳口燥，尿黄便干、舌红 脉细数者属阴虚火旺，虚火上扰，治宜滋阴降火，方用生地 20克、玄参15克、银花15克、葛根15克、桔梗、丹皮、川贝、 前胡各10克、当归、赤芍、茯苓、荆芥、甘草各5克，水煎

服。如咽部有异物感，吐之不出，吞之不下，中医称为梅核 气，多是由七情郁结，痰滞气阻所致，治宜降气、化痰、散 结。可用半夏厚朴汤：半夏、茯苓各15克、紫苏、厚朴各10 克、生姜5片，水煎服。亦可用胖大海2个、淡竹叶、菊花 各10克、甘草3克，以开水冲泡代茶饮。

**六、肺结核**

( 一 )概述

中医学把肺结核称之为“肺痨”、“痨瘵”,早已认识 到它是一种传染病。在晋朝以前认为是由一种不正的邪气或 毒气所造成，唐宋以后明确提出是由“痨虫”传染所致。凡劳伤 过度，七情内伤，气血虚弱，阴阳亏损，都可导致本病发生。

(二)临床表现

全身症状：疲乏，潮热，颧红，午后低热，盗汗，消瘦， 食欲欠佳，女子月经不调等。

呼吸系统症状：咳嗽往往是刺激性干咳，咯痰，在发生 空洞病变时痰量较多。咯血、胸痛，随咳嗽或呼吸加重，疼 痛可反射至肩部或上腹部，严重时有喘促。

**(三)治疗**

1.气阴亏耗者，干咳少痰，时有咳血，痰中带血，潮红， 五心烦热，口燥咽干，饮食减少，舌边光红，脉细数。治以 滋阴、润肺、止咳，用月华丸：天冬50克、麦冬50克、生地 50克、熟地40克、山药40克、百部75克、沙参**5** **0** **克** **4**

克，茯苓50克、阿胶50克、三七25克、菊花46 桑叶40克 煎浓汁，将阿胶化入，炼蜜为丸，每丸重1盛海次服一丸。

一日三次。若肺虚较甚加玉竹50克、百合75克，咯血加白芨 50克、藕节75克。

2.阴虚火旺者，呛咳少痰，或吐多量稠黄痰，咯血反复 发作，量多色鲜，胸痛，盗汗，心烦，失眠，烦躁易怒，男 子可见梦遗，舌质红绛，脉细数。治以滋阴清火，潜阳安神， 用百合固金方：生地20克、熟地15克、玄参15克、贝母75克、 桔梗15克、麦冬15克、白芍15克、当归10克、甘草7.5克，烦 躁易怒加胡黄连10克；盗汗加五味子20克、浮小麦15克、龙 骨20克、牡蛎20克；遗精加龟板、冬虫夏草；挟痰热佐以蛤 粉、知母、黄芩、桑皮、马兜铃等。

**七、结核性胸膜炎**

( 一 )概述

结核性胸膜炎是胸膜受结核菌感染而引起的炎症，分干 性和渗出性两种。中医学认为干性胸膜炎是由于正气不足，外 邪侵袭，痰热蕴结，闭阻胸胁，引起胸痛咳嗽；渗出性胸膜 炎是由于病久、劳倦内伤，脾肾不足，胸阳不展，水湿停滞 胸胁，潴留成饮，蕴结化热而成。

(二)临床表现

干性胸膜炎，患侧胸部尖锐刺痛，呼吸、咳嗽使胸痛加 剧，可伴有畏寒、发热、干咳；渗出性胸膜炎，气促明显， 伴有咳嗽、盗汗、疲乏，食欲减退。

(三)治疗

1.干性胸膜炎，治以清热化痰，用柴胡陷胸汤加减：柴 胡、黄芩、半夏、黄连各15克，全瓜萎20克，牡蛎30克，百

部15克，水煎服。胸痛较甚加元胡、白芥子、川楝子各15克。 渗出性胸膜炎，治以泻肺逐饮，用葶苈大枣泻肺汤加减：葶 苈子15克、车前子20克、茯苓30克、白术15克、大枣5枚、 百部15克、桑皮15克，水煎服。

2.正虚邪恶，治以养阴清热、化痰祛饮，用清骨散合小 陷胸汤加减：银柴胡15克、胡黄连5克、地骨皮15克、青蒿 15克、半夏10克、鳖甲15克、百部10克、知母10克，水煎服。 盗汗加牡蛎30克、浮小麦30克。

**八** **、肺癌**

**(** **一** **)概述**

肺癌是肺部最常见的原发性肿瘤，发病多在40岁以上，

男女患者之比约为5:1。本病多属中医学“肺积”、“痞癖” 等范围。吸烟及接触石棉、焦油及放射性物质，环境污染与 本病的发生有关；肺结核、长期咳嗽使呼吸道受刺激所致疤 痕与本病发生也有关。

(二)临床表现

咳嗽、咯痰、咯血(多为痰中带血或有血丝),胸痛、 发热，其热度常不甚高，抗菌素治疗往往有一定效果，但不 能根除。消瘦早期常不明显，多在晚期出现，以及肿瘤转移 引起的相应症状。凡40岁以上的人出现原因不清的咳嗽、咯 血要注意认真检查。

**(三)治疗**

咳血，胸痛，发烧，呼吸道压迫症状及晚期咯脓血、消

瘦、继发感染，应治以活血祛瘀消肿，清热解毒化痰。方用 白花蛇舌草、夏枯草、紫草、鱼腥草各15～30克、地骨皮、

黄芪、橘核各15克、川贝、枳壳、沙参、郁金、当归、陈皮 各10克，水煎服。

**九、肺脓肿**

( 一 )概述

化脓性细菌引起的肺组织化脓性破坏叫做肺脓肿，中医 称为肺痈。多由外感风寒热毒，熏蒸于肺，热壅血瘀，郁结成痈。

(二)临床表现

恶寒，发热，多汗，身体很快衰弱，病初咯少量粘白 痰，气急胸痛，全身不适，酸痛，头痛，当发病5～6天 时，痰可转为脓性，量多，有恶臭，带血。病程二周，脓肿 形成，咯大量脓痰或少量咯血。留痰置于瓶中观察，通常分 为三层，上层为泡沫性，中层为粘液性，下层为浆液性。咯 出脓痰后病人体温随之下降，如果治疗失当，可转为慢性。

(三)治疗

初期：发病1～2日，发热恶寒，无汗，头痛，咳嗽倦 怠，痰白粘稠不易咯出，舌边光红，苔薄白，可用小青龙 汤：桂枝15克、麻黄10克、杏仁15克、甘草7.5克、石膏25 克、干姜10克、大枣7枚，水煎服。

化脓期：发热，大量咳腥臭脓痰，用肺痈汤：桔梗25 克、贝母15克、瓜蒌25克、白芥子15克、生姜5克、甘草10 克，水煎服。

恢复期：发热已退，于咳少痰，自汗盗汗，用沙参清肺 汤：北沙参25克、黄芪25克、合欢皮15克、白芨20克、太子 参15克、桔梗15克、薏苡25克、冬瓜仁20克，水煎服。

病到慢性阶段：可用桔梗汤：桔梗15克、贝母10克、瓜 萎25克、桑皮15克、防风10克、杏仁10克、百合20克、黄芪 20克、薏苡20克、枳壳10克、甘草5克，水煎服。

**十、支气管扩张**

**(** **一** **)**概 述

本病是由支气管阻塞及肺间质感染引起，呼吸道感染、 麻疹、百日咳、支气管肺炎，都可以造成本病发生。

(二)临床表现

早期可无其它症状，仅有长期慢性咳嗽，常在后期出现 大量脓痰，病人早晨起床或夜晚上床等体位变动时咯痰增 多，痰呈黄绿色，脓样，放在玻璃管中静置后可分为三层： 上层泡沫，中层浆液，下层脓性及细胞沉渣。发热时伴有咳 嗽加重和咯脓痰增多，部分病人反复咯血，有的是痰中带 血，也有吐大口鲜血，有的病人无大量脓痰，仅有反复咯血。

(三)治疗

肺热：咳嗽咯脓痰，苔薄、脉滑，治宜清肺化痰，用桑 皮50克、黄芩15克、杏仁15克、桔梗15克、冬瓜子50克、竹 沥15克、半夏15克、芦根50克，水煎服。

热毒：咯吐黄绿脓痰，发热恶寒，苔黄脉数，治宜清热 解毒，用蒲公英150克、鱼腥草100克、芦根100克、双花50克、

冬瓜子100克、杏仁15克、桔梗15克，水煎服。胸痛加瓜蒌 皮20克、元胡15克，气急加苏子15克，痰中带血加茜草25克。

**十一、支气管哮喘**

( 一 )概述

支气管哮喘是一种常见的肺部过敏性疾病。发病年龄较 轻，发病前常有咳嗽、胸痛或连续打喷嚏等先兆症状，随即 出现以呼气性呼吸困难为特点的喘息。发作常因过敏引起， 有的病人过敏原很明显，如每当春暖花开，花絮纷飞的季节 发病、有的在春秋苞米抽穗时发病。也有因吃鱼、虾、蚕蛹 等发病。也有因细菌性炎症刺激，引起支气管痉挛而发病， 并随炎症消除而缓解，或留有咳嗽，咯少量白痰。也有因生 气、不愉快、精神紧张而发作哮喘的。但还有很大一部分找 不出原因。本病属于中医哮证范畴，其特点为：咳而上气， 喉鸣如水鸡声。

(二)临床表现

发作时先有鼻腔、咽部发痒，胸闷不适等前驱症状，后 即突然发病。主要症状为呼气性呼吸困难，并伴有哮鸣音， 重者由于咯痰困难导致喘憋，频咳，甚至昏厥，持续发作超 过24小时者病情严重。

(三)治疗

发作期：双花20克、麻黄、紫菀、桔梗、黄芩各15克、 地龙粉30克，水煎服，每日一剂。

缓解期：治宜健脾、益肾、固肺，可配制丸药常服：蛤

蚧5克、冬虫夏草10克、胡桃肉10克、山萸肉、五味子、熟 地、天冬各10克、炒山药15克、黄芪20克、白术、防风、茯 苓、肉苁蓉、陈皮各15克，炼蜜为丸，每丸重5克，每次一 丸，每日服三次。

**十二、小儿肺炎**

( 一 )概述

小儿肺炎又叫肺热喘咳，多见于3岁以下小儿。 一年四 季均可发生，但以冬秋季节为多。

(二)临床表现

以发热，咳嗽，呼吸困难为主症。临床又分风寒闭肺 型：发热无汗，咳嗽气急，喉中痰鸣，烦躁不安，口不渴， 食欲欠佳，舌质淡，苔薄白，脉浮紧。风温闭肺型：发热怕 风，喘咳痰黄，微汗，面赤唇红，口渴尿赤，苔薄黄，脉浮 数。痰热闭肺型：病来急骤，高热烦躁，气急鼻掮，喘息憋 气，面色青紫，甚者抽搐、项强，少尿。

**(三)治疗**

风寒闭肺型治宜宣肺散寒，用麻黄5克、杏仁7.5克、甘 草5克、紫菀7.5克、百部7.5克、白前10克、前胡7.5克，水煎服。

风温闭肺型：治宜宣肺化痰、清热解毒，用麻黄5克、 杏仁7.5克、石膏25克、甘草5克、双花20克、连翘10克、板 蓝根15克，水煎服。

痰热闭肺型：急宜清热解毒、宣肺化痰，用玉枢丹或竹 沥汁频频灌服。

合并心力衰竭时可用参附汤(人参7.5克、附子15克)。

**十三、百日咳**

( 一 )概述

百日咳是儿童常见传染病，多发生于冬春二季，中医称 为“顿咳”、“鹭鸶咳”,因传染性很强又叫“疫咳”,以痉挛性 咳嗽为主，吸气时带有特殊的吼声，好发于5岁以下儿童。

(二)临床表现

临床分为三期。初期：见微热、咳嗽、流涕等症状，类 似感冒，舌淡苔白，脉浮无力，指纹青紫，约7天左右。中 期：咳嗽逐渐加重，夜间明显，阵发性咳嗽，发作时连咳十 余声或数十声，形成不断地呼气，咳毕有特殊的鸡鸣样回声， 引起呕吐，病程可达2～3个月，舌红苔薄。脉滑数，指纹 红或深红。后期：阵咳逐渐减轻，病趋痊愈，约2～3周。

(三)治疗

初期：治宜疏表清热、祛风散寒，偏寒者用麻黄5克、 苏子、杏仁、橘红、茯苓、半夏各10克、薏苡、海浮石各15 克、甘草5克，水煎服；偏热用桔梗、荆芥、百部、桑叶、连 翘、川贝、车前子(包煎)各10克，水煎服。

中期：治宜清热化痰、镇咳解痉，用百部、葶苈、冬瓜 仁、杏仁、芦根各10克、车前子(包)15克、桃仁5克、甘 草5克，水煎服。兼呕加姜汁、竹茹各10克，咳血**加** **黑** **栀** 子、仙鹤草、白茅根各10克。

后期：治宜养肺健脾，用太子参、白术、麦冬各15克、

茯苓20克、五味子、甘草各5克、生姜2克、大枣2枚，水

**煎服** **。**

**第五章** **治** **疗**

**一** **、治疗法则**

治疗咳嗽，必须要辨明外感、内伤，认清虚、实、寒、 热。外感咳嗽，应发表祛邪，内伤咳嗽，重在扶助正气。

伤风咳嗽，治宜辛凉解表，用药如桑叶、菊花、荆芥、 薄荷；伤热咳嗽，治宜辛凉降火，用药如黄芩、桑皮、知母、 麦冬；伤湿咳嗽，治宜清利湿热，用药如半夏、白术、陈 皮、苍术、滑石、甘草；伤燥咳嗽，治宜润肺清燥，用药如 石膏、知母、桑皮、麦冬；伤寒咳嗽，首当解表，用麻黄杏 子汤、小青龙汤等；若肺素有热，加栀子、黄芩、知母、石 膏。

咳而有痰，咳声重者，主治在肺；素无积痰，今见咳 嗽，因痰而致嗽者，痰为重，主治在脾；食积成痰，痰稠难 略，痰气上升造成的咳嗽，治其痰，消其积，咳嗽自愈；酒 色过度，损伤肺、肾真阴而成咳嗽者，慎服参芪之类，以免阴 虚火旺，更使阴伤， 一般先以六味地黄丸补其真阴，使水升 火降，然后用参芪以补之。

注意外感咳嗽初起，不宜用收涩药，如乌梅、诃子、五 味子、罂粟壳、冬花等有燥涩收敛作用，使用可收到良好的 效果，但千万不要颠倒用药顺序。

**二、辨证治疗**

(一)外感咳嗽 1.风寒咳嗽

症状：发热恶寒，头痛及全身肌肉、关节疼痛，无汗， 不渴，鼻流清涕，咳嗽声重，痰白，舌苔薄白，脉浮紧。

治法：疏风散寒，宣肺止咳。

方药：(1)金沸草散(《类证活人书》):金沸草10 克、前胡10克、细辛3克、荆芥10克、半夏7.5克、茯苓15 克、赤芍5克、甘草7.5克、生姜2～3片、大枣2～3枚， 水煎服。原方为散剂，现多用作煎剂。(各药用量系根据经 验拟定，以下同此)

旋复花别名叫金沸草，现在药店习以旋复花的茎叶为金 沸草。本方具有发散风寒，降气化痰止咳作用。适用于外感风 寒，咳嗽痰多，痰清稀，气急胸闷者。方中金沸草、前胡降 气利肺，化痰止咳；荆芥、细辛、生姜发散风寒；半夏燥湿 化痰，并助细辛、生姜温肺止咳；甘草、大枣甘缓和中；诸 药合用，散寒、降气，化痰止咳。

(2)止嗽散(《医学新悟》):桔梗10克、荆芥10 克、紫菀15克、百部15克、白前15克、陈皮10克、甘草7.5 克，水煎服。

本方能治多种咳嗽，后代医家经常使用，往往收到良好 的效果。又因药性微温，所以用治风寒咳嗽更好，对外感咳 嗽较久，表邪未尽，痰多而难咯出，脉象浮缓的患者，在止 咳化痰的同时，兼有疏解表邪作用。方中荆芥辛温解表，疏 散风寒；紫菀、白前润肺祛痰，止咳宁嗽；陈皮理气化痰宽

胸；桔梗、甘草宣肺利咽喉，化痰止咳嗽。诸药合用，疏散 外邪，化痰止咳。

(3)小青龙汤(《伤寒论》):麻黄7 . 5克、白芍15 克、干姜7.5克、细辛5克、五味子10克、桂枝10克、炙甘 草10克、半夏15克，水煎服。

本方现在常用以治疗外感寒邪，内有痰饮的咳嗽、哮喘 等病症。多用来治疗急性支气管炎，以及类似的呼吸道感 染。具有发汗解热、镇咳祛痰，止喘、止吐等作用。方中麻 黄配桂枝发汗解表止咳，加干姜、细辛祛寒化饮，五味子、 白芍收敛肺气止咳，半夏祛痰止呕，甘草和中。是一个解表 温里，内外兼治的方剂。

