

# 预防小儿反复呼吸道感染临床体会<sup>※</sup>

● 欧阳晓燕 高树彬<sup>▲</sup>

**摘要** 根据“治未病”理论,着眼于呼吸道感染“未病欲发”即“萌芽状态”,抓住小儿反复呼吸道感染发病前的“萌芽表现”,因人制宜,运用轻灵中药散剂,及时有效地纠正这种“病前状态”,祛邪不伤正,有效预防小儿反复呼吸道感染的发生。

**关键词** 治未病;小儿反复呼吸道感染;萌芽状态

反复呼吸道感染(RRTIs)是儿童十分常见的临床现象,其发病与先天禀赋、体质强弱、环境失宜等有关<sup>[1]</sup>,本病患者简称“复感儿”。现代医学对其发病机制尚不明确,其复杂的成因为预防、治疗带来了困难。如何能阻断复感儿呼吸道感染-治疗-痊愈-复发这个循环链,成为临床研究的难点与关键。我科在“治未病”“欲病救萌”理论基础上,着手疾病的“萌芽期”,根据患儿体质不同,进行“因人制宜”的干预措施,直至“萌芽状态”消失,有效预防了本病的反复发作,现总结如下。

## 1 病因病机分析

本病为外感之证,病位在肺;其发病与否,在于正与邪的消长变化;急性期以邪实为主,缓解期以正虚为主,然缓解期也多见积热内蕴之证。在长期临床中发现,复感儿群体常见气阴两虚及胃肠积

热证。

复感儿气阴两虚证的形成,主要与久病耗损、用药不当、饮食不节、睡眠不足等因素有关。首先,小儿“稚阴稚阳”“纯阳之体”,感邪后易化火化热,热则耗气,《内经》所谓“热伤气”“灵则气泄”是也。小儿又“阳常有余,阴常不足”,热病伤阴,耗伤本就相对不足之阴液;气虚则表疏,阴虚则内热,蒸迫汗液外出,若多汗日久,必然进一步耗伤气阴,形成恶性循环。其次,小儿用药,不耐攻击,苦寒用久,反能伤阴;温燥骤加,亦能耗气。再者,嗜食高热量、熬夜等均能耗伤营阴,终呈气阴两虚之证。

胃肠积热发病主要责之小儿“脾常不足”,脾胃功能难以适应过多过杂的食物消化需要,而致食滞内停,郁而化热,熏蒸于外,致使表卫不固,诱发外感。如《医宗金鉴》中指出:“小儿平日饮食无节,内伤食滞,外复为风寒所袭,故成是证

也。”当前,随着社会、科技的发展,人类进入到了物质极大丰富的时代,小儿多进食高蛋白、高脂肪、高热量食物,或家长纵其所好,恣意零食、偏食、冷食;或滥服滋补之品,再加上小儿乳食不知自节,时有过急过量,均可造成“食积常有”的状态<sup>[2]</sup>。而现在孩子多为独生子女,家长溺爱过甚,连基本走路也是推车或者大人抱着,小儿体力活动明显减少,“好吃懒动”导致的身体能量过剩,积食不能及时运化,蕴积化热,外蒸腠理,易致卫表失固,每遇外感,内外相合而发病。此即“内无热,外无感”。

## 2 治疗体会

中医自《黄帝内经》就已提出“不治已病治未病”的预防养生思想,其中包含了“未病先防”“已病防变”“瘥后防复”三个方面。小儿反复呼吸道感染的关键在于“反复”二字,“肺为娇脏,难调易伤”,故在“未病先防”层面成为中医药预防本病的重点。复感儿目前的治疗,多分为急性期及缓解期,急性期祛邪治标,缓解期根据体质,

※基金项目 厦门市 2015 科技惠民计划(No. 3502Z20154061)

▲通讯作者 高树彬,男,主任医师,硕士研究生导师。主要从事中医儿科的临床与科研工作。E-mail:xiamenlaogao@126.com

●作者单位 福建中医药大学附属厦门市中医院(福建 厦门 361009)

调整阴阳,增强体质。多数医家运用“治未病”理论,预防本病多在缓解期入手,如补肾调肺脾,清热通腑,活血化瘀、疏肝理气、消食导滞等等;其治疗多在缓解期坚持中药连续调理 2~3 个月。

