

## 急性上呼吸道感染

### 【概述】

急性上呼吸道感染(简称上感)是小儿最常见的疾病。临床上以发热、恶寒、鼻塞流涕、咽喉疼痛、咳嗽为特征。病情轻者为普通感冒,病情重者且有流行趋势,称为流行性感冒,反复发作者,称为反复呼吸道感染。

上感 90% 以上为病毒引起。经过病毒感染后,上呼吸道的粘膜失去抵抗力,可继发细菌感染。此病一年四季皆可发病,冬春两季发生较多。因上呼吸道的解剖特点及免疫特点,婴幼儿发病率最高。致病病毒的传播一般通过飞沫及直接接触。营养不良、佝偻病及平素缺乏锻炼的小儿易患上感,环境因素与护理不同,也可诱发本病。

急性上呼吸道感染起病较急,以发热、恶寒、鼻塞流涕、喷嚏、咽痒咽痛为主要症状,多兼咳嗽。部分患

儿在疾病早期可伴有恶心 呕吐 腹泻 腹痛 或高热惊厥 咳嗽痰鸣。

咽部检查可见咽红 咽后壁滤泡充血肿大 扁桃体红肿 胸部听诊呼吸音增粗 干、湿性啰音不明显。

血常规检查 病毒感染白细胞计数正常或减少 淋巴细胞相对增加 单核细胞增加 细菌感染则白细胞计数大多增高，中性粒细胞增高。

## 【辨证分型】

急性上呼吸道感染中医属‘感冒’范畴 系由感受风寒、暑、湿、燥、火六淫之邪 邪客于肺卫所致。

### (一) 风寒感冒

主症 发热 恶寒 无汗 头痛 鼻塞流清涕 喷嚏，咳嗽 口不渴 咽不红 苔薄白 脉浮紧。治宜辛温解表。

### (二) 风热感冒

主症 发热较重 恶风 有汗热不解 头痛 鼻塞，或流黄涕 咳嗽声重 痰粘白或稠黄 咽红或痛 口干喜饮 舌红 苔薄白或薄黄而干，

脉浮数。治宜辛凉解表。

### (三) 暑邪感冒

主症 高热无汗 头痛 身重困倦 胸闷泛恶 食欲不振 或有呕吐、腹泻、咳嗽。苔薄白或腻，脉数。治宜清暑解表。

### (四) 虚证感冒

主症 发热不高 反复发作 自汗 面色苍白 恶风怕冷 鼻塞流清涕 肢软乏力 胃纳不佳 或有咳嗽 舌淡嫩 苔薄白 脉细弱。治宜调和营卫。

## 【家庭调治】

(一) 适用于风寒感冒的单方、验方、偏方、食疗方：

1. 葱须、香菜根、白菜根各少量 煎水代茶饮 乘热饮用 温覆取汗。
2. 白菜茎根 1 块 生姜 3 片 红糖 60 克 同煮热饮 频服避风寒。
3. 生姜 15~30 克 红糖 20 克。将生姜洗净 切作

片捣烂入红糖水煎趁热饮用，一次 50~100 毫升。

4. 鲜橄榄 30 克 生萝卜 250 克。洗净 萝卜切片，水煎去渣 代茶饮。

5. 粳米 50 克 紫苏叶 6 克。先将粳米煮粥，再用紫苏叶煮汁 将汁调入粥内 加糖食用。

6. 先将淡豆豉 50 克放锅内加一小碗水，煎煮 10 分钟后加入洗净带须的葱 30 克继续煎 5 分钟。趁热服用。

7. 荆芥 10 克 紫苏叶 10 克 茶叶、生姜各 10 克，加适量水煎沸，再加入红糖适量，代茶饮。

8. 葱白 4~5 根 淡豆豉 10 克 生姜 3 片用适量水同煎 趁热饮服。

9. 芦荟叶 1.5 克 苹果 1 个 同榨汁 加糖调饮。

10. 鲜橄榄 60 克 葱头 15 克 生姜、紫苏叶各 10 克。将鲜橄榄去核，同上料加水 1 200 毫升煎煮至 500 毫升 加食盐调味 去渣饮汤。每日 2~3 次。