(4)杏苏散(《温病条辨》):杏仁7 .5克、苏叶7 .5 克、半夏10克、桔梗15克、茯苓15克、陈皮7.5克、前胡10 克、枳壳5克、甘草5克、生姜2～3片、大枣4枚，水煎服。

本方是香苏饮去香附加味而成，治秋天感受寒凉，头痛 鼻塞、咳嗽、痰稀薄，无汗，苔薄，脉浮紧。方中苏叶、前 胡、生姜、辛散达表，杏仁宣肺，枳壳、陈皮、半夏、茯苓 化痰止咳，姜枣调和营卫。

2.风热咳嗽：

症状：发热头痛，有汗，怕风，口渴，嗓子疼，咳嗽， 痰少黄稠而粘，不易咯出，舌苔薄黄，脉浮数。

治法：祛风清热，宣肺止咳。

方药：(1)桑菊饮(《温病条辨》)加减：桑叶10 克、菊花7.5克、杏仁7.5克、连翘10克、薄荷5克、桔梗 7.5克、甘草、芦根、牛蒡子各10克，瓜蒌皮10克，水煎服。

本方为辛凉轻剂，其解表散热作用较银翘散轻，但宣肺 止咳作用较银翘散强。具有疏风清热，止咳作用，治疗风温

初起，咳嗽，热不太高，口稍渴，苔薄，脉浮数。方中桑 叶、菊花、薄荷辛凉，疏风清热，辅杏仁、甘草、桔梗宣肺 止咳，连翘清热解毒，芦根清热生津。多用于上呼吸道感 染，急性支气管炎病情较轻而有风热表症者。

(2)泻白散(《小儿药证直诀》)加减：桑白皮15 克、地骨皮15克、甘草5克、粳米30克、葛根20克，水煎服。

本方清肺热，止咳喘，治疗肺热咳嗽，甚则气喘，口干 唇燥，潮热，咯血，舌红、苔薄，脉细数。方中桑白皮泻肺 火，清痰平喘，地骨皮清虚热、除身热、止盗汗，甘草、粳 米润肺养胃，葛根解肌清热，诸药配合，为治肺热咳喘常用 方。临床常用来治疗支气管炎，肺结核以及小儿麻疹后肺虚 有热的证候。

3.挟暑咳嗽：

症状：暑天受凉，咳嗽、痰稠、头胀、身重、口渴、心 烦、胸闷等症。

治则：清暑、宣肺、化痰。

方药：(1)白虎汤(《伤寒论》)加味：石膏25克、 知母25克、枯梗15克、桑皮15克、地骨皮15克、甘草15克、 粳米20克，水煎服。

本方适于暑日受邪，见口渴，烦躁、心烦、尿黄、咳嗽 等症。方中石膏解肌除邪，生津止渴，镇静除烦，知母、地 骨皮清热养阴，桔梗、桑皮化痰止嗽，甘草止咳，又制石膏 之寒而和中。

(2)清暑益气汤(李东垣方)加减：黄芪10克、人参 7.5克、炒白术15克、苍术7.5克、神曲15克、陈皮15克、泽 泻5克、麦冬10克、五味子7.5克、当归10克、黄柏5克、升 麻5克、葛根7.5克，水煎服。

本方具有清热，止咳作用。适于夏日受暑，身热汗出咳 喘，痰多、胸闷、小便黄、大便溏，脉虚之人。方中人参、 黄芪益气固表，苍、白术燥湿化痰，五味子保肺止嗽、生 津，又有当归养血和阴，神曲化食，升麻、葛根解肌，陈皮 理气、甘草和中，诸药共同益气、健脾、清热、止咳。

4.燥热咳嗽：

症状：身体燥热，鼻燥咽干，常有疼痛，干咳无痰或痰 少而稠粘难出，咳甚胸痛、口渴，大便干，小便黄，舌红而 干，苔黄，脉浮数或滑数。

治则：清热润燥，化痰止咳。

方药： (1)桑杏汤(《温病条辨》):桑叶15克、杏 仁10克、沙参1.5克、浙贝10克、香豉15克、栀子10克、梨 皮10克，水煎服。

本方具有轻宣燥热，养阴润肺作用。适于外感温燥，头 痛身热，干咳无痰或痰少而粘，口渴舌红，苔薄而干者。方 中桑叶、香豉、栀子泄热清燥；杏仁、浙贝母化痰止咳；沙 参、梨皮润肺生津。

(2)清燥救肺汤(《医门法律》):桑叶10克、石膏 25克、人参10克、甘草7.5克、胡麻仁7.5克、阿胶10克、麦 冬15克、杏仁10克、枇杷叶15克，水煎服。

本方具有清润肺脏燥热，补肺气，降逆止咳作用。用于 治疗外感风温凉燥，化热伤肺，以燥、虚、热三症兼见者最 为适宜。方中柔叶、石膏清宣肺胃燥热；配阿胶、麦冬，胡 麻仁养肺阴；人参、甘草补气生津；杏仁、枇杷叶清降肺 气 。

(二)内伤咳嗽

1.肺虚咳嗽：

症状：咳声清朗，多为一声一声咳嗽或间歇咳嗽，白天 重于夜晚，咯粘痰或稀白痰，咳嗽气短，动则汗出，面色咣 白，舌质淡嫩，舌苔薄白，脉虚软。若肺阴不足，则见形体 消瘦，两颧红，潮热盗汗，五心烦热，呛咳无痰或少痰，痰 中带血或咯血。兼有咽喉干燥或失音，舌干而光，脉象细 数。

治法：补益肺气或养心清肺，化痰止咳。

方药：(1)补肺汤(《永类钤方》):人参7 . 5克、黄 芪15克、熟地7.5克、五味子10克、紫苑15克、桑白皮15克， 水煎服。

本方有益气补肺，止咳化痰作用。适用于肺虚久咳，气 短汗出，舌淡，脉虚大者。方中人参、黄芪益气补虚。五味 子还能补肾纳气，紫菀、桑皮化痰止咳。

(2)沙参麦冬汤(《温病条辨》)加减：沙参15克、 麦冬15克、玉竹15克、天花粉15克、生甘草7.5克、桑叶10 克、生扁豆15克、贝母7.5克、杏仁7.5克，水煎服。

本方具有清养肺胃，生津润燥作用，主治肺胃阴虚或邪 热伤肺，见咽喉干燥，咳呛少痰，或咳痰不爽，烦热口渴， 舌红少苔者。方中方中沙参、玉竹、麦冬养阴生津，润燥止 咳，扁豆、甘草和中，贝母，杏仁化痰止咳，桑叶轻宣燥 热，诸药合用，清肺止咳。

(3)补肺阿胶汤(《小儿药证直诀》):阿胶10克、 马兜铃15克、牛蒡子15克、甘草7.5克、杏仁10克、糯米20克， 水煎服。

本方主治呛咳无痰或少痰，痰中带血，咽喉干燥，舌光 而干，脉细数。方中马兜铃清肺泻火，降逆止咳，牛蒡子宣

肺，杏仁降气止咳喘，甘草、糯米益胃补肺，共同起到润肺 止咳作用。

2.脾虚咳嗽：

症状：咳声重浊，多为连声咳嗽，夜重昼轻，咳粘痰量 多，胸闷、憋气，喉中痰鸣，食欲不振，饭后腹胀，倦怠乏 力，大便稀不成形，少气不愿意说话，久咳气短，舌淡或 胖，舌边有齿痕印，舌苔白或白腻，脉濡滑。

治法：健脾燥湿，止咳祛痰。

方药：(1)六君子汤(《医学正传》)加减：党参10 克、白术10克、苍术10克、茯苓10克、陈皮10克、桂枝10 克、厚朴10克、半夏10克、杏仁10克、炙甘草5 克 ， 水 煎 服 。

本方益气健脾，和胃化痰。适于脾气虚，不思饮食，或 脘腹气胀或呕吐吞酸，或咳嗽痰多。方中党参、茯苓、白术、 甘草补气健脾，桂枝温阳，苍术、半夏燥湿，陈皮、杏仁、 厚朴入气分，使气顺痰降。

(2)二陈平胃散：半夏15克、陈皮20克、茯苓25克、苍 术15克、厚朴7.5克、甘草5克，水煎服。

本方由二陈汤变化而来，重在燥湿化痰，适用咳嗽痰 多，胸闷不适，恶心呕吐，舌苔腻，脉滑等症。方中苍术、 茯苓、甘草健脾燥湿，脾旺湿气就化了，半夏、陈皮化痰调 气和中。

(3)泻白散加味：桑皮15克、地骨皮15克、甘草5 克、白芍15克、黄连7.5克，白术15克，水煎服。胃火盛加 石膏20克，肝火盛加黄芩15克，肾火旺加黄柏10克。

本方适于脾湿热盛，痰湿犯肺，白术健脾燥湿，桑皮、 地骨皮清肺热。

3.肾虚咳嗽：

症状：咳声深沉不畅，多为阵咳，夜晚比白天重，痰粘 或稀薄，胸闷，气短，喘息气促，活动时加剧，背部怕凉， 腰膝无力，晚间尿频，甚或咳嗽时遗尿，头昏耳鸣，或有遗 精阳萎，舌嫩红少苔，或淡而胖，脉沉细弱。

治法：补肾纳气，止咳平喘。

方药： (1)金匮肾气丸(《金匮要略》)加减：熟地 15克、山药15克、山茱萸15克、泽泻7.5克、茯苓10克、丹 皮5克、附子7.5克、肉桂5克、沉香5克、补骨脂10克、五 味子5克，水煎服。

本方主治肾阳不足，腰膝酸软，气短喘咳，尺脉弱等 症候。方中附子、肉桂、补骨脂温肾壮阳益命火，山药、山 茱萸补养肾精益真阴，丹皮、茯苓、泽泻泻火利水以泄肾 浊，沉香降气，五味子止咳嗽，诸药配合，温肾止咳喘。若 喘咳明显，不能平卧加人参10克、胡桃肉30克；或蛤蚧一 对，研细末，每次服7.5克，每日2次。

(2)参麦地黄丸(《中国医学大词典》):熟地15 克、山茱萸15克、山药15克、泽泻7.5克、茯苓15克、丹皮 10克、北沙参15克、麦冬15克，水煎服。

本方适于肺肾两虚，咳嗽气促，咯痰不爽，动则加剧， 舌红而光，脉象细数者。可见于肺结核，肺气肿，慢性气管 炎病人。方即六味地黄丸加沙参、麦冬，取六味地黄丸滋阴 补肾，沙参、麦冬润肺生津，止咳宁嗽。

4.肝火咳嗽：

症状：气逆咳嗽，痰稠难于咯出，口苦咽干，咳时牵引 胸胁痛，面红，烦躁易怒，头晕耳鸣，舌边尖红，苔薄黄面 干，脉弦数。

治法：清热、泻火、止咳。

方药：(1)泻白散加减：地骨皮25克、桑白皮15克、 山栀10克、黄芩15克、天花粉10克、海蛤壳15克、大青叶15 克、茜草10克、柴胡7.5克、车前子7.5克(包煎),水煎 服 。

本方主治肝火犯肺，肺失清肃的咳嗽。柴胡、大青叶泻 肝火，桑皮、地骨皮、黄芩清肺热而止咳，天花粉、海蛤壳 化痰、滋阴，车前子利水使热从小便出。

(2) 清肝润肺汤(《症状辨证与治疗》):代赭石15 克、桑白皮20克、川贝7.5克、海蛤壳15克、青黛10克、炒 栀子10克、地骨皮15克、知母10克，炒麦冬10克、木蝴蝶5 克，炼蜂蜜(分冲)。

本方具有清肝降逆，止咳化痰作用。方中青黛、栀子清 肝泻火，代赭石平肝降逆，桑皮、川贝、海蛤壳化痰降气，

木蝴蝶疏肝理气，肃肺止咳，蜂蜜润肺祛痰，麦冬、地骨皮、 知母滋阴润肺。若咯血或痰中带血，可加生藕节50克、茜草 炭10克止血。

(3) 清金化痰汤(《统旨方》)合黛蛤散(验方): 黄芩15克、山栀10克、桔梗20克、麦冬15克、桑皮15克、贝 母10克、知母15克、瓜婆仁15克、橘红15克、茯苓15克、甘 草5克、青黛5克、海蛤壳15克，水煎服。

本方适用于肝火犯肺，见气逆咳嗽，面红、口干，咳时 引胁痛，舌苔薄黄少津，脉弦数者。方中青黛、山栀泻肝 火，黄芩、桑皮清肺热，火热得清则肺气得以清肃而咳嗽自 平，配海蛤壳、瓜蒸仁、贝母、麦冬清热化痰、生津润肺，

以增加止咳作用。

5.心阳衰微：

症状：咳嗽气促，面色苍白，口唇青紫，语声低微，汗 出而喘，四肢不温，甚时气逆喘憋，尿量少，舌苔薄，脉微 细 数 。

治法：回阳固脱，益气救阴。

方药：生麦散合参附汤：红参7.5克、麦冬15克、五味 子10克、附子10克、牡蛎25克、车前子10克(包煎),水煎 服 。

本方多用在肺炎合并心力衰竭之时，生麦散和附子具有 补益心气，振奋心阳之功，牡蛎宁心，车前子利水，待此急 症解除后再用养阴清肺之剂治疗。

**(** **三** **)** 内外兼挟咳嗽

1.痰湿犯肺：

症状：头胀身热，咳嗽多痰，胸脘作闷，四肢困倦，或 平常咳嗽，又为感冒诱发加重，舌苔白腻，脉濡滑。

治法：健脾燥湿，化痰止咳。

方药：(1)二陈汤(《太平惠民和剂局方》)加味：半 夏15克、陈皮15克、茯苓20克、甘草7.5克、厚朴10克、杏仁 15克、薏苡20克，水煎服。

二陈汤主治痰湿而引起的咳嗽多痰，具有燥湿化痰作 用。以半夏陈皮为主药，半夏辛温性燥，有燥湿化痰和胃止 呕作用。陈皮健脾燥湿，尤以理气化痰见长。中医有“无湿 不成痰”之说，脾健湿就能化，湿化痰也会消，故用茯苓健 脾利湿，炙甘草和中补脾，使脾健湿化痰消。

(2)参苓白术散(《和剂局方》)加减：党参15克、白 术20克、茯苓25克、炙甘草10克、山药15克、陈皮15克、桔 梗15克、砂仁5克、白前15克、紫苑15克，水煎服。

本方适于脾胃虚弱，素有痰湿，见咳嗽痰多，疲乏无力 者。具有健脾补气，化痰止咳作用。方中以四君子汤(党参、 白术、茯苓、甘草)补气，配山药、砂仁增强补脾益肺之 力，桔梗宣肺化痰，陈皮行气滞而化痰，加白前、紫苑更助 止咳化痰之效。

2.寒包火咳嗽：

症状：发热恶寒，咳嗽气急，口渴咽痛，喉中痰鸣，烦 躁不安，甚则气逆而喘，尿黄，舌苔微黄，脉浮滑数。

治法：解表散寒，清热止咳，定喘。

方药：麻杏石甘汤加减：麻黄10克、杏仁15克、石膏30 克、甘草7.5克、荆芥15克、前胡10克，水煎服。

麻杏石甘汤清宣肺热，多用来治疗肺热喘咳而无大热之 症。凡咳嗽不畅，喘促痰粘，舌红苔白薄或黄，脉数者，均 可用此方。方中麻黄开肺气，杏仁宣肺止咳平喘，石膏辛 寒，清泄肺热，甘草和中，加入荆芥、前胡以解表。

**三、验方选介**

**(** **一** **)** 咳嗽感寒

1.三拗汤 (《太平惠民和剂局方》)

主治：感受风寒之邪，发热，恶寒，鼻流清涕，咳嗽，

痰稀薄，脉浮紧，或感冒过早应用了收敛的药物而发生咳 嗽、喘促。

药物：麻黄10克、杏仁10克、甘草7.5克、姜5片。

用法：共为粗末，以水一杯半，煎取1杯，顿服，服后 取微汗，可连服2~3天，注意休息。

2.华盖散(同前)

主治：肺受寒邪，咳嗽，气促，咯痰不利，喉中有痰

声。

药物：紫苏子(炒)、赤茯苓、桑白皮(炙)、陈皮。 杏仁、麻黄、甘草。

用法：甘草为半量，其它各药等分，为粗末，每次取10 克，以水1杯，煎成多半杯，去滓食后温服，每日2次，连 服3天。

3.降气汤 (中医研究院常用方)

主治：慢性气管炎，每遇寒凉即发，咳瑞有痰。

药物：麻黄、杏仁、苏子、桑皮、陈皮、沙参各15克、 生甘草10克，水煎服。每日一剂。

4.八味款花散 (《奇效良方》) 主治：肺经感寒不调，咳嗽多痰。

药物：款冬花(炙)、紫菀、五味子、炙甘草各7.5克， 桑白皮(炒)、麻黄(去节)、杏仁(汤浸，去皮尖)各5 克。

用法：用水2杯，煎成1杯，分2次饭后服。 5.宁嗽露 (《上海市药品标准》)