冰冻三尺,非一日之寒,缓解期是患儿和周围环境长期适应磨合而达到的阴阳相对平衡状态,是人体的常态;2~3 个月的药物治疗,难以减少患儿 1 年后甚至数年后的发病。然而,何时开始干预、如何干预、何时结束干预在临床中暂无统一的观点。笔者认为,小儿反复呼吸道感染除了“已病”(急性期)、“未病”(缓解期),亦有“欲病”时期(疾病萌芽期)。“欲病”是疾病未发欲发,处于未病与已病之间的一种状态。人体发病根本病机是阴阳失调。阴阳随着小儿生长发育、周围环境、饮食等不断变化消长。这种消长的变化在仅仅处于“量变”时,人体可启动自身代偿,保持阴阳相对平衡的状态,但当超过了代偿范围,消长变化发生“质变”,则疾病丛生。小儿不耐猛药攻击,且复感儿为多病之体,尤当谨慎。如果能在“量变”到“质变”前,即“欲病”时期,阴阳轻度偏颇,病势轻浅时,及时服药调理,往往可予以轻剂祛邪或扶正,将疾病扼杀在萌芽期,起到预防而不伤正的作用。

笔者多年管理反复呼吸道感染患儿发现,本病在非急性期,多见“气阴两虚”及“胃肠积热”证。“欲病”时期,其往往有些苗头出现,如胃肠积热证患儿出现口臭、兴奋、易醒、舌红、苔厚等;气阴两虚证患儿出现唇红、汗多、手足心热、大便干等。临床发现在此时分别给予小儿消食方或益气养阴方,并对患儿家属进行健康教育,指导

饮食生活调摄,服用至“萌芽状态”消失为止,一般服用时间为 3~7 天,可以明显减少呼吸道感染的次数。

其中小儿伤食方组成为:焦神曲 10g,焦麦芽 10g,焦山楂 10g,疳积草 5g,凤凰衣 10g,竹茹 10g,蝉蜕 3g。本方以焦三仙为君,焦山楂消食化积,善消肉食之积,焦神曲消食和胃,可消谷食积滞,麦芽消食健脾,善消米面薯芋食滞,三者各司其职,有很好的补脾益胃消食作用;食积易于阻气、生湿、化痰,故配以竹茹、蝉蜕,两药性甘寒,可理气散热;疳积草性平味甘,消食消胀、除烦止渴、生津;凤凰衣乃鸡蛋壳内膜,其味甘淡平,入脾胃肺经,有养阴清肺之功。诸药配伍,使食积化,胃气和,积热除。益气养阴方组成为:太子参 10g,白术 10g,黄芪 10g,山药 10g,麦穗痰 15g,人字草 15g,生地 10g,玄参 15g。益气养阴方中以黄芪、党参为君,取其补益元气、养阴生津;臣以生地、玄参滋阴退阳,生津润燥;脾居中焦,为后天之本,气血生化之源,土能生金,故加白术、山药益气助运;人字草、麦穗痰清热利湿。全方使气生阴复津回、水升火降、五脏安宁,共奏益气养阴之效。为方便携带及服用,我院将两方按照以上处方制备成“袋泡茶”式中药散剂茶包,规格为每包 10g。

### 3 病例介绍

**案一** 周某,女,4.5 岁,于 2016 年 7 月 25 日就诊。患儿自 1 岁以后经常呼吸道感染,平均每 1~2 月 1 次,常表现为高热、咽红肿;平素挑食,喜食巧克力、饼干、面包、煎炸等零食。患儿近期无特殊不适,今其母来求中医药调理体质。诊见:患儿脾气急躁,喜动话

多,晨起口臭,夜间晚睡,寐时不安喜踢被,大便偏干偏臭,1~2 日一行。查体:咽红,扁桃体充血肿大,心肺腹查体无异常,舌红苔黄根部稍厚腻。予小儿伤食方(袋泡茶剂,10g/袋)2 袋,早晚各 1 次,开水冲泡,水量 50mL 至 100mL。服药至口臭、兴奋、易醒、舌红、苔厚等症状消失为止。嘱:后期再出现以上“萌芽状态”的症状,均可使用本法,期间清淡饮食,并嘱减少零食摄入量,适量运动,注意增减衣物。每 3 个月复诊 1 次,随访 1 年。患儿在此期间(服用过 14 次药物,平均服药时间 5 天),发生过 1 次上呼吸道感染。

**按** 本例患儿平素易感,常表现为高热,咽红肿,平素饮食均以高热量、高蛋白为主,表明体内已成积热之象。口臭,乃脾胃积热,清气不升,浊气上冲所致;热性延上扰乱心神,故话多、夜寐不安喜踢被。舌红苔黄根部稍厚腻均为胃肠积热之征象。本例患儿虽有积热,但症状尚不十分明显,目前处于疾病萌芽期间,故治疗上以消导为主,清热为辅。经过小儿伤食方定期清热消积治疗,患儿呼吸道感染次数明显减少。

