

用药手记

咳嗽应辨证

用药需分型

传统医学中，咳嗽是指肺气上逆作声、咯吐痰液，是肺部疾病的主要证候之一。咳嗽在冬春季节十分常见，下面简单介绍一下如何辨析和诊治“咳嗽”。

辨证分虚实寒热

咳声清浊 咳声不响者属肺气失宣；咳嗽痰多气逆者属肺气失肃；咳声连续，呛咳者属火郁，咳而声低气怯者属虚，洪亮有力者属实。

痰色性状 痰白而稀薄者属风寒；痰黄而稠厚者属热；痰白清稀透明呈泡沫样者属虚寒；痰白质粘者属阴虚燥热；痰血相兼，气味腥臭者为痰热肺痛，咯吐血痰为肺热或阴虚。

分型诊治

外感咳嗽 多为六淫邪气外侵所致，病程短，起病急，伴有恶寒、发热、流涕等其他症状。

1. 风寒犯肺咳嗽 简单的辨析方法为“稀、易、白”。即咳嗽声重，痰色稀白，容易咳出，口不渴，常兼有头痛、恶寒重、发热轻、鼻塞流涕等症。舌质淡，苔薄白，脉浮。

治法 疏风散寒，宣肺解表，止咳。
方药 半夏止咳糖浆或桂龙咳喘宁胶囊。

2. 风热犯肺咳嗽 简易辨析方法为“稠、黄、难”。即咳嗽痰稠，突然发作，不易咳出，咳嗽剧烈，气粗或咳声哑，喉燥咽痛，常伴有发热，口渴，舌苔薄黄，脉浮之症状。

治法 辛凉解表，疏风清热，宣肺化痰。
方药 风热咳嗽胶囊（丸）或川贝止咳糖浆（颗粒、露）。

3. 燥邪伤肺咳嗽 简易辨证方法为“干、少、难”，即干咳无痰，或痰少而粘稠难出，鼻燥咽干，或痰中带血，并见舌质红，少津或伴有头痛鼻塞，身热等表现。

治法 疏风清肺，润燥止咳。
方药 可用桑杏汤（桑叶、杏仁、沙参、象贝、麦冬、栀子、梨皮）加减或用川贝、麦冬、杏仁炖白梨以清润肺部。

内伤咳嗽 由肺脏虚弱或者其他脏器的疾病所致，久病或反复发作，起病缓，大多为渐积而成。

1. 痰湿蕴肺咳嗽 临床表现为咳嗽多痰，因痰作嗽，痰滑易咯，痰粘稠量多，色白或灰，胸膈痞闷，呕恶食少，大便时溏，舌苔白腻，脉濡滑。

治法 健脾燥湿，化痰止咳。
方药 可用杏仁止咳糖浆或芒果止咳片、蛇

胆川贝液或解肌宁嗽丸。

2. 痰热郁肺咳嗽 临床表现为咳嗽粘稠而黄，或有热腥味，或吐血痰，并伴有气促身热，舌红苔薄黄，脉滑数。

治法 清热化痰，肃肺。
方药 清金化痰汤（黄芩、栀子、桔梗、麦冬、桑白皮、贝母、知母、橘红、栝蒌仁、茯苓、甘草）痰热重加鱼腥草、薏苡仁、金荞麦根、冬瓜子。

3. 肝火犯肺咳嗽 临床表现为咳嗽阵作，咳时引胁作痛，每当情绪不佳时症状加剧，并伴有面红咽干，尿赤，口苦，苔薄黄少津，脉弦数。

治法 清肝泻肺。
方药 可用黛蛤散（青黛、蛤壳）和泻白散（桑白皮、地骨皮、甘草、粳米）加减。

4. 肺阴亏损咳嗽 临床表现为干咳少痰而粘，或痰中带血，午后咳甚，并有五心烦热，盗汗形瘦，颧红，舌红少苔，脉细数。

治法 滋阴润肺，止咳化痰。
方药 可用百合固金丸。

5. 肾阴不足咳嗽 临床表现为咳嗽多痰，痰多气促，咳甚则喘，活动时加剧，甚则肢冷腰酸，或面色黧黑，舌淡苔滑，脉迟沉小。

治法 温阳散寒，化气行水。
方药 可用真武汤（附子、茯苓、白术、生姜、芍药）。

另外，治外感咳嗽，应注意配合宽胸顺气，化痰止咳，以提高疗效。而治内伤咳嗽，切忌苦寒或滋腻的药物。

文 项风莲

用药莫忘自我监测

家庭小药箱

以口服、注射及其他方法使用药物后，应当进行自我监测。因为用药后要了解药物是否有效及疗效高低，还需了解药物是否产生毒副反应，以决定是否继续用药或更换药物。自我监测直接关系到疾病能否治愈及身体恢复的快慢。

药物的治疗效果一般从两方面可以反映出来。一是自我感觉的症状是否减轻或消失，二是通过仪器检查或化验的方法判断。比如，痢疾病人服用氯霉素或复方新诺明等抗菌消炎的药物后，腹痛、腹泻、发烧、恶心的症状减轻或消失，大便中的红白冻减少或消失，说明药

效良好，可继续使用。同时还要化验大便，看看脓细胞是否减少，最后还要看大便中的痢疾杆菌是否也消失了。

自我监测时，还要考虑各种药物的起效时间。如，口服药需经胃吸收后才会发挥作用，一般需0.5~1小时。注射药物发挥作用快，一般10~15分钟即可。硝酸甘油类药物治疗心绞痛，舌下含服3~5分钟后会发挥效果。

另外，对药物有效与否的判断，还要结合具体病情。比如，感冒发烧时服用退热药，体温会很快下降。而癫痫病人，常常是服药1~2个月，仍不能完全控制症状。但这并不能说明药物无效，更不能据此随便停药、换药。患者应该将自我监测的情况及时告知医生，由医生决定是否需停药或者换药。