主治：具有止咳作用，适于风寒咳嗽，急慢性气管炎等 病证。

药物：麻黄、紫菀、百部、甘草、杏仁水、砂糖组成。 糖浆剂。

用法：每服15毫升，日服3次。

6.胡椒理中丸 (《世医得效方》)

主治：咳嗽，感受风寒而发，吐白色泡沫痰，连声咳嗽 不止，影响饮食。

药物：款冬花(去梗)25克、胡椒25克、荜拨15克、陈 皮35克、干姜15克、甘草35克、良姜15克、细辛15克、白术

35克。

用法：共为细末，蜜丸5克重，每次服1丸，每日3 次。

(二)热咳

1.小黄丸 (《素问病机气宜保命集》)

主治：发热，咳嗽，痰黄色，不易吐出，口唇干燥，面 赤，胸痛，心烦。

药物：南星(汤洗)、半夏(洗)各50克，黄芩75克。 用法：共为细末，生姜汁浸，面糊为丸，如梧桐子大，

每次服10克，饭后用姜汤送下，早晚各服1次。

2.治肺热咳嗽方 (《本草纲目》)

主治：肺热咳嗽，口干舌燥，痰黄难咯，便干、尿黄。

药物：枇杷叶、木通、款冬花、紫菀、杏仁、桑白皮各 等分，大黄减半。

用法：共为细末，蜜丸如樱桃大，每次1丸，每日3 次，饭后服。

3.海青丸 (《沈氏尊生书》)

主治：肺有郁火，咳嗽痰黄，难咯，脉数。

药物：海蛤粉、青黛、瓜蒌仁、诃子皮、香附、半夏各 50克。

用法：共为细末，加入姜汁为丸，如梧桐子大，每次服 5克，每日2~3次，姜汤送下。

4.二母散 (《医方考》)

主治：肺热燥咳，痰黄稠，口燥咽干、苔黄脉数。 药物：知母25克，贝母15克。

用法：共为细末，每次服10克，每日3次。

5.黛蛤散 (《上海市药品标准》)

主治：适于肝火肺热，咳嗽痰多黄稠或带血，胸胁作痛 者。

药物：青黛、海蛤壳。(市售成药)

用法：每服1.5~3克，日服1～2次。临床常将这二味药 加入治疗有热症的咳喘方中，能增加止咳化痰作用。

6.清热化痰丸 (《实用中医学》北京中医学院编)

主治：发热烦躁，咳嗽痰黄，呼吸气粗，具有止嗽化痰 清热作用。

药物：天竺黄、陈皮、半夏、胆星、黄芩、瓜蒌仁霜、 生姜汁。丸剂。

用法：2~5岁每次服1丸，日服2次。 7.玉液丸 (《奇效良方》)

主治：感受六淫之邪，郁久化热，咳嗽，心烦，头晕目 眩。

药物：寒水石(煅)90克，半夏60克，白矾30克。

用法：共研细末，用麦糊为丸，如梧桐子大，每次服5 克，每日3次，用淡生姜汤送下。

(三)咳嗽多痰

1. 《圣济总录方》方

主治：咳嗽，吐白沫痰，身冷，恶寒，胸闷，苔白而 腻。

药物：半夏250克(洗净)、白矾200克、丁香皮(为末) 150克、草豆蔻30克。

用法：上药收入酒内，春夏浸七日，秋冬浸半月，然后 只将半夏取出来，放在温水内洗过焙干，为末，每次服2

克，茶水送下，每日3次。

2.利膈化痰丸 (《张氏医通》)

主治：咳嗽，胸满，口干鼻燥，苔黄，脉数。

药物：南星、蛤粉各50克，半夏、瓜蒌、贝母、香附各 25克，青黛25克，杏仁(去皮尖)15克，皂角10克。

用法：共为细末，蜜丸，每丸10克，每次服1丸，每日 3次，姜汤送服。

3.导痰汤 (同上)

主治：胸中烦热，口干、痰稠难咯。

药物：炙南星5克、橘红(去白)15克、赤茯苓(去 皮)15克、炒枳壳5克、甘草5克、半夏7.5克、姜5片。

用法：水煎服。以上为一日量，分2次服。

4.治胖人湿痰方 (同上)

主治：体胖之人，咳嗽痰多。

药物：苦参、半夏各7.5克，白术10克，陈皮5克。

用法：上药加姜3片，竹沥10毫升，水煎服，饭后一小 时服用。以上为一日量，分2次服用。

5.豁痰丸 (同前)

主治：痰多难咯出。

药物：南星150克、半夏100克(切片，用皂角水浸一 夜，焙干为末)、白附子50克、全蝎20克。

用法：共为细末，蜜丸，每丸5克重。饭后用姜汤送 下，每次1丸，每日3次。

6.三子养亲汤 (《韩氏医通》)

主治：咳嗽，气喘，胃脘胀满，胸闷不舒，痰稠，苔 腻。

药物：紫苏子、莱菔子、白芥子各等分。

用法：根据症状，若喘重紫苏子倍量，痰多白芥子倍 量，饮食不消莱菔子倍量。共为粗末，每次10～15克，水煎 滤去渣服之，每日3次。

7.半瓜丸 (《沈氏尊生》)

主治：经久咳嗽，急性发作，痰多。

药物：半夏、瓜蒌各250克，贝母、桔梗各250克，枳壳 75克，知母50克。

用法：共为细末，姜汁糊丸如梧桐子大，每次服5克， 一 日2次。

8.鹅梨汤加减 (《医醇剩义》)

主治：咳嗽日久，痰不易咯出，胸中满闷，舌苔白腻， 脉滑。

药物：瓜蒌仁15克、川贝7.5克、半夏7.5克、橘红10克、 茯苓15克、杏仁7.5克、苏子7.5克、射干5克、麻黄5克、 梨汁(2个梨捣汁)、生姜3片、鹅管石10克。

用法：水煎服。分2次。

9.治久嗽多痰方 (《鲁府禁方》)

主治：久嗽多痰。

药物：黄色熟瓜蒌1个，取出1/3子，换上杏仁30克，火 烧存性，再用醋糊为丸如梧桐子大，每次服5克，每日2 次。

10.小儿化痰片(丸) (《上海市药品标准》)

主治：小儿发热、痰多咳嗽，以及痰热惊痼、神志不安 等证候。

药物：姜半夏、南星、川贝、桔梗、橘皮油、钩藤、天 麻、天竺黄、天花粉、僵蚕、朱砂、石菖蒲、薄荷脑。蜜丸 或片剂。(市售成药)

用法：丸剂每服一粒，片剂每服3片，日服1～2次。

(四)咳喘

1.射干麻黄汤 (《金匮要略》)

主治：咳嗽，喘促，喉中有声，痰鸣，苔薄，脉滑。

药物：射干10克、麻黄10克、生姜4片、细辛5克、紫 苑15克、款冬花15克、五味子7.5克(打碎)、大枣2枚、半 夏10克。

用法：水煎服。每日一剂，分3次服。

2.治久嗽坐卧不得方 (《千金要方》)

主治：咳嗽喘促，严重时不能平卧， 一般夜晚加重，痰 多，苔白腻。

药物：麻黄、杏仁、紫菀各15克，柴胡、橘皮各20克。 用法：水煎服。每日一剂，分3次服。

3.杏仁煎 (《奇效良方》)

主治：年老体弱，肾虚腰痛，咳喘不已，严重时夜里不 能平卧。

药物：杏仁(去皮尖)、胡桃肉各等分。

用法：上药为末，蜜丸每粒10克重，每次1丸，生姜汤 送下，每日3次。

4.冷哮丸 (《张氏医通》)

主治：喘咳，气促，遇冷即发或加重，背部凉感。胸 闷，喘息不能平卧。

药物：麻黄、生川乌、细辛、蜀椒、白矾、牙皂、半夏、 胆星、杏仁、生甘草各50克，紫苑、款冬花各100克。

用法：共为细末，以姜汁调神曲末，打糊为丸。每遇发 作时，临睡前用生姜汤送服10克，体弱者服5克，每日1

次。

5.苏子杏仁汤 (《不知医必要》) 主治：咳嗽日久，气逆而喘。

药物：苏子5克、陈皮15克、制半夏15克、桑皮10克、 桔梗5克、杏仁10克、炙甘草5克、生姜2片。

用法：水煎服，每日一剂，分2次服。

6.葶苈丸 (《沈氏尊生》) 主治：咳喘，尿少，不能平卧。

药物：炒葶苈50克、煨杏仁50克、酒炒防己30克、炒莱 菔子50克、炒白牵牛30克、茯苓50克。

用法：研为细末，滴水泛丸。如梧桐子大，每服5克， 饭后热汤送下，每日3次。

(五)咳嗽咯血

1.贝母丸 (《鸡峰普济方》) 主治：咳嗽、嗓子疼、咯血。

药物：贝母不拘多少。

用法：为细末，炼蜜为丸，每丸5克重，每次服1丸， 饭后含化，每日服3次。

2.皱肺丸 (《世医得效方》) 主治：咳嗽、咳血。

药物：款冬花、人参、五味子、官桂、紫菀、白石英、 钟乳粉各等分。

用法：共为细末，为丸如梧桐子大，每次服50丸，每晚 服1次。

3.子母两富汤 (《辨证录》)

主治：久咳不愈，口吐白沫痰，口中有血腥味。

药物：熟地、麦冬各50克。

用法：水煎服，为一 日量，分2次服。 4.紫菀茸汤 (《奇效良方》)

主治：邪热伤肺、痰多咯血，喘急胁痛，不得安卧。

药物：紫菀茸(洗)、经霜桑叶、款冬花、百合(蒸 焙)、杏仁(去皮尖)、阿胶(蛤粉炒)、贝母(去心)、 炙半夏、炒蒲黄各5克、犀角、人参、炙甘草各3.5克，生 姜5片。

用法：水2杯，煎至1杯，饭后服。以上为一次量，每 日服2次。

5.羊肺汤 (同上)

主治：白天、夜晚，咳嗽不已，气息欲绝，肺伤咯血。

药物：牡蛎(煅)、桂心、生姜各30克，钟乳粉、白石 英、半夏各25克，五味子、百部根、贝母、橘皮、桃仁、射 干各15克，厚朴、款冬花、炙甘草各10克，羊肺250克。

用法：用煮羊肺水煎药，以上为一日量，分4次服，白 天服3次，夜晚服1次。

6.黄芪散 (同上) 主治：咳嗽、咯血。

药物：黄芪、糯米(炒)、阿胶(炒)各等分。 用法：共为细末，每服10克，米汤调下。

(六)阴虚咳嗽

1.润肺散 (《医宗必读》) 主治：阴虚久咳

药物：贝母、天花粉各10克，桔梗5克，甘草3克，麦 门冬、橘红、茯苓各7.5克，生地15克，知母5克。

了

用法：以水2杯，姜3片，煎至一杯，为一次量，每日 服 2 次 。

2.左归饮 (《景岳全书》)

主治：咳嗽日久，心烦，盗汗，两颧红赤，少气无力。

药物：熟地25克、山药10克、枸杞子15克、炙甘草5 克、茯苓7.5克、山茱萸15克。

用法：水煎服。

3.久嗽方 (《证治准绳》)

主治：平日身体较弱，心烦、盗汗，手脚心发烧，头 晕、口干、舌燥、舌红少苔，脉细数，嗓子痒，频频咳嗽。

药物：麦冬20克、知母15克、川贝7.5克、元参10克、阿 胶15克、黄柏7.5克、茯苓10克、天花粉15克、山栀子10克、 甘草5克、灯心7.5克、竹茹7.5克。

用法：水煎服，为一 日量，分3次服下。 4.百花膏 (《济生方》)

主治：咳嗽喘急，口干声哑，痰中带血，能润肺止咳。 药物：百合100克、款冬花100克。

用法：水煎浓缩去渣，加入少量冰糖，为3天量，每日 早晚服1次。

5.白芨枇杷丸 (《证治准绳》) 主治：咳嗽、咯血。

药物：白芨50克、枇杷叶50克、藕节50克、生地50克、 蛤粉炒阿胶50克、蛤蚧1对、百合50克、丹皮25克、地骨皮 7 5 克 。

用法：除阿胶外均为细末，阿胶化开后加药末中，以蜜 为丸，每丸重10克，每次服1丸，每日3次。治肺结核咳 嗽、咯血，低热，盗汗，有一定效果。

6.人参蛤蚧散 (《卫生宝鉴》)

主治：久咳，上气而喘，咯吐脓血，胸中烦热，身体消 瘦。

药物：蛤蚧1对、杏仁、甘草(炙)各150克，人参、茯 苓、贝母、桑白皮、知母各60克。

用法：共为细末，每次服5克，每日3次。 7.蛤蚧散 (《世医得效方》)

主治：虚劳咳嗽、咯血，潮热，盗汗，不思饮食。

药物：蛤蚧(蜜炙)一对、人参、百部(去心)、款冬 花(去皮)、紫苑茸各25克，贝母、阿胶(蛤蚧粉炒)、鳖 甲(醋炙)、柴胡、肉桂(去粗皮炒)、黄芪(蜜炙)、甘 草、杏仁(汤浸去皮尖)、姜半夏各50克。

用法：共为粗末，每服15克，水1杯，煎成多半杯，加 生姜3片，每日3次。如果有的人感到肉桂有味而不愿意 用，可以细辛30克加入总药量中代替。

(七)久嗽

1.治久嗽不愈方 (《千金要方》) 主治：经年累月，久嗽不愈。

药物：百部根10斤，捣取汁，煎如饴糖状，每次一匙， 每日服3次。

2.海藻丸 (《外台秘要》) 主治：咳嗽日久，气道稍促。

药物：海藻15克、麦冬25克、昆布15克、干姜7.5克、细 辛5克、文蛤15克、桂心5克、蜀椒7.5克。

用法：共研细末，蜜丸5克重，睡前服2粒，含化，忌 生葱、生菜。

3.紫苏子丸方 (《太平圣惠方》)

主治：久嗽，咳逆上气，气短。

药物：紫苏子50克、五味子50克、萝卜子50克、桑白皮 50克、皂荚50克(去黑色皮)、甜葶苈50克(炒)。

用法：上药共为末，蜜丸如梧桐子大，每服5克，每日 服3次。

4.银杏膏 (《寿世保元》)

主治：经年咳嗽，痰量多。

药物：陈细茶200克、白果肉200克(一半去白膜、 一半 去红膜擂烂)、桃仁(擂烂)200克、蜜250克。

用法：上药共熬为膏(用小火慢慢煎熬),吃时不拘多 少，每日服2～3次。

5.宁嗽煎(《仙拈集》)

主治：咳嗽日久，上气喘急。

药物：知母(炒)25克、杏仁5克。

用法：水煎，分2次早晚饭后服。

6. 《万病回春》治咳嗽方

主治：老年人咳嗽日久，呼吸困难，上气稍喘。

药物：杏仁(去皮、尖，炒)、桃仁各等分。

用法：蜜丸，每丸2.5克重，每次1丸，每日2次，可 连服一周。也可用姜汤送服。

7。《济世良方》方

主治：咳嗽经年不愈

药物：猪胆3个、大枣300枚。

用法：以浙江绍兴酒五斤浸之，秋冬浸7日，春夏浸5 日，滤去渣，每日2次，酌量饮酒。忌盐。

8.治嗽得效方(《奇效良方》)

主治：咳嗽日久不愈。

药物：人参、款冬花、枯矾、佛耳草、甘草各10克。

用法：共为粗末，用水2杯，生姜3片、枣1枚，乌梅1 个，煎至1杯，饭后服，以上为一 日量，早晚各服1次。

9.杏仁膏(同上) 主治：咳嗽、失音。

药物：杏仁(去皮尖)150克，生姜汁、蜜、糖各75克， 桑皮、贝母(去心)、木通各50克，紫菀、五昧子各50克， 款冬花50克，知母50克。

用法：先煎桑皮、贝母、木通、紫菀、五味子、款冬花、 知母，后下杏仁、姜汁、蜜、糖，再熬成膏，每次服一匙， 每日2～3次。

(八)敛肺止嗽

1.清化丸(《丹溪心法》) 主治：咳嗽日久，痰稠难咯。

药物：罂粟壳200克、乌梅50克、人参25克、款冬花25 克、桔梗25克、马兜铃50克、南星(姜制)50克。

用法：共为细末，蜜丸，每丸5克重，含化，每次1 丸，每日3次。

2.润肺散(《医学正传》) 主治：咳嗽日久，音哑。

药物：诃子肉、五倍子、五味子、黄芩、甘草各等分。

用法：上药研细末，蜜丸，每丸5克重，含化，每次1 丸，每日3次。

3.紫金散(《罗氏会约医镜》) 主治：咳嗽日久，夜不能眠。

药物：乌梅肉100克，白矾、南星(去皮)、甘草各5 克。

用法：共研粗末，于新瓦上炒成紫色，再研细，每次服 5克，睡前服。

4.久嗽方(《图书集成医部全录》) 主治：咳嗽日久。

药物：五味子50克、好茶叶20克。

用法：五味子晒干，与茶叶共研细末，再用甘草50克熬 成膏状，为丸如绿豆大，每次服20丸，温开水送下，每日3 次。

5.止嗽化痰丸(《北京市中成药选集》)