**案二** 吴某,女,3.8 岁,于 2016 年 4 月 2 日就诊。患儿自 2 岁上幼儿园后经常出现呼吸道感染,平均每 1~2 月 1 次。诊见:患儿形体瘦小,神疲乏力,动则汗多,手足心热,食少纳呆,大便偏干,1 日/行。查体:咽红,扁桃体充血肿大,心肺腹查体无异常,舌红少苔。予益气养阴汤(袋泡茶剂,10g/袋)2 袋,早晚各 1 次,开水冲泡,水量 50mL 至 100mL。服药时间至唇红、汗多、手足心热、大便干等症状消失为止。嘱:后期再出现以上“萌芽状态”的症状,均可使用本

法,期间注意不滥用寒凉药物,早睡,清淡饮食,增加户外活动。每 3 个月复诊 1 次,随访 1 年。患儿在此期间(服用过 12 次药物,平均服药时间 6 天),发生过 2 次上呼吸道感染。

按 本例患儿初见形体瘦小,少言懒动,手心热有潮汗,动则汗出,纳少食呆,考虑其为“气阴两虚”证。阴虚则内热,蒸迫汗液外出;气虚则表疏,不能固敛营阴,若多汗日久,必然进一步耗伤气阴,以致“多汗易感”。气虚脾弱则纳呆,阴虚胃损则食少;阴虚无水舟停,气虚推动无力,故见大便燥结

难出。其治疗重点在于平素饮食生活调摄,再加之定期予益气养阴扶正,可达“正气存内,邪不可干”。

#### 4 讨论

笔者认为,大多数疾病的发展,一般都遵循着由浅入深,由“量变”到“质变”的过程,即“积常有”状态<sup>[3]</sup>。医者若能把握时机,找到合适的治疗时间窗,及时干预调摄,可达到“四两拨千斤”之效。本方法即在“积”到一定程度,出现相应临床症状但尚未发病时,积极干预调摄,意在去“积”(即积累的过

程),防治其“质变”。此时病轻,用药应尽量轻巧,以免损伤正气,本方法用药轻灵,以调节为主,帮助纠正机体此阶段的阴阳偏颇,使机体在此干预下“积”的量减少,从而达到预防呼吸道感染发作。

#### 参考文献

- [1] 中华中医药学会中医儿科常见病诊疗指南·反复呼吸道感染[S]. 北京:中国中医药出版社,2012:27-30.
- [2] 高国鹏,高树彬. 基于“食积常有”理论对小儿反复呼吸道感染病前状态的再认识[J]. 中医儿科杂志,2016,12(6):27-29.
- [3] 高树彬,田志伟. 试论小儿“积常有”状态[J]. 中医杂志. 2012,53(5):393-394.

(收稿日期:2018-07-18)

(本文编辑:金冠羽)

(上接第 18 页)

#### 参考文献

- [1] 郭忠鹏,马晓燕. 从脾论治肾病综合征[J]. 实用中医内科杂志. 2015,29(7):80-

- 81.
- [2] 刘明武注. 黄帝内经[M]. 长沙:中南大学出版社,2007.
- [3] 王光晃,王耀之. 青风藤临床开发运用当

- 议[J]. 中国中医药信息杂志,2001,8(4):32.
- [4] 段文吕. 青藤碱对 IgA 肾病大鼠蛋白尿及足细胞损伤的影响[D]. 湖北中医药大学,2013.

(收稿日期:2018-09-07)

(本文编辑:金冠羽)

### 中医典故

## 覆盆子名字的由来

覆盆子是蔷薇科木本植物,果实味道酸甜,可以用来入药。中医认为覆盆子有很好的补肾、固精、缩尿的功效,其名称的由来就与其功效有直接关系。这里的“覆”是颠覆的意思,覆盆就是将盆子倒过来。据说古代有几位男性结伴出行,长途跋涉后又渴又饿,便在附近寻觅吃食。后来在附近的一棵树上发现了一种野果,果实是由很多小果肉合在一起形成的,类似于草莓,摘下来一尝发现酸甜可口,于是几个人就开始摘这种野果充饥解渴。没想到当天晚上足足睡了一整夜都没有夜尿,情况与以往大不相同,因此发现这种野果固精缩尿的功效非同一般。长期吃这种果子,以往多次夜尿的人都可以将尿盆倒扣过来不使用了,因此得名“覆盆子”。了解了其名称的由来,也就对其功效有了深刻的认识。

其实覆盆子就是人们常说的“树莓”,其味甘、性平,入肝、肾二经,有滋补肝肾、壮阳固精、养肝明目、温中补虚的功效,临床常用来治疗阳痿、遗精、眼花以及肾虚导致的咳嗽、腹泻等疾病。现代医学认为,覆盆子含有丰富的维生素、矿物质、覆盆子有机酸、多糖等生物活性成分,有较强的抑菌消炎作用,并且它所含的覆盆子油属于不饱和脂肪酸,能够促进激素分泌,预防和治疗前列腺疾病。

(摘自《中国中医药报》)