特别需要指出的是，药物除了治疗作用以外，还有毒副作用，用药后及时进行自我监测能及时发现并终止药物的毒副作用。副作用是指在正常剂量下，伴随药物的治疗作用而发生的有害反应。如阿托品可治疗肠痉挛引起的剧烈腹痛，但同时可引起口干、视力模糊、眼压升高等副作用。毒性反应是药物引起身体功能和组织结构的病理改变，常由用药剂量过大引起，如链霉素的“耳毒性”。后遗反应是停药后出现的反应，如长期使用肾上腺皮质激素，一旦停药，由于肾上腺皮质萎缩，数周内难以恢复，而出现功能低下现象。

了解药物的上述反应后，患者必须从开始服药至停药后的一段时间内进行细致的自我监测。一旦出现与原发疾病无关的症状，应及时与经治医生说明，进行必要的处理，以免给身体带来更大的危害。

文/赵井

教您选用补益性中成药

OTC 课堂

“虚则补之”是应用补益药最关键的一点，也就是说人体的气血阴阳中某一方面或几方面不足时，才能进补。因为补药也是药，各自有着不同的偏性，并非人人都可以随便服用。如果不了解自身体质而贸然进补，易导致人体的气血、阴阳平衡失调，不仅无益，反而有害。

身体虚弱有气虚、血虚、阴虚、阳虚之分。今天给您介绍一下如何选用非处方中成药辨证施补，疗效才佳。

1. 若有神疲肢软、食欲不振、腹胀便溏、少气懒言、动则

气喘、易出汗、脏器下垂甚至周身浮肿者，此为气虚脾弱，宜选用益气健脾、补中益气的中成药。如补中益气丸（水丸、片剂、口服液），每次蜜丸1丸，每日2~3次。其它如人参健脾丸、参苓白术散也可选用。

2. 若有面色萎黄、唇色苍白、头晕眼花、心悸乏力、健忘失眠、多梦易惊、形体消瘦、身面浮肿、月经量少色淡甚至闭经者，此为血虚证，宜选用补血剂。常用补血剂有阿胶补血膏（冲剂、口服液），每次15~30克，早、晚各1次，温开水冲服。其它如阿胶养血颗粒、人参养荣丸、人参归脾丸均可选用。

3. 若有头晕目眩、心悸气短、肢体倦怠、面色无华、舌质淡、苔薄白、脉虚细者，此为气血两虚证，宜选用益气养血的常用中成药。如八珍丸（胶囊、颗粒、膏剂等），每次大蜜丸1丸，每日2次。其它如人参养荣丸、人参归脾丸、十全大补丸等可选用。

4. 若见潮热盗汗、五心烦热、失眠多梦、遗精者，为肾阴虚证，宜滋肾养阴。可选用六味地黄丸（胶囊、片剂、口服液），每次大蜜丸1丸，每日2次。

其它如柏地黄丸也可选用。若见干咳少痰、咯血或痰中带血、口舌干燥、虚热缠绵者，此为肺阴虚，宜滋养肺阴、润燥化痰。可用百合固金丸（口服液），每次大蜜丸1丸，每日2次。也可加服六味地黄丸。

若见两眼干涩、头晕眼花、记忆力减退者，为肝阴虚，宜选用养肝明目剂。可用明目地黄丸（浓缩丸），每次大蜜丸1粒，每日2次。

若见咽干口渴、舌红少津、不知饥饿或胃中嘈杂、干呕或大便燥结者，为胃阴虚证。宜滋养胃阴，可选用养胃舒胶囊（冲剂），每次3粒，每日2次。

由于阴虚可出现于不同的脏腑，故选药时要根据不同的阴虚症状选药，疗效更佳。

5. 若见神倦乏力、畏寒肢冷、腰膝酸软、阳痿早泄、宫冷不孕、白带清稀、夜尿频繁、小便失禁等，此为肾阳虚亏，宜温肾补阳。可用桂附地黄丸（口服液、片剂、胶囊），每次大蜜丸1丸，每日2次。其它如五子衍宗丸、龟鹿二仙膏（浓缩丸），每次大蜜丸1粒，每日2次。女子宫冷不孕者也可选用艾附暖宫丸。若有脾阳虚者，可选用理中丸治之。文/严菊

本版提供的药物治疗方法请在医生和药师的指导下使用。

——编者



激素性皮炎怎么治

药事警言

小张脸上长了“青春痘”，自己在家外用地塞米松霜治疗。不料用了几个月，小张的脸上反而出现了红斑、脱屑并有瘙痒感。他急忙来医院咨询这种情况是否与用药有关，现在应该怎么办。我告诉小张，他得的是激素性皮炎，是由于长期外用皮质类固醇激素（如肤氢松、地塞米松、去炎松、氯氟舒

松等）而引起，一般来说其病情因人而异，短则数周，长则数月，局部可出现弥漫性红斑、丘疹、脱屑，并有灼热、痒感。我建议小张先停用激素类软膏，然后内服一些维生素C，局部外用维生素B₆软膏，一般可以很快痊愈。如果局部皮炎严重可用中药湿敷疗法：丹参30克、川芎20克、黄芩30克、连翘20克、黄柏20克、防风30克、茯苓30克、蒲公英30克，水煎30分钟后，滤去药渣，将药液凉至12

左右，再用纱布5~7层，放于药液中浸透，然后取出稍加挤后覆盖于患处，每次30分钟，每日1次，一般治疗2~3个月，皮疹即可消失。在此也要提醒大家，不要随便使用激素类药物和化妆品。出现皮肤病时，一定要请医生诊断治疗。激素类药物更不宜长期使用。文/韦广亚