主治：止嗽定喘，润肺化痰。适于咳嗽痰粘，气喘，夜 寐不安。

药物：杏仁、玄参、百合、麦冬、紫菀、罂粟壳、贝母、 知母、蜜丸。

用法：每服2丸，日服2次。临床以此方为汤剂，治疗 感冒后和肺炎后期的咳喘，有良好的效果。其中杏仁10克、 玄参15克、百合20克、麦冬20克、紫菀15克、罂粟壳10克、 贝母7.5克、知母15克，水煎服，每日服一剂。

**四、名老中医验案介绍**

( 一)蒲辅周医案

1.刘××,女，3岁，1963年12月25日门诊。 一周前突 然高烧，咳喘，先后服射干麻黄汤和麻杏石甘汤加减，并加 服四环素，注射青霉素，历时四天不解。检查：两肺满布大 量干湿性罗音，血化验：白细胞总数11,200/立方毫米，中性 66%,体温39℃。无汗，咳嗽，气促，喉间痰鸣，咳痰不

利，面浮目红，口微渴，食纳减少，大便干，每日一次，小 便短黄，舌质不红，苔白腻，脉沉细数。属食痰阻滞，肺失 肃降，郁而化热。治宜宣肺降痰。处方：炒葶苈子5克、炒 苏子5克、炒白芥子5克、瓜蒌仁壳10克、桑皮7.5克、白前 5克、炒莱菔子5克、紫菀5克、竹叶5克、芦根10克、葱 白二寸，水煎服。12月28日复诊：前方服二剂，热减，精神 转佳，咳痰利。食纳增加，小便微黄，大便正常，脉转沉 滑，舌质正常，苔黄腻。体温已趋正常，咳喘俱减，再以调 和肺胃，清燥化痰，前方去竹叶、葶苈、葱白，加象贝母 5克、枇杷叶10克、竹茹5克，蜂蜜为引。此方服二剂痊 愈。

2.张××,男，1岁半，1964年5月3日初诊。4月24 日发烧、咳嗽气急，体温39～40℃,住某医院确诊为腺病毒 肺炎，用多种西药治疗未效，病情缠绵，迄今发热未退，咳 嗽尚甚，咳声不畅，不思食，不愿饮水，大便溏，小便黄，

脉沉滑，舌质淡，苔白黄腻带秽。因湿热郁闭，肺气不宣， 治宜宣肺卫，化痰湿。处方：连皮茯苓10克、法半夏10克、 杏仁7.5克、苡仁20克、冬瓜仁20克、白蔻(打)4克、芦根 15克、桑皮7.5克、麦芽(炒)7.5克、竹茹5克、象贝5 克、枇杷叶(炙)10克，慢火煎30分钟，取30毫升，每次服 二匙。服上药二剂后周身汗出，体温平，烦躁除，精神好， 唯咳嗽较频，大便挟有少量粘物，脉沉滑微数，舌正红，秽 腻苔已退，郁闭已开，湿痰未净，宗前法加减，处方：连皮 茯苓10克、法半夏5克、桔红5克、杏仁7.5克、苡仁20克、 冬瓜仁10克、象贝5克、桑皮7.5克、竹茹5克、麦芽7.5克、 芦根15克、枇杷叶(炙)10克，两剂而愈。

3.李××,男，5月，因发热咳喘十一天转入某院，肺

部叩诊浊音，听诊有水泡音，X线发现大片实化。血化验： 白细胞总数24,200/立方毫米，中性68%,淋巴32%。咽培 养：有大肠杆菌，咽拭子分离为Ⅲ型腺病毒。诊断腺病毒肺 炎并发心力衰竭。高热不退，无汗，四肢不温，咳嗽喘促， 音哑，痰阻不利，口唇发绀，舌红无苔，脉滑微数。仍属风 痰闭塞，肺气郁痹，急宜疏风开肺宣痹。处方：僵蚕5克、 前胡4克、牛蒡子5克、桔梗4克、杏仁5克、射干4克、 甘草2.5克、竹叶5克、苇根15克、葱白二寸，水煎服，二 剂而未获汗，唯四肢转温，表气仍闭，余证不减，改用射干 麻黄汤加开肺宣痹、和胃涤痰。处方：射干2.5克、麻黄3克、 细辛2.5克、紫菀4克、五味子10粒、半夏5克、茯苓5克、 桔红5克、炙甘草2.5克、苏子3.5克(炒)、生姜2片、大 枣2枚(劈),水煎再服：剂后，全身汗出，肺胃和调，诸 证渐除，病遂告愈。

4.李××,女，47岁，已婚，1963年8月20日初诊。平 时易感冒咳嗽，扁桃体常大，近三周又因感冒而咽喉发痒， 干咳无痰，头晕，昨日起微有黄粘痰，曾服三剂中药止咳清 热，病如故，诊脉浮滑，舌无苔，属外感凉燥挟伏暑，因早 服辛涩之剂，病未减，治宜辛开。处方：苏叶7.5克、杏仁 7.5克、桔梗5克、桔红7.5克、紫菀7.5克、射干5克、法 半夏10克、细辛2.5克、甘草2.5克、生姜三片，服二剂后咳 嗽尚剧，无痰，脉浮数、舌正红，苔薄白腻，改用辛凉淡渗 法，凉燥伏暑并治。处方：麻黄5克、杏仁10克、生石膏15 克、甘草2.5克、僵蚕10克、前胡7.5克，炒苏子7.5克、桑皮 10克、桔梗5克、莱菔子7.5克、香薷4克、葱白三寸，服二 剂后咳嗽基本消失，无痰，饮食、二便正常，脉沉滑、苔白 腻，处方：连皮茯苓15克、桑皮10克、杏仁10克、桔红7.5

克、白前7.5克、炒苏子10克、厚朴10克、苡仁25克、炙杷 叶15克、茵陈10克，服二剂后，诸证消失而愈。

(二)岳美中医案

1.高××,男性，58岁。患气管炎，咳嗽夜甚，喉痒， 胸闷，多痰，日久不愈。为疏一方，荆芥6克、前胡9克、 白前6克、杏仁9克、贝母9克、化桔红6克、连翘9克、 百部草9克，紫菀9克、桔梗6克、甘草3克、芦根24克。 嘱服4剂，复诊大见减轻，夜间已不咳，剩有微咳，仍多 痰，加海浮石9克祛痰，紫苏子9克定喘，服4剂，追访已 愈。

2.刘××,男性。患感冒咳嗽，感冒愈后，咳仍不止， 且咳痰不爽，喉一痒，咳即作，早起尤甚，力咳而痰始稍 去，总有痰涎粘着于喉间的感觉，胸部苦闷，鼻塞不通，脉 数舌红。为疏：沙参9克、马兜铃6克、山药9克、牛蒡子 6克、桔梗6克、枳壳6克、化桔红4.5克、杏仁9克、贝母 9克、白薇6克、甘草3克，服3剂，咳即爽，胸亦畅。再 服三剂，咳嗽基本痊愈。

3.彭××,15岁，女性，生后7个月因感冒而遗留咳喘 宿疾，每当气候变化，即诱发咳喘，且缠绵难愈，发育不良。 及学龄后，一遇劳累，亦每致病发。其父知医，常以小青龙 汤、二陈汤等治之，10余年屡发屡治，屡治屡发。1970年 夏，我在她感冒或劳累发作咳喘时，暂投以降气疏肺之剂， 愈后嘱其常服河车大造丸，=年后，体格见壮，到1971年夏 季，发育迅速，随之宿疾亦即蠲除。又观察1年，只在一次 流感时偶发咳嗽，并未带喘。河车大造丸方：紫河车(即胎 盘)1具，川牛膝、淡苁蓉、天门冬、川黄柏(盐水炒)、

五味子、锁阳、全当归各21克、大熟地60克、大生地、枸杞 子各45克、杜仲30克。共为细末，蜜丸9克重，每服1丸， 1日2次，白开水送下。

(《岳美中医案集》人民卫生出版社)

(三)赵锡武医案

1.李××,1岁半。患儿咳嗽，痰盛，发烧一周，体温 39℃,呼吸60次/分，精神差，无汗，薄白苔，脉浮数，两肺 听诊广泛水泡音，心率160次/分。胸透右下野炎性变化。此 为风温犯肺，治以清热解毒，辛凉透表。方用麻杏石甘汤加 味，麻黄3克、杏仁9克、甘草6克、生石膏12克、银花6 克、连翘9克、桔梗6克、芥穗12克、鲜芦根30克。第2天 体温36.7℃,精神好转，咳喘减轻，痰减少，食欲不振，舌 苔黄白垢腻，表邪已解，余热未尽。前方去芥穗，加枳壳12 克，第3～4天体温正常，咳喘继减，食欲渐增，舌净，脉 缓，宜辛凉轻剂，桑菊饮加减，第6天痊愈。

2.王××,男，7个月，1960年1月8日入院。息儿发 烧，咳嗽4天，面赤，烦躁，嗜睡，唇青，舌根部有少许白 苔，脉浮数，心率132次/分。胸透右肺内有片状阴影。此为 表里皆热，宜清热解毒，辛凉透表，麻杏石甘汤加味：麻黄 3克、杏仁9克、生石膏15克、甘草6克、丹皮6克、竹茹 12克、鲜芦根30克、花粉9克、黄连3克，水煎服。第2天 仍身热，咳嗽，嗜睡好转，大便干，舌赤苔黄，脉浮数，前 方去花粉、黄连，加瓜萎仁9克、紫雪丹1.2克冲服。3~4 天后精神好转，大便已解，仍气促有痰，舌红无苔，脉稍弦 数，前方去紫雪丹、瓜萎仁，加浙贝6克、桔红6克，5~ 6天身热退，稍有喘，气粗有痰，苔薄白，脉缓。证属表邪

未解，余热未清，宜清热豁痰，方用鲜芦根30克、桃杏仁各 9克、冬瓜仁9克、苡仁9克、甘草6克、桔梗9克、枇杷 叶6克、川贝6克、桔红6克。7天后舌净脉缓，精神转佳， 唯稍有微咳，拟桑菊饮加减二剂，调治而愈。

(《赵锡武医疗经验》人民卫生出版社)

(四)关幼波医案

1.巩××,男，6岁，初诊日期：1975年8月21日。发 烧、咳嗽六天，咽痛，体温现38～41℃之间，肌注青霉素， 口服四环素及退热片后可暂时退烧，过3～4小时体温又升 高，后又经服中药治疗(银花、连翘、蒲公英、板蓝根、锦 灯笼、麦冬、杏仁、川贝母面等),共四剂，并用紫雪散6 克，每次随汤药服1.5克，烧仍未退，咳嗽不止，遂于8月21 日前来门诊。现症：咳嗽吐少量白粘痰，食欲不振，大便 干燥，两天未解，小便正常，咽不痛，体温39℃,左扁桃体 微红肿，肺部可闻干性及细小湿性罗音， X线胸透有小片状 阴影，血常规白细胞3,100/立方毫米，嗜中性粒细胞46%, 淋巴细胞54%。此系肺胃蕴热，兼感时邪，肺气不宣。治以 清热宣肺活血化痰，养阴导滞。草河车12克，熟军12克，桑 叶、桑皮各10克，生石膏24克，杏仁10克，炒知柏各10克， 全瓜萎15克，玄参12克，生地12克，银花12克，赤芍12克， 丹皮10克，天花粉10克，麻黄1.5克，麦冬12克，生甘草6 克。服二剂，热已退，咳嗽减轻，食欲好转，大便日解3次， 小便正常，精神转佳，脉象沉滑，舌苔正常。8月23日，上 方去熟军加前胡3克，继服二剂而愈。

2.张××,女，32岁，1975年7月30日初诊。咳嗽吐痰 五个多月，症见咳嗽频繁，咯痰发粘、色灰暗，咽痒不适，

手足心发热，口干思饮，睡眠欠佳，纳差，月经正常，二便 正常，舌苔薄白，脉象沉弦滑。系阴虚肺热，风寒束肺，经 久失宣。治以养阴清热，活血化瘀，宣通肺络。草河车12 克、杏仁10克，桑皮10克、桑叶10克、生石膏24克、瓜蒌15 克、炒知柏各10克、生甘草10克、玄参12克、生地12克、苦 桔梗10克、赤芍12克、麻黄1.5克、麦冬12克、竹茹10克，服 上方七剂后，咳嗽减轻大半，纳食不香，手足心热，二便 调，脉沉弦，苔薄白，上方加藿香10克、炒栀子10克，继服 七剂，咳嗽痊愈。

(《关幼波临床经验选》人民卫生出版社)

**(五)陈世安医案**

张××,女，3岁，1976年初诊。主证：发热重，体温 39.2℃,恶寒轻，微有汗出，咳嗽气促，鼻翼扇动，呕吐， 便干，尿黄。舌苔薄黄，舌质深红，脉弦数。此为风热咳 嗽，湿滞内停。解表宣肺，导滞清热：茅根10克、杏仁6 克、杷叶3克、薄荷3克，水煎服。珠黄散两瓶，每次服半 瓶。经追访，上方服两剂而痊愈。如咳喘重，加杷叶、川贝； 表寒重，加荆芥穗；肺热盛，加羚羊粉1克；里热盛，加珠 黄散；呕吐者，加竹茹；挟食者，加焦三仙；咽喉肿痛，加 麦冬、生地；毒热盛，加化毒散。

《北京市老中医经验选编》

(六)张荣显医案

周×,男性，9岁，1966年1月28日初诊。两周来咳嗽 痰多，身热无汗，呕吐气促，胸闷不适，两觀发赤，烦睡不 安，眼胞稍浮肿，舌质淡红，舌苔薄白，脉滑略数。证系内

热外感咳嗽，治宜宣解肺热，化痰止咳，用鹭鸶丸方加减： 麻黄3克、杏仁6克、生石膏10克、青黛3克(包煎)、代 赭石6克、栀子6克、蛤粉3克、五味子2克、甘草6克， 上方服3剂后热退，咳嗽减轻，痰已减少、呕吐已除，烦减 睡安，气促胸闷已有好转，饮食转佳，两颧仍赤，舌脉同 前，再拟前方加减又进6剂而愈。

(《临床验集》科技文献出版社)

(七)程门雪医案

卜某，女，20岁，1958年7月21日初诊。风寒外袭，痰 饮恋肺，气喘咯痰不爽，喉中有声，脉弦苔薄，拟射干麻黄 汤、小青龙汤出入，温表散寒，宣肺化饮。炙麻黄2.4克、桂 枝1.5克、细辛1.5克、干姜0.9克、五味子0.9克、制半夏6 克、制厚朴2.4克、射干2.4克、炙紫菀6克、炙款冬6克、 煅鹅管石3克，七剂。二诊气喘已减，喉中痰声未清，前方 出入，炙麻黄2.4克、桂枝1.5克、细辛1.5克、射干3克、制 厚朴2.4克、炙紫菀9克、炙款冬9克、杏仁9克、炙苏子 4.5克(包煎)、煅鹅管石4.5克、五味子0.9克，七剂。三诊 气喘渐平，鼻塞流清涕，咳嗽。再从原方增减：炙麻黄2.4 克、射干3克、细辛0.9克、辛夷1.5克、炙紫苑9克、炙款 冬9克、炙百部6克、杏仁9克、炙白苏子4.5克(包煎)

煅鹅管石4.5克，六剂。

(《上海市老中医经验选编》)

(八)钱伯文医案

鲍某，男，4岁，初诊1976年11月18日。咳嗽3月有余， 痰液粘腻，咳甚则胸痛，伴有低热，经中西药治疗未见明显

减轻，胸部X线摄片示：右前纵膈渗出性胸膜炎。苔薄微腻， 脉细带数。治拟清肺化痰。蒲公英12克、鱼腥草24克、瓜蒌 皮12克、茯苓6克、桔梗4.5克、生甘草4.5克、石苇12克、 陈皮6克、生熟米仁(各)12克、前胡6克、桑叶9克、佛 耳草12克，七剂。12月2日，服上药咳嗽胸痛明显减轻。低 热渐退，宗上意原方再服十四剂。12月9日咳嗽减而未止， 仍治以清肺化痰止咳。蒲公英24克、鱼腥草24克、地骨皮12 克、瓜蒌皮12克，桔梗4.5克、生甘草4.5克、石苇12克、生 米仁24克、佛耳草12克、前胡6克，十四剂。12月16日，咳 嗽及下午升火现象均已消失， X线胸透提示：炎性渗出物已 消散吸收，胸膜稍有增厚，为巩固疗效，续服原方加桑克， 十四剂。四个月后随访，患儿面色红润，体重增加，咳嗽未 作。

(《上海老中医经验选编》)

(九)邢锡波医案

于×x, 女，14个月，高热咳喘5天，诊断肺炎，用抗 菌素治疗，3日后体温正常， 一般情况良好。 一周后又高 热，咳嗽喘促，唇红微紫，指纹达风关，色紫。系风温犯 肺，外感寒邪，郁久化热。治以清热宣肺，止嗽平喘。鲜芦 根、鲜茅根、生石膏各15克，银花、连翘、重楼、地龙各12 克，黄芩9克，薄荷、桔梗、麻黄、甘草各6克，羚羊粉1.2 克(冲服)。1剂分3次服后，精神好转，咳嗽减轻。原方 加知母9克。服3剂，咳嗽减轻不喘，痰少，指纹色红。处 方：鲜芦根、黄芩、浙贝、杏仁各9克，白前、桔梗、甘草 各6克。又服一周，症状消失，恢复健康。