11. 将 50~100 克糯米淘净后与 3 克生姜入砂锅内煮 1、2 沸 再放入 5~7 茎连须葱白 待粥将成时 加入 10~15 毫升米醋，稍煮即可。粥要趁热服。

12. 取陈粳米 30~60 克 置铁锅内炒至焦黄 加水 再放人生姜 3~5 片 大枣 3~5 枚 去核 撕碎 ) 慢火煮至粥成。每日或数日服用 1 次。

13. 葱白 500 克 大蒜 250 克 切碎 加水 2 000 毫

升煎煮。日服 3 次 每次 250 毫升 连服 2~3 天。

14. 葱白 3 根 白萝卜 15 克水煎服 连服 3 天。

15. 茶叶 10 克 生姜 10 片(去皮)同煎汁 饭后饮 1 杯。

16. 荆芥、甘草少量煮汁 代茶连饮 2~3 天。

17. 将适量葱白洗净、切碎 开水冲泡 趁热熏鼻，并做深呼吸。用于鼻塞者。

18. 将生姜 10 片洗净 放入锅内加水煮 10 分钟左右 去姜片 打入鸡蛋 放入盐、味精等调料即成。吃蛋喝汤。

19. 白胡椒末 2 克 米醋 2 杯 开水冲服。

20. 芥子末 1~2 克，以水调成糊填脐内，橡皮膏封贴 外用热水袋敷脐部 汗出为佳。

21. 葱白 5 根，洗净剖开，加母乳（或牛奶）50 毫升 放入杯内加盖 隔水蒸熟 去葱后 倒入奶瓶喂婴儿 饮服。

（二）适用于风热感冒的单方、验方、偏方、食疗方：

1. 银花 10 克 茶叶 5 克 白糖 50 克，加适量水煎汁 每日 1 次 连服 2~3 天。

2. 将金银花 15 克 山楂 10 克放锅内 加水旺火煮沸 3 分钟后 倒出药汁 原料再熬汁 1 次 两次药汁合

并加入 25 克蜂蜜拌匀，即可饮用。

3. 桑叶、菊花各 5 克 青竹叶、白茅根各 30 克 薄荷 3 克 上料用沸水冲泡 浸 10 分钟。代茶多饮。

4. 薄荷粉 30 克 红糖 500 克。先将红糖放入锅中加水熬稠 加入薄荷粉 再熬至成丝状 不粘为适度 即停火 将薄荷糖倒入涂有熟菜油的搪瓷盘 稍冷切块即成。随时食用。

