

风寒风热如何区分? 服中药如何更对症?

——权威专家回应防疫热点问题

当前,我国疫情防控工作重心从“防感染”转向“保健康、防重症”。在中成药的使用中,很多药的适应症都有风寒和风热的区别,该如何判断自己的症状是寒证还是热证?怎么选中成药治疗更有效?如何避免用药误区?国务院联防联控机制组织首都医科大学附属北京中医医院院长刘清泉作出专业解答。

问:很多中成药的适应症都有风寒和风热的区别,该如何判断自己的症状是寒证还是热证?怎么用药才能更对症、更有效?

答:新冠病毒感染从中医来看属于“疫”病范畴,通俗地说,是传染性很强的外感病。对于外感病,不管其诱因是风寒还是风热,出现临床症状大部分都表现出发烧、怕冷、乏力、咽喉疼痛等。无论是风寒还是风热引起的临床不适,运用具有解表功能、治疗感冒的药物治疗都是有效的。如果有专业医生运用中医理论进一步区分风寒、风热进行治疗,可能效果会更好。

临床表现为发烧、很怕冷、肌肉酸痛、咽干咽痛、乏力、鼻塞流涕等,多属于风寒导致,宜服用疏风解表的中成药,如在北方地区常用的感冒清热颗粒、荆防颗粒等。

临床表现为发热、咽喉疼痛明显,怕冷不明显,肌肉酸痛、乏力、咳嗽等症状的,多属于风热导致,宜服用疏风清热或者化湿解表、清热解毒的中成药,如宣肺败毒颗粒、清肺排毒颗粒、蓝芩口服液等。

患者可根据自身症状选择其中一种中成药。按照说明书剂量或咨询专业医师服用1至2天后,若症状无明显缓解或持续加重,建议及时到正规医疗机构就诊。切勿盲目同时服用多种功效类似的中成药。

特殊重点人群,尤其是老年人合并慢性基础疾病者、肿瘤患者、免疫相关疾病患者、慢性肾功能衰竭在做常规透析的患者等,这些人群如果感染了新冠病毒,选用中成药时一定要向专业医师咨询,在医生指导下用药。

问:《新冠病毒感染者居家中医药干预指引》以及各地出台的指南指引推荐了很多中成药,个人参照这些方案,该怎样选中成药?如何避免用药误区?

答:个人选药时,应注意以下几方面:一是经早期治疗,新冠病毒感染者一般2至3天体温就可以恢复正常,之后一些患者会出现咽喉疼痛、咳嗽、声音嘶哑等症状,此时宜服用具有宣肺止咳功效的中成药,如急支糖浆、通宣理肺丸等;咽喉疼痛明显者加用几天利咽解毒止痛的中成药,如六神胶囊、清咽滴丸等。

二是部分人会出现乏力、呕吐、腹泻,从中医来看是湿邪明显,宜服用化湿解表类的药,如藿香正气水、藿香正气胶囊等。但此时不宜服用清热解毒的药物,以免导致腹泻或消化道症状加重。

三是儿童出现发热、咽干咽痛、咳嗽等症状,可以用疏风解毒、清热宣肺的药物,如儿童清肺口服液等;如发热、食少腹胀、口臭、大便干结,可以用消积导滞、清热宣肺的中药,如小儿柴桂退热颗粒等。对于一些特殊体质的孩子,如过敏性体质,用药前一定要向儿科医生咨询。对于婴幼儿,除了吃药还可以采用非药物性治疗手段来缓解症状,如推拿、捏脊或者中医刮痧。

新冠病毒感染者要理性、合理用药,切忌病急乱投医、盲目用药。用药前要仔细阅读说明书,用药48小时之内症状没有明显缓解,要到医院就诊。不主张同时服用中、西药,中、西药要间隔半个小时以上服用,不要重叠使用同一类型的药物。对于轻型患者来讲,一般服药5至7天,临床症状大多缓解差不多了,就可以用饮食调整进行康复,不要过度服用药物。

(来源\青海日报)

服务重大项目 助企纾困解难

本报讯 黄南州发展与改革委员会紧紧围绕服务稳增长促发展,建立保障机制,创新政策举措,优化审批流程,营造良好环境,打出一系列要素保障“组合拳”,取得良好成效。建立“四个一”要素保障机制,全力服务重大项目建设,实时跟踪重大项目进展情况,及时协调解决重大问题,2022年6月10日起,建行黄南分行分别为中铁隧道局(国道310尖扎至共和公路工程)、中铁二局(西宁至成都铁路甘青隧道XCGQSD-1标段)、中铁十一局(西宁至成都铁路甘青隧道XC-GQSD-2标段)等公司项目顺利开工成功办理银行保函业务,合计3笔1400万元,有效助力黄南当地经济结构转型,履行国有银行企业公民责任,促进高质量发展。

通过开展企业保函行动,集中推动政策制定“最先一公里”和政策落实“最后一公里”协同发力,解决企业发展中的急难愁盼问题,引导企业坚定信心,助力经济稳增长。把保函业务作为推动经济稳定增长和高质量发展的重要抓手,使出具保函工作取得明显成效,切实助企纾困解难。

“订单班”毕业生招聘 笔试考试顺利完成

本报讯 为加快推动黄南州水利事业发展,加强专业技术人才队伍建设,根据黄南州信访工作联席会议专题会议纪要,黄南州水利局面向“订单班”毕业生公开招聘编外专业技术人员笔试考试于2022年12月25日在同仁市顺利进行。本次笔试应考39人,实到36人,弃权3人。