(《邢锡波医案选》天津科学技术出版社)

(十)李聪甫医案

何××,女，半岁。发热咳嗽，口干欲饮，某医认为暑 温证而用桑叶、黄芩、炒栀、瓜蒌皮、鲜芦根等味。服后喉 中痰鸣，呼吸促迫、烦躁不安；前医更以石膏、知母相继入 煎。诊视身发热而皮肤无汗，指纹色青而浮露风关。此因伤 风失表，汗泄无从，重以寒凉遏肺，邪无出路，所谓“风寒 客于人也，使人毫毛毕直，皮肤闭而为热”。经谓“体若燔 炭，汗出而散”。法当辛轻宣解。荆芥穗2克、北防风2 克、蝉蜕衣2克、苦杏仁3克、浙贝母3克、牛蒡子(炒) 2克、炒枳壳2克、信前胡2克、苦桔梗2克、广桔络3 克、莱菔子(炒)2克、薄荷叶1克。 一剂汗出热减，再剂喷 嚏出涕，热退身安。

(《李聪甫医案》湖南科技出版社)

(十一)吴少怀医案

张××,女，60岁，1966年12月6日初诊。久病咳嗽， 痰中带血丝，经常发作。昨感风寒，诱发宿疾，咳嗽多痰， 痰中带血，大便干，眠食尚可。舌苔白腻，脉沉细弦。肺失 清肃，络伤血溢。治以降气，化痰，止血。拟苏子降气汤加 减：炒苏子4.5克、桔红4.5克、川朴4.5克、炒枳壳4.5克、 杏仁泥9克、降香3克、桑白皮6克、炙紫菀4.5克、萎仁 9克、当归6克、贝母9克，水煎服。12月9日二诊，服药 3剂，痰红已止，咳嗽也减，仍全身无力。按上方去降香， 加石斛9克、杷叶9克，水煎服。服药4剂，嗽止，痰消。

(《吴少怀医案选》山东人民出版社)

(十二)王渭川医案

1.徐××,男，60岁，干咳少痰，有时痰中带血或咯 血。情志抑郁，易怒，食欲不振，口干舌燥。午后潮热，两 颧发红，失眠、盗汗，气短促，衰惫不支。脉细数，舌红， 苔黄。肺阴虚损，肝气上逆。治以实脾柔肝，滋肾润肺。处 方：青蒿穗、肥知母、阿胶珠、白芨、生牡蛎、潼蒺藜各9 克，生鳖甲、仙鹤草、旱莲草、女贞子、金樱子各24克，地 骨皮、枸杞、嫩白薇各12克，黄精60克，槟榔、砂仁各3克， 山楂、鸡内金各9克。上方服一剂，咯血及痰中夹血全止， 潮热大减，盗汗止，精神好转。仍有微热微咳，纳差，消化 力弱。仍主原方大意，予薛一瓢滋营养液膏加减：女贞子、 旱莲草各24克，枸杞、生白芍各12克，生熟地、川贝、潼蒺 藜、嫩白薇、鸡内金、白芨、绿萼梅各9克，黄精60克，桔 红、槟榔各3克。连服十剂，诸证皆愈，仅有微咳。再处下 方：吉林参、生白芍、生牡蛎、紫河车、阿胶珠、川贝、鸡 内金各9克，石斛12克，蔻仁1.5克，蛤蚧一对(研末分次冲 服)。 一周服药四剂，连服四周，经医院透视，全肺清晰。 首尾两月全证获治。

2.鲁××,女，40岁。咳嗽多痰，痰白稠厚。胸脘痞 满，纳差，体虚，面微浮肿，腹胀，喜热饮。脉濡弱，舌淡， 苔白。脾虚湿盛，痰液渍肺。治以健运脾阳，化痰祛湿。处 方：党参、山药、茯苓各24克，生黄芪60克，篇蓄、槟榔、 法半夏、百部、炒葶苈各9克，厚朴、苍术、川贝各6克， 蔻仁、陈皮、麻绒、枳实各3克。上方连服四剂后复诊，咯 出稠痰较多，胸脘痞满、腹胀、浮肿俱减轻。原方去山药、 篇蓄、茯苓、蔻仁、陈皮、百部、麻绒、枳实，加鸡血藤18

克、枳壳、广藿香各6克、桔红3克，再服四剂痊愈。

3.宋××,女，42岁。体气素虚，向有肝郁。喘急胸闷， 并发咳嗽。痰稀，头痛，左胁引痛。脉浮弦，舌淡红，苔 薄。此为风寒袭肺，肝气上逆。治以散寒宣肺，镇喘调肝。 处方：麻黄、柴胡、琥珀末各6克，茯苓、炒葶苈子、川贝、 百部、生牡蛎、炒川楝子各9克，海浮石15克，败酱、板蓝 根各24克，生白芍、薤白各12克。上方连服四剂复诊，咳嗽 已缓，胁痛止。仍气短，微喘，心悸。脉细濡，舌质淡红， 苔薄。继续宣肺调肝，处方：潞党参、生黄芪、女贞子、冬 瓜子各24克，炒北五味、山萸肉各12克，鸡血藤18克，银柴 胡、藿香各6克，川贝、炙紫菀、枇杷叶、鸡内金、瓦楞子 各9克。上方连服六剂痊愈。

(《王渭川临床经验选》陕西人民出版社)

(十三)彭履祥医案

周××,男，50岁，阵发剧烈喘咳4月余，于1979年1 月11日初诊。初病诱因不明，先有喉痒旋即发作，咳喘时牵 引胸胁、腰、背疼痛，坐卧不安，伴大汗淋漓，气短欲绝， 头昏眼花。咳则持续不已，常达4～5小时之久，入夜更甚， 必须咳出白稠痰后渐渐缓解，自诉痰味咸且冷。胸透三次， 皆诊为“慢性支气管炎，轻度肺气肿”。用消炎镇咳西药无 效，改服“小青龙、麻杏石甘”等中药治疗4个月，其证不 得缓解。就诊时面部浮肿，面色暗黄如蒙尘垢，舌质淡，苔 淡黄，中部略厚，脉沉缓无力。属肾阳不足，寒邪直中少阴， 寒欲上逆射肺，肺失肃降所致，青龙麻杏，利肺祛饮而不温 肾，故喘咳不减。治以温肾通阳，降逆涤饮之麻黄附子细辛 汤加味：麻黄3克、熟附片12克、北细辛3克、生姜10克、

甘草6克。元月18日二诊，服上方四剂，痰易咯出，余无明 显变化，上方加桂枝10克、法半夏15克、秫米15克、茯苓18 克，又服上方四剂，喘咳减轻，痰转清稀易咯出。改用麻黄 附子甘草汤与桂枝汤去白芍：麻黄3克、熟附片15克、北细 辛3克、桂枝10克、甘草3克、生姜15克、大枣12克，再服 上方四剂，咳喘基本好转，身痛已愈。乃少阴阴寒逐渐消 失，应随证改变治法，以法半夏10克、桂枝10克、桔梗10克、 甘草10克，调理善后。

(十四)冉品珍医案

李××,女，40岁，工人，1977年5月初诊，自诉咳嗽 一月余。已服中西药多剂。中医处以桑菊饮加减，养阴润肺之 药，均未获效，西医用青、链、四、土霉素等药治疗，亦未 止咳。现证咳嗽、吐白色稠痰、痞结胸满，不饥不食，苔白 厚，脉濡。平素最喜食凉粉。此例过食寒凉，伤脾胃之阳， 寒湿郁滞，痞结胸满。治以苦辛淡渗法合宣肺化气法，先以 半苓汤合上焦宣痺汤服二剂。服后咳嗽等证减大半，继以二 陈汤加运脾化痰，兼宣达肺气，服数剂而愈。半苓汤合上焦 宣痺汤为：半夏15克、茯苓15克、黄连6克、厚朴12克、通 草3克、淡豆豉10克、郁金10克、射干6克、枇杷叶12克。

(十五)郭澄园医案

谢××,女，40岁。慢性咳嗽7个月，屡治不愈。咳痰 清稀呈泡沫状，痰多，伴胸闷不舒，纳少，二便自调。无结 核病史。体温正常，面色少华，心肝正常，舌质淡，苔白 腻，肺濡细。诊为痰湿咳嗽，投枳桔二陈汤：枳壳10克、桔 梗10克、陈皮7.5克、法半夏10克、茯苓15克、甘草5克、细

辛3.5克、蜜麻黄5克，二剂咳嗽减半，痰量减少，腻苔亦 减。再投二剂，诸证基本消除而愈。

(十六)张汝伟医案

1。余××,女，80岁。咳呛无痰，音哑无声，咽中梗痛。 脉象濡滑，舌苔薄灰质绛，乃湿痰化热，肺阴内损，肺气不 宣所致。但年事已高，当顾其虚。处方：南沙参、天花粉各 15克，前胡、桔梗各5克，金果榄7.5克，茯苓、车前子、碧玉 散(包煎)各15克，鲜荷叶一角，此方服二剂而愈。

2.朱××,女，17岁。干咳无痰，气急颧红，咽中梗痛。 脉左细弦，右滑数，苔薄质绛。病延月余，肺邪不解，反为 肝乘，阴液将损，重表非宜，当以宣肺清肝法治之。处方： 桔梗、前胡各5克，桑叶、炙桑皮、炙紫菀、姜竹茹各7.5克， 苏子、苦杏仁、象贝各15克，枇杷叶2张。服2剂后，诸恙均减。

照前方去桔梗、前胡，加南沙参、生蛤壳各20克，服之而愈。 (《临床心得选集》第一辑，上海科学技术出版社)

(十七)汤一新医案

张××,男，7岁，学生。咳嗽月余不止。有肺门淋巴 结结核病史，半年来服抗结核药未间断，此次咳嗽由感冒引 起，经治疗后感冒症状消失，而咳嗽迁延不愈，曾服中西药 无效。近日咳嗽上气，夜间尤剧，咽喉不利，咯痰量多而不 爽，食纳减少，大便夹有未消化食物，形体消瘦，神疲乏力， 舌质淡，苔薄腻，脉濡缓。处方：泡参15克、茯苓12克、白 术12克、麦冬12克、陈皮6克、半夏9克、瓜蒌皮12克、桑 皮9克，水煎服， 一剂症减，二剂咳嗽全止。

(《中医杂志》1982年12期)

(十八)翟润民医案

张××,男，7岁，1978年12月7日就诊，阵发性咳嗽 二周，近3、4日来阵咳加剧，发作时弯腰屈背，泪涕交流， 头颈部静脉怒张，面潮红，眼脸浮肿，鼻流血，痰中带血丝， 白睛溢血，咳毕有鸡鸣声，舌红，苔薄黄，脉滑数，以化痰 解痉止咳汤：甘草12克、蜈蚣1条(研末冲)、钩藤12克(后 煎)、僵蚕10克、蝉衣6克、地龙10克、黄芩8克、茅根20 克，水煎服，2剂后咳减，出血停止，舌苔退，脉滑缓，上 方去黄芩、茅根，4剂而愈。

(《河南中医》1982年5期)

(十九)张赞臣医案

毛××,女，42岁。1964年3月初感冒发热，继则咳呛， 痰粘咳出不爽，诊治后曾一度减轻，而精神疲乏，时有腹胀， 不易入眠而多梦。5月2日初诊，因感冒后咽痒，咳嗽不 已，痰稠而粘，胸闷气滞，面色苍白无华。腑气失调，大便 燥结，二三日一行，脉滑，舌滑腻。正气不足、邪恋于肺所 致。先予宣肺化痰之法。处方：光杏仁15克、象贝母15克、 白桔梗5克、款冬花15克、马兜铃10克、桔白络各5克、水 炙紫苑5克、水炙远志5克、瓜蒌皮15克，三剂。5月6日， 喉痒咳嗽减轻，痰粘胸闷犹在，呼吸不畅，大便日行一次。 腑气虽通而肺气未宣。再予前意加减治之。前方去马兜铃、 桔白，加蜜炙麻黄4克，三剂。5月9日，咳嗽气逆均愈， 惟体质素弱，面色咣白，头昏神疲，夜寐梦扰不宁。脉细 滑，苔腻已化，根部未净。邪去而正未复。治以养心悦脾扶 正为法。处方：太子参10克、炒白芍10克、炒当归7.5克、制

黄精15克、熟女贞15克、土炒白术10克、生熟苡仁各15克、 茯苓15克、水炙远志5克，五剂。5月16日，又感风寒，头 昏，胸闷，呼吸不畅，咽痒咳嗽无痰，精神疲乏，脉细滑； 苔薄腻，舌边有齿痕。此乃正气未充，复感新邪，法当先与 疏邪宣肺化痰。处方：密炙麻黄5克、牛蒡子7.5克、嫩前胡 7.5克、光杏仁15克、象贝母15克、白桔梗5克、福桔络5 克、款冬花15克、炙紫苑5克，三剂。5月20日，进宣肺化 痰之剂，呼吸已畅，头晕神疲亦差，尚有微咳胸闷。纳差， 食后胀，脉滑，苔薄。治以清肃余邪，宣肺和胃的处方：蜜 炙麻黄4克、熟牛蒡7.5克、光杏仁15克、白桔梗5克、款 冬花15克、炙紫菀5克、麸炒枳壳7.5克、土炒白术10克、采 云曲15克(包),四剂而愈。

(《临床心得选集》第二辑，上海科学技术出版社)

**五、针灸治疗**

( 一 )针前准备

1.选针：选针应以针柄无松动，针身没弯、无折痕、光 滑、针尖无钩者为好。

2.选体位：头面、胸腹部位的输穴，以及四肢的部分输 穴应取仰卧位；身体侧面的输穴应取侧卧位；头项、背、腰、臀 部的输穴应取俯卧位；头面四肢的部分输穴可取坐位。

(二)异常情况的处理及预防

1.晕针：精神紧张、体质虚弱、饥饿、疲劳、体位不适 或针刺时手法过重时容易发生晕针。晕针时表现面色苍白， 出冷汗，心难受，头晕，恶心，心慌，脉细弱等。这时，应 停止针刺把针取出来，让患者平卧，头稍低，注意保暖，轻

者饮开水或糖水后即可恢复正常；重者可掐或刺人中穴。为 了预防晕针，对精神紧张和第一次针灸的人应作适当解释以 消除顾虑，并选择正确的体位，取穴也不要太多，手法不可 太重。饥饿、疲劳者不要进行针刺治疗。

2.滞针：针刺入皮肤后，常因突然变换体位而使局部肌 肉强烈收缩，或向一个方向捻转，造成肌肉纤维缠绕针身， 使针下紧涩捻转不动。出现滞针时要告诉病人不要紧张，使 局部肌肉放松；因向一个方向捻转造成的，则须向反向捻 转。也可以按揉局部，或在附近部位再扎一针，以转移病人 的注意力，随之将针取出。

3.弯针：多因医者进针手法不熟练，用力过猛，或留针 中因体位不适或某种意外刺激而改变体位造成。如只是轻度 弯曲，不要再提插捻转，应慢慢将针退出。弯针角度大时， 应顺着弯曲方向将针退出。改变体位造成的要恢复原来体 位，待肌肉放松再退针，切忌强行拔针。

4.断针：由于针的质量不好，和针刺过程中肌肉强烈收 缩，使针身折断，留在体内。此时病人不要紧张，不要乱 动，以防断端向肌肉深层移动，要是还可以看到，可用镊子 取出。如针身完全陷入肌肉，应去医院行外科手术取出。为 了预防断针，除不使用不符合要求的针具外，还应在针刺时 注意不将针身全部刺入，而留1/3在体外。

(三)针刺注意事项

1.饥饿、疲劳及精神高度紧张者，不要针刺。体质虚弱 者，刺激不要过强，并尽可能采取卧位。

2.怀孕时最好不作针刺治疗。

3.患自发性出血或损伤后出血不止的病人，不宜针刺。

皮肤有瘢痕、溃疡、感染的部位不要针刺。

4.胸、背、头部穴位不要刺的过深。眼区穴位不可大幅 度捻转。

(四)灸法

灸法，是利用某些材料的燃烧，使身体一定部位受到温 热刺激，来治疗疾病的一种方法。灸法在中国有着悠久的历 史，开始主要是用艾灸，晋唐以后逐渐加药物配合。

1.艾炷灸：将艾绒捏成圆椎状，如枣核大小。(1)无 瘢痕灸：受灸的部位涂少量凡士林，以增加粘附作用，艾绒 放上点燃，当艾炷燃烧到剩2/5左右，病人感到灼痛时，即 更换艾炷再灸。每一炷为一壮，一般灸3～5壮，以局部充血 起红晕为宜。灸后不化脓，也不留瘢痕，患者容易接受。 (2)隔姜灸：用鲜生姜切成约一厘米厚的薄片，中间以针 刺数孔，置于受灸部位，上面再放艾炷灸之。当患者感到灼 痛时，再换新艾炷，以局部皮肤红润为度。