5. 将菊花 10 克稍煮后 去渣取汁。加 150 克粳米煮粥食用。

6. 先将粳米 50 克煮成粥 另用牛蒡根 20 克水煎，开后 5 分钟取汁 加入粥内适量加糖调匀。温食、凉食均可。

7. 菊花 10 克 开水冲泡 加白糖适量 代茶饮用。

8. 大白茅根 3 个 大葱根 7 个 芦根 15 克 煎水取汁 每日 1 次 连服 2~3 天。

9. 凉瓜 100 克 葛根 10 克 洗净切块 煎水。每日 1 次 连服 2~3 天。

10. 银花、菊花各 10 克 芦根 15 克 水煎。代茶饮用。

11. 白茅根、芦根各 15 克 葱白 3 寸 水煎代茶饮。

12. 白萝卜、青橄榄各适量 炖水代茶。

13. 先将银花 15 克 鲜芦根 30 克加水 500 克 煮 15 分钟后下薄荷 3 克 煮沸 3 分钟，滤出加适量白糖。

温服 每日 3~4 次。

14. 将桑叶、菊花各 10 克 薄荷、甘草各 5 克混合后用开水冲泡即可代茶频服。

15. 西河柳 10 克 生桑叶 9 克 生姜 3 片，水煎服。

16. 鲜橄榄 6 枚 萝卜半斤 水煎 当茶饮服。

17. 羌活 15 克 大青叶 12 克 板蓝根 20 克 生甘草 6 克 水煎服。

18. 大青叶 10 克，生石膏 20 克。水煎分 2 次，1 日服完。

19. 板蓝根 10 克 葛根 6 克 水煎加白糖少许 每日一剂 连服 2~3 天。

20. 芥菜 250 克 豆腐 2 块 生姜 2 片，水适量煮熟 加盐调味趁热饮汤。

21. 生石膏 30 克装药袋，与鲜竹叶 30 克先煮 30 分钟，去渣及药袋取汁，加入淘净粳米 50 克熬粥。粥成加适量白糖温服。

(三) 适用于暑湿感冒的单方、验方、偏方、食疗方：

1. 白菜根 1 棵 绿豆 30 克，同煎汤食用。

2. 用 50 克粳米煮粥 将荷叶一张切碎煎汁 调入粥内食。

3. 鲜藿皮叶加适量水煎 加糖 随时饮用。

4. 六一散 10 克先水煎 10 分钟，后加薄荷 3 克煮沸，去渣取汁饮用。

5. 香薷、藿香各 10 克 水煎服。

6. 紫苏叶、香附各 10 克 陈皮、生甘草各 3 克 水煎服。

7. 金银花 10 克 连翘 10 克 蚤休 10 克 薄荷 5 克 香薷 5 克 水煎服。

8. 先将 50 克绿豆去杂质、洗净 放入锅内加水文火煎汤，待豆熟烂时加入荷叶露 100 毫升(或用鲜荷叶一张)蜜汁 30 克煮数沸即可。

9. 藿香 6 克 佩兰叶 3 克 扁豆花 3 克 白糖适量，水煎后白糖调味服 每日 1 剂 连服 1~2 天。

10. 鲜荷叶、鲜芦根各 20 克，白糖少许。水煎服。

11. 绿豆 30 克(捣烂)绿茶 3 克(布包)加水适量煎至半碗 去茶叶包后 加糖适量服用。

12. 西瓜去籽取瓢，番茄去皮，榨汁，加水适量饮用。

# 高热惊厥

## 【概述】

高热惊厥 又称热性惊厥 是指在小儿脑发育的某一特定时期，由于发热而诱发的惊厥性疾患。临床特征是在发热性疾病的早期 体温骤升阶段发生惊厥 发作时体温多在  $38.5 \sim 39^{\circ}\text{C}$  以上，发作前一般状况良好。除原发病如‘感冒’等症状表现外 无其他异常。本病一年四季皆可发生，以 6 个月至 3 岁为好发年龄。男孩发病率高于女孩，有明显的遗传性。

典型的高热惊厥 发生于发热早期，一般在 6~12 小时以内 惊厥时体温在  $38.5 \sim 39^{\circ}\text{C}$  以上。表现为意识丧失，全身或局部肢体强直性抽搐，伴有双眼上翻，凝视或斜视，几分钟后缓解。一次发热性疾病过程中通常只发作 1 次。