针对此次招聘工作,黄南州水利局、州人力资源和社会保障局、州纪委监委第三派驻纪检监察组秉承从严治考理念,抽调骨干力量,周密部署、精心组织,从考试科目、考场设置、考务人员安排、严肃考风考纪、突发事件处置、医护人员配备等各方面做到应细尽细,各组各尽其责,密切配合,圆满完成考务工作。

黄南州水利局面向“订单班”毕业生公开招聘编外专业技术人员工作,每年拟招聘13名,于2022年至2024年内完成招聘计划。

合作社员喜分红 牧民“提现”笑开颜

本报讯(通讯员 马玉玲)深冬的河南县寒意正浓,收到分红的通知,赛尔龙乡各村党支部书记起了个大早如约而至,乡政府会议室座无虚席、暖意融融。

正值中午时分,赛尔龙乡产业强镇项目达宗鹿场养殖合作社分红仪式正式开始,现场一派热闹景象,拿到分红的村支部书记笑意挂在脸上,心里比吃了蜜还甜。纷纷表示,今天感受到了合作社带来的实惠,相信来年会更好。

兰龙村领取分红的仁青加兴奋不已,他说:“今天拿到合作社的分红特别开心,拿在手里沉甸甸的。今后我们会优化村集体经济资金使用,服务牧民群众,用于村内的基础设施建设等方面。”

达宗鹿场养殖专业合作社位于河南县赛尔龙乡尖克村,成立于2014年,目前有马鹿180头,鹿场可利用纯天然草场达1700亩,为马鹿提供自由运动场。鹿场的养殖模式为开放式养殖,摒弃了单靠饲草饲料喂养的封闭式养殖方

式,利用科学规范的管理方式和养殖方法,养殖纯天然的品种,产品有鹿角、鹿血酒、鹿茸等7种。

2022年达宗鹿场养殖合作社分红12万元,赛尔龙乡各村分红2万元,拿着分红的每位村支部书记脸上洋溢着灿烂的笑容。“看到他们都能拿到分红,我打心底里高兴,我们将继续经营好合作社,争取年年有分红。”达宗鹿场养殖合作社负责人才且多杰话语间尽是欣慰之意。赛尔龙乡党委书记拉且才让告诉笔者,达宗鹿场作为赛尔龙乡特色产业合作社,将进一步优化产业链,提高产品加工技术,拓展销售渠道,让更多牧民受益。

而此时,兰龙村委会院内也是人头攒动、热闹非凡,今天是兰龙生态有机畜牧业牧民专业合作社分红的日子,各股东的喜悦之情溢于言表。参与分红的73名牧民代表纷纷表示,都是党的好政策给大伙的生活带来了新的变化,加入合作社,就能有钱挣,日子越过越红火了。据

了解,兰龙村合作社年底共有2489头牦牛,2022年合作社入股牧户分红资金共计421万元,人均分红达0.8万多元,其中最高分红能达到18万元。“感谢党和政府的惠民政策,感谢合作社为我们带来的收益,让我们真正见证了合作社给牧民分红的承诺。”刚刚拿到13万余元分红的更藏杰喜上眉梢,激动地说。

兰龙村党支部书记长爱心满满地说,“在今后的运营中,合作社将夯实产业基础,积极谋划思路,促进发展,壮大集体经济,取得更好的成绩,让合作社成为兰龙村强村富民的好路子。”

建一个合作社、兴一项产业、富一方百姓、树一面旗帜。发展壮大合作社能凝聚民心,把牧民群众组织起来,让广大牧民稳定增收,助推乡村振兴,让群众在乡村振兴中不断增强获得感 and 幸福感。



同仁市市场监督管理局供

连日来,同仁市积极开展两节前食品安全专项检查,以大型商场超市、大型餐饮服务单位、农贸市场为重点单位,加大食品经营领域食品安全监督检查力度,排查防控风险隐患,切实抓好节前食品安全保障工作。



同仁市公安局交警大队供

近日,同仁市公安局交警大队联合市交通运输综合行政执法大队执法人员走进辖区客运企业开展节前安全大检查活动,坚决预防和遏制各类交通事故的发生。

遗失声明

- ▲ 铁永梅的青D-15210号机动车行驶证、机动车登记证声明遗失。
- ▲ 泽库王家红旗村七社夸什则家庭牧场6323230004121号公章、6323230004122号财务专用章声明遗失。
- ▲ 同仁县保安镇合苏村085号李本才让1人户口簿声明遗失。
- ▲ 同仁一九八七童装统一社会信用代码为92632321MA75R7Q9XM号营业执照(副本)声明遗失。
- ▲ 义和商店许可证编号为:JY16323220004958号食品经营许可证(副本)声明遗失。
- ▲ 同仁县曲库乎乡古德加仓村南拉才让的632321204201000212号农村土地承包经营权证声明遗失。
- ▲ 黄南裕祥粉业有限公司6323210007842号公章声明遗失。
- ▲ 同仁市天莱美餐厅统一社会信用代码为92632321MA75E95B71号营业执照(副本)声明遗失。
- ▲ 河南县宁木特乡周龙牧委会 斗格杰的63232420080042号草原承包经营权证声明遗失。