2.艾条灸：艾条可自已做，也可到药店买。自己做时可 取艾绒24克，加入6克药面(肉桂、干姜、丁香、木香、独 活、细辛、白芷、雄黄、苍术、没药、乳香、川椒各等分， 研细末)。用纸卷成直径1.5厘米的圆柱体。(1)温和灸： 将艾条一端点燃，对准施灸部位，距皮肤0.5~1寸左右进行 熏灼，使病人局部有温热感而无灼痛， 一般每处灸3~5分 钟，至皮肤稍起红晕为度。(2)雀啄灸：是手艾条象鸟啄 食一样，一上一下地移动。另外，也可均匀地向左右方向移 动或反复旋转施灸。

3.温针灸：是针刺与艾灸结合的一种方法，适用于既要 留针又需施灸的病人。操作方法是待针刺得气后，将毫针留

在适当深度，在针柄上穿置 一 段长约1～2厘米的艾条施灸， 使热通过针身传入体内，达到治疗目的。

4 . 灸法禁忌：凡实症、热症及阴虚发热者， 一般不用灸 法；孕妇的腹部和腰骶部不宜施灸。

( 五 ) 咳 嗽 常 用 穴 位

1.肺 俞 ：

取穴：伏卧，在第三、四胸椎棘突间(摸取两侧肩胛 背，在其内侧作一连线与背中线相交处为第三胸椎棘突), 两旁1.5寸处(见图1)。

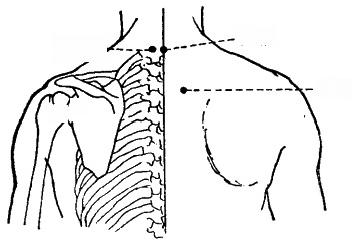
手法：①直刺，针尖微斜向脊柱，深0 . 5寸。可感到局 部酸胀，有时向胁间放散。②横刺，自上向下沿肌层透刺， 进针1～2寸。可感到局部酸胀。

灸量：温灸5～15分钟。

注意：不宜直刺过深或向外斜刺，横刺透穴时，不要向 上向下斜刺，以免刺伤肺脏。

2.定 喘 ：

取穴：正坐伏案，在第七颈椎下(大椎穴),椎骨体两 侧边缘处，棘突旁0 . 5～1寸。点压酸胀明显(见图1)



大椎

**定喘-**

肺俞



图1 肺俞等穴示意图

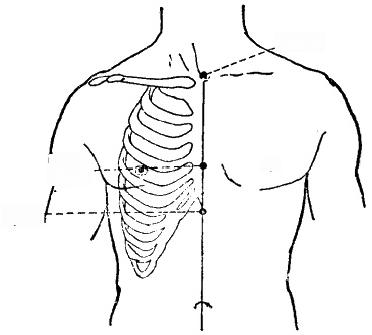
手法：直刺，稍偏向内侧，深0.5寸。可感到局部酸胀， 或可扩散至胸背部。

灸量：温灸5～15分钟。

注意：同肺俞。

3.天突：

取穴：仰靠在椅背或仰卧，在胸骨切迹上缘正中上0.5 寸凹陷处(见图2)。

一天突

雕中

画

鸠尾

图2 天突等穴示意图

手法：直刺0.2～0.3寸；向下横刺沿胸骨柄后缘，气管 前缘进入，进针1～2寸。

灸量：5～15分钟。

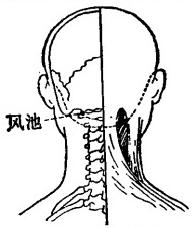
注意：直刺不宜过深以免损伤气管；也不宜向左右刺， 特别是肺气肿病人，以防刺伤肺尖及锁骨下动脉；沿胸骨柄 后缘针刺过深，可刺中主动脉或无名动脉。如针尖碰到动 脉，可有波动感，病人有胸闷、疼痛。施灸时，最好采用卧 位，以免烟薰引起咳嗽。

4.膻中：

取穴：在两乳头连线中点处。女子可在第五胸肋关节之 间，胸正中线上取穴(见图2)。

手法：横刺，针尖向上或向乳房两侧，进针0.5～1.5寸。 可感到局部酸胀或扩散至全胸。

灸量：温灸5～15分钟。 5.风池：

取穴：在枕骨粗隆直下凹陷处与乳突之间，在斜方肌和 胸锁乳突肌之间取穴(见图3)。

手法：向对侧眼窝内下缘方向， 略斜向下刺入，深1寸。可感到局部麻 胀并向头顶前额或眼眶扩散。

灸量：温灸3～5分钟。

注意：勿向对侧眼窝外上方针刺 过深，以防刺入颅腔或脊髓腔。

6.丰隆：

图3 风池穴示意图 取穴：外踝上8寸，外膝眼、解

溪连线的中点，条口后方约一横指(见图4)。

手法：直刺0.5～1.2寸。可感到麻木感向上下放散。 灸量：温灸5～10分钟。

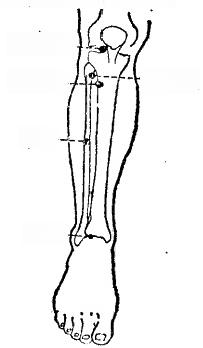
7.足三里：

取穴：在外膝眼下3寸，距胫骨前缘外侧一横指，屈膝 式或平卧取之(见图4)。

手法：直刺0.5～1.5寸。感到麻木感向足背放散，有时 可向上扩散至膝。

灸量：温灸10～30分钟。 8.阳陵泉：

**取穴：正坐垂足或卧位，在腓骨小头前下缘，腓骨长肌**



前缘处(见图4)。

外膝眼-

足三里

丰隆-

解溪-t

**·阳陵泉**

手法：①直刺：向胫骨后缘斜下 刺入1~2寸，可感到酸胀感向下扩散。 ②斜刺：向后下方，进针1～2寸。可 感到有麻电感，向足背部放散。

灸量：温灸5～15分钟。

9. 合 谷 ：

取穴：伸臂、俯掌，拇、食二指 并拢，在肌肉最高处(见图5)。

手法：①直刺：深0.3～0.5寸。 可感到局部酸胀。②斜刺：向上沿掌 骨骨膜刺入，进针1~1.5寸。可感到

图4 丰隆等穴示意图

图5 合谷穴示意图



图6 列缺穴示意图

酸麻胀感向上扩散 ， 有时可至肩 、 肘 。 灸量：温灸5～10分钟。

10。列缺：

取穴：立拳，桡骨茎突近侧端，在拇长肌腱与肱桡肌腱 之间；即左右两手虎口交叉时，当一手之食指押在另一手腕 后桡骨茎突上，食指尖所指处小凹窝处(见图6)。

手法：斜刺向肘关节方向，进针0.5~1寸，可感到局部 酸胀，并向肘关节扩散。

11. 尺泽：

取穴：仰掌，在肘窝肘横纹上，肱二头肌腱外侧处(见 图 7 ) 。

尺泽

图7 尺泽穴示意图

手法：直刺0.5～1寸。可感到局部 酸胀，或有麻电感经前臂放散。

灸量：温灸5～10分钟。

12.咳嗽

取穴：用绳按两乳头水平线环绕胸 部一周，当绳在背部与脊椎交叉点即是

本穴，绳前后平高。

灸量：俯卧，灸5～10壮。

(六)针刺治疗穴位配方

1.风寒咳嗽：发热，头痛，无汗，咳嗽喉痒，痰稀薄色 白，舌苔薄白，脉浮紧。

取穴：风池，合谷，列缺，肺俞(灸)。

2.风热咳嗽：发热，头痛，咽干，吐黄痰，舌苔薄黄， 脉浮数。

取穴：肺俞，列缺，合谷，风池，丰隆。

3.痰湿咳嗽：咳痰粘稠，胸脘痞闷，饭量减少，食欲不 振，舌苔白腻，脉象濡滑。

取穴：肺俞，丰隆，足三里。

4.肝火咳嗽：咳嗽胸肋引痛，气逆作咳，痰少而稠，面 赤咽干，苔黄少津，脉弦数。

取穴：肺俞，尺泽，阳陵泉。

5 . 其它各型咳喘：以咳嗽为主症者，取肺俞、尺泽、咳 嗽；以喘为主，取天突、膻中、定喘、足三里、丰隆。

( 七 ) 耳 针 疗 法

刺激耳部穴位达到治病目的 一 种方法，叫耳针疗法。

1.选穴方法：用针柄、火柴梗点压耳穴部位，痛点就是 病变的反应点，也就是治疗部位。

2.操作方法：找准穴位后，用针柄用力按压，局部消毒 (75%酒精),左手固定耳壳，右手以半寸之毫针，垂直刺 入软骨，以不刺穿对侧皮肤为度。留针15分钟。也可用特制 的揿钉样皮内针，刺入耳穴后，上贴胶布固定，留针2~3 天，病人还可自己加强刺激。起针时用干棉球压针孔，以免 出血 。

3.适应症：对各种咳嗽均可，尤以咳嗽合并喘的病人为

宜。由于耳针受体位变动影响 不大，所以应用起来较体针方 便，某些体针疗效较差的病人， 耳针往往有效。

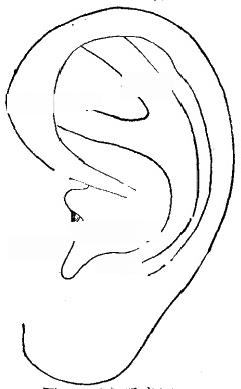
神门

(交感。喘 点

4.取穴：主穴：平喘、肺、肾 上腺。配穴：神门、交感(见图8)。

(八)穴位注射

肺 ·平喘 气管

肾上腺

穴位注射是用小剂量药物 注射到人体穴位里，以治疗疾 病的一种方法，具有针刺和药 物的双重作用，优点是用药量 少，副作用小，疗效好。

图8

耳穴示意图

1.药物：用于穴位注射的药物很多，一般用于肌肉注射 的药物都可选用。如鱼腥草注射液，复方当归注射液等。

2.穴位：膻中，天突，肺俞，足三里，定喘。

3.方法：根据注射部位的具体情况和药量的不同，选择 合适的注射器和针头，常规消毒局部皮肤后，将抽好药物的 针从穴位处刺入，注意要缓慢进入，出现酸、麻、胀感之后， 若回抽无血，方可注入药物。注完后迅速拔针。每次选1～3 个穴，每穴注入0.5～2毫升药液，每周2～3次。10次为一个 疗程，两个疗程之间可停止1周。

**六、外治法**

(一)穴位贴敷

穴位贴敷是中医外治法之一，对慢性咳嗽有一定疗效。

1.取毛莨茎叶或茅膏菜块根少量，洗净捣烂，搓成小 粒，贴于穴位上，如大椎、定喘、天突等穴，外用胶布固 定，敷数小时皮肤发泡后取下。凡贴敷所致水泡，均用消毒 针刺破，流出黄水，然后用消毒纱布包好，以防感染。

2. 山栀子、桃仁各6克，苦杏仁、白胡椒、糯米各7 粒，蛋清适量。药物研成细末后，与蛋清调成软膏，用纱布 将软膏贴于背部第三、四胸椎，宽度达两侧肺俞穴，每日换 药1次，6日为一个疗程。

3.炙白芥子20克、元胡10克、细辛10克、甘遂12克，共 研细末，分3次用。每次用生姜捣汁，调药末成糊状，摊于 1寸方圆的油纸上，应以手掌摩擦穴位(大椎、定喘、肺俞 等),使皮肤发红后再贴敷，每次贴4～6小时。如皮肤感到 灼痛剧烈，可贴2～3小时就取下。每次间隔10天，每年贴3 次，夏季三伏天贴，连续贴3年，可治慢性气管炎。

4.白芥子15克、冰片6克，桃仁15克、半夏15克、阿托 品10毫克。以上为一人量，分10次用。上药共研细末，以少 量姜汁加水调成糊状，贴敷天突、膻中、肺俞穴，外用胶布 固定，24小时调换一次，连贴7次为一个疗程，可用2～3个 疗程，每疗程间隔7天。

5.生南星、白芥子、姜汁调敷足心涌泉穴处。

6.桃仁、杏仁、柏子仁各10克，胡椒2粒，捣烂调鸡蛋 清敷涌泉穴。

7.紫苏子、白芥子、萝卜子炒熨肺俞、定喘、天突等 穴。

(二)熏法

1.如神散(《古今医鉴》)用治久嗽不愈。方为：雄 黄、佛耳草、鹅管石、款冬花、甘草、寒水石、煅白附子、 枯矾、孩儿茶各等分。共为细末，用纸卷上烧烟，令病人吸 之 。

2.款冬花不拘多少于室中如香焚之，患者吸其烟。

(三)拔罐疗法

拔罐法是利用燃烧排除罐内空气，造成的负压，使罐体 吸在人体穴位上，产生刺激，造成局部充血现象的一种疗 法。

1.选穴：肺俞穴。

2.方法：将酒精棉球点燃后，投入罐内，然后速将其罩 在肺俞穴上；或用镊子挟住燃烧的酒精棉球，在火罐中绕一 圈后迅速退出，然后将罐罩在穴位上。也可在局部用三棱针 或梅花针点刺(刺前用酒精消毒皮肤),微量出血为宜，范

围要小于罐口，然后再用上法拔罐。单纯拔罐可以隔天一次， 刺破皮肤的拔罐一般应间隔 →周，然后再重复治疗。

3.注意：病人应取舒适体位、年老体弱者拔罐时间宜适 当缩短。如有烧伤，涂以紫药水，再用消毒纱布敷盖，防止 感染。有皮肤病，局部溃疡，出血性疾病以及小儿，均不宜 用此法。

第六章 调养与预防

患慢性咳嗽的病人，可以通过饮食调节，戒除有害习 惯，加强体育锻炼来增强体质，以适应气候与环境的变化， 达到少发病不发病或减轻症状的目的。

**一** **、饮食治疗**

俗语说“病从口入”,虽然不尽如此，但也说明了食物 与疾病间的密切关系。同样，中医说“药补不如食补”,又 说明了饮食治疗的功效有些甚至是药物难以达到的。因此， 饮食是既能“致病”也能“治病”的，关键就在于对饮食安 排是否合理、适当了。何况饮食治疗的味道好，益处多，容 易接受，所以在人民生活水平不断提高的情况下，更易为患 者接受。本章就咳嗽一病的饮食调养及治疗做一简要介绍， 读者可根据情况，自行选择。

(一)咳嗽患者的饮食宜忌

咳嗽患者的饮食宜忌，根据病情的不同大致可分几种情 况 。

1.由外感时邪袭肺，造成咳嗽，平素体质健康者，此类 属中医所说的邪气盛、正气实，病程不长，因此不必担忧对 体质的影响，只要注意使饮食不致助长邪气而延长病程即 可。外感风寒而咳嗽的，应忌食生冷油腻，以免妨碍消化， 助湿生痰；外感风热而咳嗽的，不食辛辣热物如辣椒、酒类 及煎烤烹炸食品；不问寒热，咳嗽痰多的应暂停进食肉类及 含丰富脂肪的食品，俗语说：“鸡生火、肉生痰”,禁止这 些食物可避免病情加重，待病愈后再吃也不晚。

2.体弱久咳，属阴虚而见痰少难出，口干咽燥，咳声嘶 哑、午后潮热、脉象细数等症状者，应禁用烟、酒、椒、姜 等辛辣热物，因为这些物品最易耗津动火，食之可加重病 情。应多吃一些清淡、营养丰富的食品，如豆制品(豆腐、 豆浆等)、牛奶、青菜、鸡蛋等；主食以蒸煮类食品为宜， 如面条、馒头、米饭等，而不要吃烙饼、油条等煎烤食品。 有条件的可适当吃些水果，如橘子、苹果、鸭梨、荸荠等， 以及蜂蜜及水产品如鲍鱼、海参、淡菜等。

3.久咳而有身体肥胖、痰涎涌盛的，要忌食肥肉、大 油、减少饮水量，增加运动量，控制食量而使体重适当削 减，体质有所增强，脾不蓄湿则痰生自少，对治疗有很大帮 助。

4.久咳而体弱畏寒，气短喘息，形体瘦弱者，应忌食生冷 油腻，多吃易消化、营养丰富、热能高的食品，如瘦肉、 鱼、蛋、奶类；腰膝疫软、肢凉畏寒、动则喘甚者，可按以脏 补脏的道理，适当多吃一些猪肾、猪肺等食品，久久可以获 益，效果与单纯用药比有难得之效。

凡咳痰较剧者，不问新久，饮食口味宜清淡，不可过食 咸物，以免延长病期，迁延不愈。

据研究，慢性支气管炎的发病可能与体内缺乏维生素A 有关，病人由于每天排出很多痰液，因此应增加一些含蛋白 质和维生素A 丰富的食物。如各种豆类、鱼类、瘦肉、蛋类 都含有丰富的蛋白质；动物的肝脏和蛋黄含有丰富的维生素 A; 一些绿叶蔬菜含较多的胡萝卜素，而胡萝卜素在体内可 以转化为维生素A 。 病人饮食应清淡些，不要吃太咸、太 甜、酸辣等刺激性食物。