体格检查常为感冒的体征。神经系统检查，瞳孔等大等圆 对光反射存在 布氏征阴性 巴氏征阴性。

血常规检查 原发病为细菌感染 白细胞计数可增高，病毒感染则白细胞计数正常或降低。

脑脊液常规检查正常。

脑电图检查，发作后可有轻度的改变，出现慢波；周后脑电图正常。

## 【辨证分型】

高热惊厥属中医“急惊风”范畴 因其多在感冒初期发作 故又属“感冒挟惊”。大多为感受外邪 风热或暑热 蕴而化热 引动肝风而致。

### （一）外感风热

主症 起病急骤 发热 烦躁、头痛 神昏惊厥 伴流涕、咳嗽 舌质红 苔薄黄。治宜疏风清热，熄风镇惊。

### （二）外感暑邪

主症 壮热多汗 烦躁 头痛项强 四肢抽搐 舌质红 苔黄腻。治宜清热祛暑 开窍镇惊。

## 【家庭调治】

适用于高热惊厥的单方、验方、偏方、食疗方：

1. 鲜一枝黄花 30 克 生姜 1 片 同捣烂取汁 开水冲服。
2. 鲜九节菖蒲 10 克，洗净捣烂滤汁，加姜汁数滴 灌服。
3. 鲜鸭跖草 60 克 水煎服 或捣汁灌服。
4. 九节菖蒲 5 克 远志 3 克 水煎服。
5. 过坛龙全草 15 ~ 30 克，加冰糖水煎服，连服 3 剂。
6. 寒水石 9 克 鲜芦根 30 克 水煎服。
7. 鲜芦根 100 克 水煎代茶饮。
8. 制僵蚕 9 克 钩藤 6 克 鲜菖蒲 12 克 水煎服。
9. 蝉蜕 9 克 钩藤 9 克 水煎服。
10. 山栀 9 克 菊花 6 克 钩藤 9 克 水煎服。
11. 山羊角 30 克 削片 加水适量 煎 30 ~ 40 分钟，分次饮服。
12. 生石膏 30 克 蝉衣 9 克 水煎煮 去渣取汁 分次服用。
13. 生石膏 30 克 香薷 12 克 连翘 12 克 钩藤 9

克水煎煮 每日 1 剂 分 2~3 次服用。

14. 生石膏、大青叶各 30 克，加水煎煮取汁，分 2~3 次送服牛黄粉 0.6 克。每日 1 剂 连服 3 日。

15. 纯金戒子 1 只 加水适量 煎煮 20~30 分钟，饮汤。

16. 西瓜 1 只 取瓢榨汁 代茶饮。

17. 蝉衣 6 克 僵蚕 10 克水煎，去渣取汁，加白糖适量分次灌服。

18. 生石膏 30 克 蝉衣 6 克 钩藤 6 克先水煎 去渣取汁，加入洗净去皮荸荠 250 克再煮，可加冰糖调味，分次服食，喝汤吃荸荠。

19. 鲜番茄 250 克洗净沸水烫后 去皮榨汁 加适量白糖调匀，随时饮用。

20. 白萝卜 500 克 甘蔗 500 克洗净去皮切块 与金银花 10 克 竹叶 5 克 灯芯 1 扎共水煎 饮服时加白糖可当茶饮 每日 2~3 次。

21. 桑叶 10 克 菊花 10 克 竹叶 10 克 钩藤 6 克洗净 加水煎煮 5 分钟，煮沸后加盖焖 10 分钟，去渣取汁，加蜜糖调味，代茶饮服。

22. 丝瓜 300 克洗净 去皮 水煎煮 加食盐、味精调味 喝汤吃丝瓜。

23. 竹叶粥 鲜竹叶 30 克洗净 与生石膏 30 克共水煎 去渣取汁 入洗净粳米 50 克熬粥。服时加适量

白糖或食盐调味 每日 2 次。

24. 荷叶粥：鲜荷叶 1 张洗净切碎，煮后去渣取汁。再入淘净粳米 50 克煮粥。加白糖或食盐调味温服。

25. 珍珠母 30 克打碎洗净 菊花 10 克 钩藤 10 克洗净 共水煎 去渣取汁 再入粳米 50 克熬粥 加白糖调味服食。

# 支气管炎

## 【概述】

支气管炎常继发于上呼吸道感染。为支气管粘膜发生炎症所致。临床上以咳嗽、咳痰为主要症状。一般可分为急性支气管炎、慢性支气管炎及喘息性支气管炎。

本病以冬春二季发病较多。婴幼儿或体质较弱者易反复发作。凡引起上呼吸道感染的病原体都可成为本病的致病原。

急性支气管炎发病可急可缓，大多先有上呼吸道感染的症状后逐渐咳嗽加重，主要症状为咳嗽、咳痰，发热可有可无。肺部听诊呼吸音粗糙，可闻及干啰音或粗湿啰音，随体位变动及咳嗽而变。

