

「香港註冊中醫學會」對新型冠狀病毒感染情況應變措施及建議

因應新型冠狀病毒感染情況的最新發展，香港註冊中醫學會為中醫師及市民提供相關中醫應變措施及建議，並呼籲全港市民同心抗疫。

中醫在治療傳染病、流行病至少具有一千七百年的歷史。加上 2003 年 SARS 在國內的治療，都顯示了中醫絕對有能力、有手段以科學的態度應對是次疫症。近日國家衛生健康委員會和國家中醫藥管理局組織專家亦修訂了《新型冠狀病毒感染的肺炎診療方案(試行第五版)》，把新型冠狀病毒肺炎歸屬於「疫病」範疇，定為「濕毒疫癘之氣」。本會正籌備本港的中醫專家組，在疫情尚輕時盡早制定中醫方案及介入政策，制定中醫治療方案，為實行中西醫協作作好準備。

本會也因應香港氣候及實際情況，及根據幾位專家的意見，擬定以下預防方及食療方供中醫業界及市民參考。

新冠毒肺炎預防方一號（適合體質壯實，消化功能佳的人士）：

金銀花 10 克, 連翹 10 克, 板藍根 10 克, 蘆根 10 克, 桑白皮 10 克, 白朮 10 克, 藿香 8 克, 生甘草 3 克。

功效: 清肺解毒，祛濕化濁。

煎煮方法：

以上為成年人用量，每日一劑，用 3 碗水浸泡 30 分鐘，大火煮滾，然後用中火再煮，保持沸騰 20 分鐘，隔渣取汁，約得一碗半藥汁，早晚分服。

新冠毒肺炎方二號（適合體質偏虛寒，大便溏薄者）

黃芪 15 克, 白朮 10 克, 蒼朮 10 克, 防風 10 克, 藿香 10 克, 板藍根 10 克, 銀花 10 克, 連翹 10 克。

功效: 益氣固表，燥濕解毒。

用法同前。

以上中藥預防方含有治療性中藥，建議在中醫師指導下使用，不主張自行服用。

保健食療方：

金銀花 10 克, 菊花 10 克, 乾無花果 20 克, 枸杞子 10 克, 石斛 10 克, 百合 15 克, 蓮子 15 克, 甜杏仁 5 克, 蜜棗 2-3 枚（有糖尿病者不放蜜棗）。

每日煲一次，適合 4-5 人家庭飲用，也可加適量冰糖調味。

煎煮方法：將上述所有材料溫水洗乾淨後，泡進冷水 20 分鐘。然後大火滾開後，小火再煲 15 分鐘。這些材料都是藥食兩用的食品。

在此亦提醒市民不要隨便服用坊間流傳的中藥偏方或某些中成藥來預防新型冠狀病毒感染。由於每個人體質不同，中藥藥性也各有不同，不可能有適合所有人使用的預防方劑，市民若想借助中醫藥提高免疫力，可先諮詢中醫師，否則可能保健不成反傷身，身體愈見虛弱。

因應現在日益變化的疫情及正值流感高峰期，均對香港現有公營醫療系統造成壓力，以及考慮中醫藥在防治疫病及流感的優勢，香港註冊中醫學會現對市民有以下建議：

1. 應注意個人衛生和保持充足睡眠，並諮詢中醫師的專業意見，根據個人體質作出相應的膳食調整，以防病於未然；
2. 出現輕微症狀，如咽喉不適時，便應及早尋求中醫治療；
3. 疑患有感冒、流感及有相關症狀時時，除了尋求一般常規治療外，更可考慮盡快接受中醫的治療。

香港註冊中醫學會 啟
二零二零年二月四日

香港註冊中醫學會是本港最具代表性的中醫團體，會員佔全港註冊中醫師的七成。

如有垂詢，請致電 3167 9829 或傳真 3167 6909 聯絡香港註冊中醫會秘書處。