下面介绍一些日常可得的蔬菜、果品等制成的食疗方， 读者可各取所需，如法炮制，按说明服用。

**(二)** 果品蔬菜类

1.梨：以鸭梨为最好，因其味甘平，能润肺化痰止嗽。 适用于外感热病，咳嗽不愈，痰粘干、咽燥欲咳的患者。每 次用鸭梨一个，洗净，切片，加川贝面5克， 一次吃下，不 可削去梨皮，每日1～2次，可连服。若加蜂蜜一匙更好。 有腰疫、腿软、动则上气等肾虚症象者，加黑豆30克煮汤 饮。

2.杏仁：杏仁苦甘平，功能止咳平喘、润肺化痰。初 咳、久咳均可服用，每次5克，加甘草、冰糖各5克，同 煮，饮水后，杏仁嚼咽，日2次。

3.橄榄：即青果，南方多有，性味涩甘平，功能清肺利 咽，化痰止渴。洗净，切纵纹取白矾少量(每10枚青果约用 1.5克白矾)研面分别抹入缝中，细细嚼咽，渣子吐出。每 日约吃10枚，适用于热痰颇盛、咽喉不利者。

4.山楂：又名红果、山里红，有南北之分，均可用。 它既是水果，也入中药，味酸甘，性微温，能健胃消食、活 血散瘀，并有平喘排痰的作用。由于酸主收歙、酸甘化阴，

故山楂不适用于外感初起所致的急性咳嗽，而以慢性咳喘而 兼津少口干、食欲不振、食后胀满不消化者为宜。服法：每 用山楂250克，洗净去核，加干百合50克、冰糖50克，水约 2000毫升，慢火煮烂，3～5日服完，可连服数次。

5.柿：柿子是华北、西北地区的重要果品，味甘涩，有 止渴生津、润肺化痰、涩肠等作用。因柿子能健脾涩肠，故 适用于热咳而脾虚便溏者，常有便秘的人则不宜服用。服 法：每用大柿饼1～2枚，加杏仁霜5克，同吃，每日2 次。

6.核桃：又名胡桃，药用其干燥种仁，也是受欢迎的干 果类食品，营养丰富，性味甘温，能温补肺肾、化痰定喘。对 病久体弱而致久咳虚喘、肾亏腰痛者特别适宜，是很好的强 壮剂。用法：每用核桃仁10克(种仁上附着的外层薄衣不要 剥去),花椒炒黑，加少许精盐研成细面，略有咸味即可， 不可过咸，每10克核桃仁沾花椒盐面约1～2克，早晚各服 1次，杏仁、姜汤送下，久服自效。山核桃也可用。

7.荸荠：南方叫马蹄，性味甘寒，能清热化痰通便，适用于 痰热咳喘，吐痰黄稠者。用法：取荸荠150克，去皮、切片， 加鲜海蜇100克(干者25克)煎汤服，每日1～2次，连 服。

8.白果：又名银杏，为银杏树的果实，性味甘苦涩平， 有化痰定喘歙肺的作用，适用于虚劳咳嗽肺结核患者。有减 轻症状，改善体质的功效。但不可自行加量服用，以免中 毒。用法：将鲜白果连皮泡入油内，花生油、菜油、葵花油 均可，一百天后取出，每于饭前服1粒，日3次，连服1~ 3个月。

9.芝麻：古称胡麻，又名脂麻，是有名的油料作物，能

补虚赢、润五脏、益气力，大润肺燥，适用于燥咳及干咳。 服法：拣净杂质，略炒，每次用两匙，加白糖适量，捣烂，杏 仁汤冲服。

10.绿豆：本品甘凉，能解毒清暑润燥，为暑热季节的 重要保健食品，若配以咸寒化痰的海带(须选薄者，发好、 漂净，略煮或以开水烫去腥气),佐以适量的白糖，加水煮 服，是炎暑季节痰热咳嗽的理想食品，其它季节而症属痰热 咳嗽的也可服用。

11.大葱：性味辛温，功能通阳气、解表邪，常用于感 冒，也用于慢性支气管炎，尤其对因外感风寒而引发的更为 恰当。用法：大葱2根，洗净，取葱白切段，加陈皮15克 (用橘子新剥下的皮也可以，约需2个橘子的皮)、甘草10 克，水约1000毫升，煮数沸后乘热饮之，饮足乃止。

12. 冬瓜：性味甘寒，能利水消肿，润肺止咳，适用于 热咳的患者。用法：冬瓜一块，约1斤，切块，加杏仁10克、 风栗壳(栗子的带刺的外果皮)20克、水约500毫升，炖熟 后，加白糖10克，连汤服用，每日1次。

13.萝卜：古名莱菔，性味甘辛平，功能顺气消食，化 痰开胃。北方地区早有在冬季生吃红心萝卜以开胃、消食、 减少生病的习惯，它适用于痰较多、气逆上壅作咳的患者。 用法：取新鲜萝卜(心里美最好)1个，洗净、切片，沾蜂 蜜吃，每次约吃半斤，可得到化痰润肺、降气止咳的效果。

**(** **三** **)** 菜肴类

1.葱豉豆腐汤：

用料：大葱2根，淡豆豉15克，豆腐2块。

制服法：大葱取葱白部分切段，豆腐切小块，与豆豉，

水约1000毫升，先煮豆腐与豆豉，待水剩约一半时放入葱白， 煎数沸，趁热服用。

功效：适于感冒风寒，咽痒作咳者，服后应盖被取微汗， 但不可大汗淋漓。

2,食盐炖猪心：

用料：新鲜猪心一个，食盐若干

制服法：将猪心洗净，控去水，外沾食盐放入铁锅内， 加少量水，小火煮1小时，取出猪心，去掉食盐，每次吃一 个猪心，连服数日。

功效：是民间治疗风寒感冒及支气管炎咳嗽的验方。适 用于风寒感冒或慢性支气管炎久咳者。

3.杏仁桑皮炖猪肺：

用料：甜杏仁、炙桑白皮各15克，猪肺半斤。

制服法：杏仁捣，猪肺洗净切片，与桑皮及少数精盐一 并放入锅内，加水炖熟，吃肺、喝汤，每1～3 日 服 用 1 次。

功效：适用于体弱者、老年人之干咳、燥咳，肺结核患 者而有阴虚潮热、咽干咳血者，并稍有润肠作用。

4.沙参玉竹炖鸭：

用料：沙参、玉竹各50克，老鸭一只，葱、姜、精盐少 许，水适量。

制服法：沙锅最佳，如无，铝锅或搪瓷锅亦可。将上述 东西一并放入，先用大火烧开，改小火炖约2小时，取下， 饮汤吃鸭，每料大约可服5～7日。

功效：滋肺润燥，补虚宁嗽，适用于肺结核低热、干咳 者及慢性支气管炎之久咳而咽干口燥、干咳无痰者。

5.山药桂圆肉炖元鱼：

用料：山药25克、桂圆肉25克、元鱼一只。

制服法：中药拣净，元鱼开水烫后杀死，去内脏、不去 壳，加水炖熟，连汤服用。

功效：用于肺虚咳嗽，肺结核之低热、有痰血者或久咳 不愈、体质虚弱者。

6.百合莲子苡米粥：

用料：百合、莲子各30克，苡米50克。

制服法：上三味加水共煮，熟后加适量冰糖服用，分2 日服完。

功效：补脾润肺，适用于虚性燥咳。 7.冬虫草炖胎盘：

用料：冬虫夏草15克，新鲜胎盘一个(要健康无病者 的),冰糖100克。

制服法：胎盘洗净、切小块，加虫草、水共炖，熟烂后 放入冰糖溶化搅匀，连汤服用。

功效：大补虚羸，适用于虚喘、虚劳(肺结核)及老年 人之久嗽。

8.玉竹炖鹧鸪：

用料：玉竹15克、鹧鸪一只。

制服法：鹧鸪杀后去毛及内脏，洗净，与玉竹一起加水 炖熟后服用。

功效：适用于肺虚咳嗽，见体弱、痰稠、午后潮热者。

(四)红茶菌

发酵饮料——红茶菌，原名海宝。它是一种保健饮料， 可用于多种疾病的患者。据报道，红茶菌中所含的茶硷和乙 烯二胺，可以合成为氨茶硷，也叫乙烯二胺茶素，此外还有

茶硷胆素和乙烯胆素。这些成分可以缓解呼吸道平滑肌的痉 挛，舒张血管及胆道，刺激呼吸并增加尿分泌。实践证明： 对慢性支气管炎的患者来说，它确实是一种有效的食疗法。

1.所需用品：

(1)培养基质：

茶叶 红茶、绿茶、花茶均可。但是，寒性咳嗽及脾胃 虚寒者宜选红茶，热性咳嗽及体质偏于热者(如易于口苦便 秘尿黄者)宜选绿茶或花茶。

糖 以冰糖、白糖、砂糖为主，蜂蜜或葡萄糖亦可。但 体弱者以蜂蜜为好。

水 自来水、井水、泉水均可，需煮沸用。

(2)菌种：初次培养可用市售，或向培养服用红茶菌 的人索取健康菌种。以菌体(呈层层叠叠的膜状)上层乳 白、下层微黄、个大健康而未被杂菌污染者为好。应以消毒 过的玻璃器皿装取，并要带一部分原培养液，避免日光直 晒。取回后即可放入已制备好的茶糖水中培养，使其继续生 长繁殖。

(3)培养用具：茶壶一至二个，广口瓶或陶瓷缸罐； 浅玻璃皿或碟子，纱布或毛巾数块，筷子、竹篾或不锈钢镊 子，塑料或玻璃漏斗、过滤罩。

上述用品在使用前应严格清洗、煮沸消毒。 2.操作程序：

(1)基质配制：茶、糖、水的比例约为1:50:1000。 过浓或过淡会延缓发酵速度。将茶、糖放入壶中(在一起或分 开均可),用滚开水冲泡，待其自然冷却至30度(均指摄氏 温度，以下同)以下时，滤去茶叶、杂质，倒入培养容器， 即可进行茶菌接种及培养。

(2)接种及培养：将备好的健康茶菌及菌液(原培养 液)取来，菌液与培养液按1:3～5的比例加入，然后移入 菌体，溶液深度约10厘米，液面距容器口应有约1/3的空间， 上面用洁净毛巾或多层纱布覆盖、扎紧，置于温暧处(25~ 30°℃),不可来回挪动、震摇，以免影响其生长。

(3)发酵观察：2～3日后菌膜浮于液面，或液面有 新菌膜生成，可有少数气泡浮于液面，说明菌体生长正常， 4～5日后液面形成光滑的皮膜样菌膜，溶液变混，有酸 味，6～7日后有小气泡上冒，菌膜变厚呈乳白色，溶液渐 澄清，可闻到果、酒样的芳香酸味，8～10日，菌体愈厚， 或上下菌体浑成一体，层层叠叠，说明培养成功，可以饮 用。反之，若至7日时仍无菌膜生成，亦无气泡冒出，臭之 不酸或为馊、臭味，菌体有异色，说明培养失败，应弃去， 重新制备、培养。

若室温低于上述温度，则发酵时间延长，20度以下时可 延长2～3倍，而且污染的机会及失败率也随之增加。

3.饮用法及保存：已制成的菌液，可分装于洁净容器 内。低温保存，冬季可置于室内，夏季有条件者可放入电冰 箱 内 ( 4 ℃ ) 为 宜 。

饮用时可稍加调味，咳嗽而体弱便秘者可加蜂蜜调服； 咳痰清稀，可调红糖；咳痰稠黄或咽干口燥可加白糖。但不 可温服，以免失效。

饮用量不拘，每次1杯约200～300毫升，每日3 次 即 可，饭后服。喜爱而多饮无其它反应者也可代茶水任意服。

初服若有肠鸣、排气、发热等现象不必担心，此为正常 现象。晚睡前饮后应漱口，以免酸味腐牙。女性月经量可稍 增。总之，只要饮后精神清爽、身体舒适即不必多虑。

4.注意事项：本品为生物发酵制剂，有益人体，但须避 免污染，腐败或虫蚁，以免变质，发生中毒。

(1)发酵必须充分，不可急于求成，若室温低、发酵 慢，可延长时间，必须出现上述成功变化者，方可饮用。

(2)严禁污染：发酵后因溶液颇酸，本身可防止一般 杂菌孳生，但畏油污、虫蚁、要注意菌液有无变色、变味等 现象，发现后应弃去不用，以免中毒。

**二、调养**

( 一 )戒烟

前面已经讲过，吸烟与慢性咳嗽的发病、复发、及加重 有一定关系，与肺癌的发生也有某些关系。吸烟既是个人卫 生问题，也是公共卫生问题，因为烟雾污染空气，使不吸烟 的人也在被动吸烟。从各方面看，吸烟对健康是有害的，对 患有慢性咳嗽的人尤其如此，因此应该戒烟。

(二)锻炼

1.体育锻炼：在我国很早就有体育锻炼防止疾病的记 载，如汉代名医华佗创造了“五禽戏”,《后汉书》中就记 载有“体有不快，起作一禽之戏，怡而汗出，因以著粉，身体 轻便而欲食”。据说华佗的学生吴普，按照这个方法锻炼， 数十年如一日，年九十余，耳目聪明，齿牙完坚，说明锻炼 可以益寿延年。现在流行的太极拳等，都是前人锻炼身体的 保健功。

2.呼吸锻炼：呼吸锻炼法主要指做腹式呼吸。它是一种 深而缓的呼吸，能获得较多的肺泡通气量，因而比胸式呼吸 为优。

正常人平静时，膈肌的上下活动幅度约为1厘米，深呼 吸时可达5～6厘米，甚至10厘米以上，而肺气肿病人深呼 气时仅为2～3厘米，有的几乎不动。膈肌活动幅度增加1 厘米，可使肺通气量增加约300毫升。而膈肌的活动可受腹 肌张力的影响，腹肌张力又可以通过锻炼来使之提高，因此 腹式呼吸适于老年体弱之人进行锻炼，对患有慢性咳嗽的病 人，也是一种较好的呼吸锻炼方法。

具体练法：体位端正，坐、卧(仰卧)、立均可，腰带 不宜过紧，全身放松，用鼻吸气，不用猛力，要悠长自然， 注意使气下走，腹部随吸入之气而逐渐隆起，至气逐渐吸 满，稍停，再徐徐向外呼出，也不可用力收腹，要顺其自 然，如吸气时随着腹部的膨隆而胸部亦有自然的外挺不必硬 行限制。总之，要使呼吸动作自然、舒畅，不要勉强。久而 久之，可加大肺活量，改善通气功能，使肺功能得到增强。

3.寒冷锻炼：容易感冒咳嗽的病人，对寒冷刺激的耐受 性差，尤其对冷热的突变适应性差。这一类人应当加强这方 面的锻炼。天刚冷时，衣服最好不要突然穿得太多，尽量不 戴口罩。要早睡早起，到户外或公园进行体育锻炼或散步， 呼吸新鲜空气，接受大自然冷空气的刺激，以增强机体的适 应能力。可以做冷水擦浴。

冷水擦浴最好从夏天开始，因这时气温、水温都较高， 人的体表血液循环旺盛，易于接受，待气候逐渐转凉则由于 已经锻炼了一个时期，身体有了适应能力，容易坚持，且不 易因不能耐受而出现不良反应。

可先以冷水毛巾擦面部、前胸、后背，适应一会再开始 进行冷水浴，要不停地搓擦全身，出水后用干毛巾把全身擦 干，并用力搓擦至全身皮肤发红，不觉冷而觉微有热感，即

可以穿衣。擦浴后身体舒适，精神健旺。注意要坚持经常。 间断时间长了会不适应。如体弱或于冬季开始本项锻炼，要 先从面部开始，擦脸，搓鼻子两侧，天气严寒时开始可用稍 温的水，渐渐降低水温，直至换成冷水。面部适应后逐渐扩 大至上肢、前胸、后背、全身，要循序渐进，持之以恒，可 明显增强身体对寒冷的抵抗力，减少感冒的机会，提高呼吸 系统的抗病能力。

**三、气功疗法**

气功，古代也叫导引，隋朝的《诸病源候论》中就有 “导引按拆》的提法，还有称为“吐纳长生”术的。它的作 用为抗病健身，防老长寿，也可用于治疗，马王堆汉墓出土 帛书中就有这方面的记载。运用气功疗法可以治疗的呼吸系 疾病有肺结核、支气管哮喘、阻塞性肺气肿等。

支气管哮喘患者，以坐式放松功(每次练功20～30分 钟)结合保健功(每次练功15分钟)进行治疗，每日练2~ 3次，症状缓解后，巩固疗效时则着重于意守，阳虚患者守 命门、丹田，少放多守，阴虚患者守涌泉，多放少守。