慢性支气管炎系反复多次的呼吸道感染，病程超过 2 年，每年发作时间超过 2 个月，常伴有慢性鼻窦炎、扁桃体炎或继发于重症肺炎之后，主要症状为持久

性的咳嗽 多日不愈伴喘息 痰量或多或少 严重时可有发热。呈慢性病容 营养状态差 生长发育不良。肺部听诊可闻及干啰音或粗湿啰音。

喘息性支气管炎发病年龄较小，多见于 1~3 岁婴儿。常继发于上呼吸道感染之后，主要症状为咳嗽气急喘鸣。可有发热。肺部听诊可闻及喘鸣音及大中湿啰音。

血常规检查 细菌感染 白细胞总数升高 中性粒细胞比例升高 病毒感染白细胞总数正常或降低 喘息性支气管炎患儿，嗜酸性粒细胞计数增高。

胸部 X 线检查 急性支气管炎 X 线检查可以正常或有两肺纹理增生；慢性支气管炎 X 线胸片显示间质性慢性炎症及肺气肿等改变；喘息性支气管炎可出现肺气肿征象。

## 【辨证分型】

支气管炎属中医‘咳嗽’范畴。急性多因感受六淫而发病。慢性多为肺、脾、肾三脏虚损所致。

### （一）外感咳嗽

#### 1. 风寒咳嗽

主症：咳嗽频作，干咳为主，或有少量稀白痰液，鼻塞流涕，恶寒无汗，或有发热。舌淡红，苔薄白，脉浮数。治宜疏风散寒，宣肺止咳。

## 2. 风热咳嗽

主症 咳嗽不爽或咳声重浊 吐痰粘稠色黄 不易咯出 口渴 咽痛 鼻流浊涕 或伴发热 恶风微汗出 舌红苔薄黄 脉浮数。治宜疏风清热对肺。

## (二)内伤咳嗽

### 1. 痰热咳嗽

主症：咳嗽痰多色黄，稠粘难咯，甚则气息粗促，喉中痰鸣 或伴发热口渴 烦躁不宁 小便短赤 大便干结 舌红 苔黄 脉滑数。治宜清肺化痰。

### 2. 痰湿咳嗽

主症 咳嗽痰多 色白而稀 喉间痰声漉漉 胸闷纳呆 神情困倦 舌淡红 苔白 脉滑。治宜燥湿化痰。

### 3. 气虚咳嗽

主症 咳嗽反复不已 以清晨为主 痰白清稀 面色白 自汗畏寒 气短懒言 胃纳不佳 舌淡嫩 边

有齿痕 脉微细。治宜益气健脾化痰。

#### 4. 阴虚咳嗽

主症 干咳无痰 或痰少而粘 不易咯出 口渴 咽干，喉痒，声音嘶哑，午后潮热或手足心热，盗汗，舌红，苔少或见花剥苔，脉细数。治宜滋阴润肺。

### 【家庭调治】

(一) 适用于风寒咳嗽的草药验方、单方、偏方、食疗方：

1. 将生姜 10 克 洗净切好 用沸水冲泡 加盖温泡 10 分钟 再加入麦芽糖适量 代茶频服。

2. 紫苏叶、陈皮各 9 克 白萝卜片 12 克 用水一碗 煎成半碗 加红糖一汤匙 趁热温服。

3. 生姜汁半杯 蜂蜜 30 克 炖热徐徐频服。

4. 将大蒜 60 克 去皮切碎，加冷开水 300 毫升 浸 10 个小时，滤取清液加白糖少许。5 岁以上每次服 15 毫升 5 岁以下减半 每 2 小时服用 1 次。

5. 杏仁 6~10 克 切碎后加水 200 毫升 文火煎至 80 毫升 加少量白糖调味 每日 1 剂 分次服饮。

6. 将鲜芥菜 80 克洗净切成小块 生姜 10 克切片，