阻塞性肺气肿患者，可采取卧式或坐式内养功，每日4 次，每次练功30～45分钟。

气功虽不适于急性外感病造成的咳嗽，但是对经年不愈 的久咳、虚咳还是适用的。因此，这里对气功知识做一些简 单的介绍，以供那些久咳不愈的患者参考采用。

(一)气功操练法

由于气功的来源久远，流派又较多，因此练法、形式也 各不相同。所以这里仅就一般的气功练法进行介绍。

1.呼吸锻炼：气功特别注重呼吸的锻炼，要求逐渐变成 腹式呼吸，而女同志绝大多数均是胸式呼吸，因此尤须注 意。练时，要求呼吸自然，柔和，鼻吸口呼或口吸鼻呼均 可，但不可强行控制。以自然柔和为原则，在“呼”或“吸” 上可有所侧重，即强调练“呼”,可以解除胸闷、紧张，叫 “泻”;强调练“吸”,可以加强气血流通，增强体质，叫 “补”。一呼一吸之间可以有一个短的呼吸暂停，即屏气的 阶段，可加强补或泻的效果。这种对于呼吸的控制要求在意 识的引导下自然地、逐渐地完成，而不可急躁、强制，古人 对此的形容是“用意不用力”,“绵绵若存”。

2.运气：在实现了上述要求后，可以进行运气的锻炼， 即对呼吸之气进行有意识的引导，使人体内的气血流动逐渐 加强。这时，气在经络中的运行可以被感知，并可用意识来 控制、加强其在某经的运行，进而影响有关内脏。

因此，一定要用腹式呼吸，使小腹规律性活动变成一个 发动力量，让气血首先在这里积聚，也就是意守丹田，到一 定时候，小腹会有热感，之后就有气流，自小腹走脊椎尾 端，上行至头，再沿前中线下行回小腹，达到此点，也即做 到了气通任督。

3.意守：在完成了对呼吸的控制，达到柔和自然，使呼 吸变得深长、细匀、缓慢之后，还要在进行意守时做到意念 集中，不生杂念。意守丹田，即将注意力集中于小腹。初学 者不可意守两眉之间，因初习意守此处易出偏差。当感到出现 发光、发热、气动的现象时，要镇静，安定，只要保持平 静，就不会出偏差。

对初学气功的人来说，最常发生而又不易克服的困难就 是杂念。对这个问题，要有明确的认识：杂念纷纭，精神分

散，将大大影响练功的效果，因此要重视它。同时也不必太 紧张，因为人到成年，诸事纷繁，要想在练功时万虑皆空， 什么都不想是较难办到的，初学者就更难，只要努力克制， 不使其造成大的干扰就行了。克服杂念，可从几个方面注 意：环境要安静，否则外面乱哄哄，想静也静不了；意念要 专一，注意力集中于身体的一个固定部位，如脐下一寸半

(丹田)有助于思想集中；产生杂念时要自己提醒自己：现 在正练功，什么也不应该想，中断思绪。如果不行，可默数 数字限制思虑，同时尽量意守丹田进行控制，若实在控制不 住时，不要勉强练下去，可以停止一次，下次再练。

(二)内养功

内养功是气功中最常用来治疗一些慢性病的功法，这里 做个具体介绍。

1.姿式：有3种。

①侧卧式：两侧均可。可用枕头，但不宜太高，身体稍 弯曲，双腿变曲约120°,上腿置下腿上，下面的手放在枕 上，掌面向上自然伸开，距头约二寸远，上面的手自然伸 出，掌面向下，放在髋关节上部。

②仰卧式：端正仰卧，枕高适度，保持松弛自然，肩下 可略垫高约5厘米，双臂自然伸直，贴于两髋，两腿自然伸 直，足尖向上。

③坐式：端正稳坐，头略向前低，垂肩含胸(胸部不 挺),腰及上身略向前曲，两脚与肩部等宽，平放于地(如 凳高可加垫),以膝部成九十度弯曲为准，两手掌面向下自 然放于大腿上部。

总之，坐卧之处要软硬适度，室内要温和不冷及安静，

全身呈松弛自然状态。

2.呼吸法：可分两种。

①硬呼吸法：适用于妇女及年老体弱者，用鼻呼吸，吸 气时舌顶上腭，以意念将气导入丹田，使小腹部呈稍隆起， 略停顿，再呼气。如此吸一停一呼，顺序进行。

②软呼吸法：用鼻呼吸，但吸气入丹田后，不停顿即呼 出，呼出后停顿。如此吸一呼一停，顺序进行。

3.注意事项：

①初练时先用自然呼吸，数分钟后，呼吸已平稳，再渐 改为停闭式呼吸，要求由快而慢，由粗而细，由短而长，渐 呈自然，不宜勉强。

②为保持意念专一，不生杂念，练功时可默念字句，如 “自己静”等。

③吸气不可太满。

④呼气不宜过猛。

⑤停顿是自然的，不可用力闭气。

⑥气沉丹田初练时达不到，不必急躁，久久自成。

⑦练功前应有一段放松时间，此段最好停止其它活动， 做准备，解开纽扣、裤带、袜带，摘下手表、眼镜，静默片 刻后开始练功。

⑧练功结束，慢慢睁眼，将两手搓热。

(三)保健功

保健功亦有多种形式，这里仅介绍一种：

清晨饮热水一杯，选空气新鲜处做站功，直立，头部端 正，胸部要自然平直，不可使劲挺胸，两臂上抬，两手置胸 前呈抱球状，肘与手部近平齐，两腿自然分开，略呈弯屈，

同时上身随着两臂左右缓慢转动，左右各12次，可帮助咯出 粘痰。

(四)六字延寿诀

可以同气功并练，做为辅助，这里只介绍歌诀及肺咽、 肾吹法。

去病延年六字法总诀：

肝若嘘时目睁睛，肺知咽气双手擎， 心阿顶上双叉手，肾吹抱取膝头平， 脾病呼时须撮口，三焦客热卧嘻宁。 四季却病歌：

春嘘明目木扶肝，夏至呵火心自闲， 秋咽定知金肺润，四季常呼脾化餐， 切忌出声闻口耳，其功尤胜保神丹。 具体操练法：

肺咽气法：双手上擎，呼四气时胸部用力收缩，适于症 状为偏热者，咽痒作咳，咳血等。

肾吹气法：坐式，双手抱膝，静坐数分钟，心神宁静 后，口吹鼻吸，吸气时宜满，吹气时宜慢，徐徐吹尽，如此 反复。

**四** **、预防**

( 一 ) 空气消毒

咳嗽常是感冒的主要症状之一，如能注意预防感冒，就能 减轻咳嗽的发生。在单位、家庭采取空气消毒法，能有效的 预防发病。

食醋消毒法：

喷雾法：关闭门窗，按每立方米空间2～5毫升计算食 醋用量，放喷雾器内，加水稀释，均匀地喷雾在空间，此法 比较简单。

烧蒸法：食醋用量按每立方米2～5毫升计算，倒入容 器内，加水1～2倍，置火上烧蒸，使食醋充分蒸发，散布 于室内空气中。

在呼吸道传染病流行时，每天或隔天进行一次，连续 3～6次以控制流行，控制后可停止使用。最好在夜间睡前 用，据研究，浓度大时还能治疗感冒。食醋还可以直接作鼻 腔喷雾，用于感冒的防治。方法是清除鼻腔分泌物，仰头张 口，用喉头喷雾器向两侧鼻孔各喷一下，咽部喷三下，每次 用醋约0.5毫升。

(二)穴位按摩

在一定穴位上按摩可以预防或防治感冒咳嗽，同时配合 深呼吸运动，可使经络通畅，气血旺盛。可按兰州医学院编 的穴位按摩方法进行。

1.姿式：坐在凳子上，两脚左右分开，足尖向前与肩同 宽，屈膝为90度，头部与上体保持正直，两手放在大腿上

半闭目以使精神集中。

2.要求：精神集中，排除杂念。呼吸要深长，以加强呼 吸运动。最好在室外进行，如在室内进行，最好打开门窗， 保持空气流通。

3.时间：以早晨为宜，长期坚持，可增强气管对冷空气 的适应能力，达到防治目的。

4.穴位：太阳，风池，天突，膻中，足三里。 5.具体操作：

**①按摩太阳穴**

方法：用左手中指点按太阳穴，同时向前作等速缓慢旋摩 20次，再向后旋摩20次，手放下，再用右手指点按太阳穴， 方法同上。

要求：上身正直，肘关节抬高，呼吸均匀，按摩刺激程 度中等。

作用：有防止感冒和治疗头痛作用。抬臂引起扩胸，有 加强呼吸肌作用。

②按摩风池穴

方法：两臂抬起，两手按于枕骨后，拇指按摩穴位，捻转 方法同上。

要求：身体正直、头稍低，臂尽量后拉，以利于扩胸深 呼吸。

作用：有防治感冒和治疗高血压作用。抬臂扩胸可以增 加呼吸深度。

③按摩天突穴

方法：左臂抬起，肘高于肩，拇指向下、向前点按穴 位，深呼吸5次，然后换右手点按。

要求：上身正直，吸气时点压力要强，呼气时点压力逐 渐减弱。

作用：可止咳、平喘。抬臂抬肘能增强呼吸作用。

④按摩膻中穴

方法：左手抬高，肘关节向外与胸平，用中指点按穴位 10～12次，换右手，方法相同。

作用：可止咳、平喘。

⑤按摩足三里

方法：两脚抬起，蹬于凳子前的横木上，用两手中指同

时点按左右足三里穴，向前转动20次，再向后转20次，然后 脚放下。

要求：上身正直，不要弓腰，小腿肌肉放松，便于点按 穴位。

作用：可增强机体抵抗力，强壮身体、降压。 ⑥深呼吸

方法：吸气时两手掌轻轻拍打胸部，呼气时由上向下推 压胸部，反复三次。

要求：吸气要足，呼气要尽。

作用：加强呼吸功能，提高有效换气量，改善呼吸系统 状况。

**附(一)治疗咳嗽的常用中药**

1.杏仁：是杏的核仁，夏季果实成熟时采收，晒干，去 核壳取仁，再用沸水浸泡去仁皮，入药。

性味归经：苦温，有小毒。入肺、大肠经。

功用：止咳平喘，润肠通便。 用量：10~15克。

2.百部：多年生草本植物，产于山东、安徽、江西、江 苏、四川、陕西等省。春秋季采挖其根，晒干切成段入药 用。

性味归经：甘、苦，微温。入肺经。 功用：润肺止咳，治各种咳嗽。

用量：10~15克。

3.贝母：为多年生草本植物，产于浙江省者名浙贝母， 也称大贝或象贝。5～6月采挖其鳞茎晒干入药。产于四 川、云南、甘肃等地者名川贝；产于山西、吉林等省者名平

贝。秋末采挖，洗净晒干入药。

性味归经：浙贝母苦寒；川贝母苦甘，微寒。入心、肺 经。

功用：浙贝清肺化痰止咳，用于肺热咳嗽；川贝润肺化 痰止咳，用于阴虚火旺的咳嗽症。

用量：10~15克。

4.桔梗：多年生草本植物，产于广西、安徽、河南、陕 西、江苏等省、区。秋后采挖其根，剥去栓皮，晒干，切片 入 药 。

性味归经：苦、辛，平。入肺经。

功用：宣肺祛痰，利咽喉。消肿排脓。 用量：15～25克。

5.半夏：多年生草本植物，产于全国各地，夏秋季采挖 其根，晒干称生半夏， 一般药用为制半夏。

性味归经：辛，温。入脾、胃经。

功用：燥湿化痰，降逆止呕。生用有毒。 用量：10~15克。

6.白芥子：为白芥的种子，产于四川、安徽、河南等 省。夏季果实成熟时采收、晒干入药。

性味归经：辛、平。入肺经。

功用：祛痰化饮，散结。 用量：10～15克。

7.旋复花：多年生草本植物，产于广西、广东、河北等 地。夏秋季花蕾开放时采集，去枝叶晒干入药。

性味归经：咸、温。入肺、脾、胃经。

功用：止咳化痰，降气止呕。 用量：15～25克(包煎)。

8. 白前：为多年生草本植物，产于浙江、安徽、山东、 广东、福建等省。秋末采挖其根，洗净，切片入药。

性味归经：辛、甘，微温。入肺经。

功用：降气化痰、止咳，用于感冒咳嗽，痰多而喘者。 用量：15克。

9.前胡：为多年生草本植物，产于广西、安徽、河南、 陕西、江苏等地。秋后采挖其根，剥去栓皮，晒干、切片入 药 。

性味归经：苦、辛、微寒。入肺经。

功用：降气化痰，宣散风热。

用量：9克。

10.葶苈子：为1～2年生草本植物。独行菜的成熟种 子，产于江苏、河南、河北等省。立夏前后种子成熟时采 集，晒干入药。

性味归经：辛、苦、大寒。入肺、膀胱经。

功用：泻肺涤痰，治水消肿。有强心甙作用，利尿作用 显著,对肺原性心脏病、心功不全有效。

用量：9克。

11.款冬花：为多年生草本植物，产于山西、甘肃、 四川、陕西、河南等省。冬季采集其花蕾，晒干或阴干入 药。

性味归经：辛，温。入肺经。

功用：止咳化痰，配紫菀可增强止咳效果。

用量：15～25克。

12.枇杷叶：为枇杷树的干燥叶片，产于长江以南各地。 初夏采集壮实叶片，晒干，刷去毛入药。

性味归经：苦，平。入肺、胃经。

功用：清肺化痰，降气止呕。对慢性气管炎久咳不止有 效。

用量：15～25克。

13.百合：为多年生草本植物。产于湖南、湖北、四川、 江苏、内蒙古等地。秋季茎叶枯萎时采挖地下鳞茎，开水煮 5～:0分钟，取出晒干入药。

性味归经：甘、淡、微寒。入心肺经。

功用：润肺止咳，清心安神。

用量：15～25克。

14.沙参：为多年生草本植物，分南北沙参两种，南沙 参产于江苏、安徽、四川等省；北沙参产于山东、河北、辽 宁等省。春夏季采挖其根，去外皮晒干入药。

性味归经：甘苦，微寒。入肺、胃经。

功用：润肺止咳，养胃生津。南沙参润肺止咳作用较 小。北沙参养肺胃作用较强。

用量：15～25克。

15.麦门冬：为多年生草本植物沿阶草须根上的小块根， 产于四川、浙江、湖北等省。夏季采挖，除去须根，晒干入 药。

性味归经：甘、苦、寒。入心、肺经。

功用：养阴清热止咳。治干咳，咯血，口渴；心烦，心 悸以及津伤便秘等。

16.玉竹：为多年生草本植物玉竹的根茎，产于全国各 地，以河北、江苏产者为佳。春秋季采挖，去茎叶，晒干入 药。

性味归经：甘，微寒。入肺、胃经。

功用：养阴润燥止渴。用于阴虚肺胃燥热的口燥咽干，

干咳少痰等症。

用量：15～25克。

17.五味子：为多年生藤本植物，产于辽宁、吉林、黑龙 江、河北等省。秋季果实成熟时采摘。晒干入药。

性味归经：酸、温。入肺、肾经。

功用：歙肺滋肾，养心安神，涩精止泻，生津歙汗。 用量：10～25克。

**附(二)中药煎服法**

为了充分发挥药效，取得治疗的最大效果，必须知道中 药的煎服法。

1.煎药法：

①煎药容器以砂锅、搪瓷器皿为好，也可以用铝锅，不 要用铁锅，以免发生化学变化，影响疗效。煎药时，将药放 入锅内，用冷水浸泡片刻后，再行煎煮，沸后可改用微火， 以免药汁溢出及过快熬干，以利于有效成分的煎出。煎药时 不宜频频打开锅盖，以尽量减少挥发成分的损失。

② 一般药物可同煎，味厚滋补的药物，如熟地、肉苁蓉之 类，可慢火久煎，也可复煎一次。另外，某些毒性类药物经 慢火久煎后能减低或消除毒性，如乌头等。解表药、清热 药、芳香类药一般不宜久煎，以免有效成分损失过多。现将 煎法特殊者介绍如下：

先煎：介壳类，应打碎先煎，煮沸后约10分钟，再下其 它药，如鳖甲、代赭石等。

后下：气味芬芳的药物，多含有挥发油，宜在一般药物 即将煎好时再下，煎5分钟即可，如薄荷、木香等。

包煎：为防止煎后药液混浊及减少对消化道、咽喉的不

良刺激，有些药物需用纱布包好，再放入锅内煎煮，如赤石 脂、旋复花、车前子等。也可以先煎去渣，然后再入余药同 煎。

另煎：某些贵重药，为了尽量保存其有效成分，减少同 煎时被其它药渣吸收，可另煎，如人参。又如贵重而难于煎 出气味的药物如羚羊角、犀角等，应切成小薄片另煎两小 时，也可锉成细粉调服。

烊化：胶质、粘性大而且易溶的药物，如同煎则易粘锅 煮焦，因此应在它药煎好后，放入去渣的药液中微煮或趁热 搅拌，使之溶解，如阿胶。

冲服：散剂及某些药物，需要冲服，如琥珀末、三七粉 等。

2.服法：

①服药时间： 一般说来，宜在饭前服，对胃肠有刺激的 药物宜在饭后服。另外，根据病情，有时可一天多次，有时 可煎汤代茶频饮。

②温服与冷服： 一般汤剂均宜温服，解表药宜趁热服， 服后取微汗；热症用寒药冷服；寒症用热药温服；服药呕吐 者可让患者口嚼生姜然后再服中药；昏迷病人亦可鼻饲给 药 。