

科学战“疫” 专家解疑



栏目 | 重庆市卫生健康委 重庆市科协
主办 | 重庆市全民科学素质纲要实施工作办公室

救治与预防新冠肺炎 中医药发挥什么作用

——重庆市科学传播专家团成员李延萍为你答疑解惑

本报记者 沈静

救治与预防新冠肺炎,中医药可以发挥什么样的作用?近日,重庆市中医院党委委员、副院长李延萍就这个问题发表了个人看法。她认为,少出门、戴口罩、勤洗手仍然是预防新冠肺炎的重要举措。



人物简介

特邀专家:李延萍

重庆市科学传播专家团成员,重庆市中医院副院长,硕士生导师,市级名中医,重庆市学术技术带头人,中华中医药学会脾胃病分会常务委员,重庆市中医药学会副会长、脾胃病专委会主任委员,《世界中西医结合杂志》常务编委,《实用中医药杂志》常务编委,《重庆医学》杂志审稿专家。承担各类科研课题8项,参编学术著作5部,获重庆市科技进步奖等4项。先后在国家核心期刊上发表论文30余篇。

记者:疫情初起,重庆中医药即全面动员,参与救治,那么中医药在新冠肺炎的治疗中成效如何?

李延萍:疫情发生以来,重庆高度重视中医药参与疫情防控工作,早在第一时间就全面介入了防控工作。1月24日,重庆市新冠肺炎中医专家组共16人就奔赴了全市抗疫一线,分别在全市四个定点救治医疗机构,深入隔离病房查看患者病情,遣方用药,开展中西医协同诊治。

截至2月14日,在537名新冠肺炎确诊病例中,市级中医专家组共同参与诊治患者451例;全市152例出院病例中,市级专家组参与救治的有131例。在中医药参与治愈患者中,对改善患者发烧、咳嗽、气促、乏力、纳差等症状疗效确切。驻万州片区的中医专家组组长、市级名中医、重庆市中医院肝病科刘华宝主任说:“中医药对影像学改善也有帮助,同时也观察到还能提高淋巴细胞及CD4、CD8水平。”

记者:重庆中医在缓解新冠肺炎中做了哪些努力?

李延萍:除了参与到临床治疗以外,重庆市针对新冠肺炎的中医药科研也在同步开展。在重庆市科技局的支持和市卫生健康委的指导下,重庆市中医院牵头重庆多所中医医疗机构紧急启动了“中医药在新型冠状病毒肺炎临床救治中的研究与应用”项目。目前进展顺利,部分研究成果已纳入重庆市卫生健康委更新的第二版新冠肺炎中医药防治推荐方案中,发布《重庆市新型冠状病毒肺炎中医药

防治推荐方案(试行第二版)》。

目前,重庆市中医院受市卫生健康委的委托正在牵头完成2个中药院内制剂开发,正在进行申报前的各项准备工作。同时,针对无症状感染者,也积极启动中医药早期干预的观察研究,力争减少这部分群体出现相关症状或病情加重。

1月26日,重庆市中医院也第一时间派出了第一支援鄂医疗队在湖北孝感第一人民医院接管了一个病区,其中中医药参与达90%。

记者:作为中医专家,请您谈谈这段时间人们日常生活应该注意哪些问题?

李延萍:祖国医学对于传染性疾病的预防早有认识,如2000多年前《黄帝内经》就有:“五疫之至,皆向染易,无问大小,病状相似……正气存内,邪不可干,避其毒气。”认为“五疫”的到来,都相互传染,不论大人小孩,病状都是一样的。若要不被感染,一方面要正气充实于内,要避免疫毒侵犯。当下,新冠肺炎就属于中医疫病范畴,病因为感受疫戾之气,属于时令病的范畴,其发病有季节性,同时有流行性和传染性的特点。人们首先要避免外出,尤其不要到人多的场所,如娱乐场所等地方。另外家里每天也要保持通风,最好半小时以上。暂不要接触近期出入过武汉的人或与武汉有密切接触的人,避免与邪气接触,就不会感染病毒。如果一定要外出,在人多的地方必须戴口罩,如口罩有潮湿污染,一般建议4个小时左右需更换;回到家要立即洗手,门把手、卫生间等地方要勤消毒;不聚会,家庭用餐也要分餐制、用公筷。

记者:请问日常生活中人们可吃些什么能起到预防的作用呢?

李延萍:中医认为饮食也要有节制,饮食规律,食物多样化,荤素搭配,避免吃生冷肉类及蔬菜,坚决不吃野生动物;适量多喝水,不暴饮暴食也不刻意减重,避免体重过轻,超重和肥胖的人群适当降低主食和高油脂饮食的摄入;规律作息,不熬夜,保证充足睡眠;每天运动1小时,增强心肺功能,但不参加群体性体育活动,不在人员密集的场所运动;正确选择零食,如坚果、酸奶、豆腐干、肉干、肉松、奶酪等;科学合理选择营养素补充剂,如乳清蛋白、复合维生素等。

记者:有些人对这次疫情都感到恐慌,请问你有什么建议吗?

李延萍:《内经》说:“夫上古圣人之教下也,皆谓之虚邪贼风,避之有时,恬淡虚无,真气从之,精神内守,病安从来,春三月,天地俱生,万物以荣,夜卧早起。”就是说起居要有规律,不要过分劳累,动静相结合,适度运动锻炼;心神清静安闲,不恐慌、不焦虑,这样“真气”深藏顺从,形体与精神就能协调统一,疾病就不会发生了。

从目前的防控形势来看,虽然此次疫情传播较快,但党中央、国务院高度重视,习近平总书记主持召开中央政治局常委会专题研究疫情防控工作,全市在市委、市政府的坚强领导下,实施系列行之有效的防控措施,中医药将为打赢新冠肺炎阻击战贡献自己的力量。

什么力量也压不倒我们中国

江北区农业农村委退休高级农艺师 周能武

为了救治新冠肺炎患者,武汉火神山医院从成立建设指挥部,到组织人力、物力连夜进场开建,它与时间赛跑,与病魔争先,2月2日,火神山医院竣工,共编设床位1000张,之后火神山医院医护人员全部到位,进行医疗设备安装调试,完成后交付使用并接收病人。以同样目的而建造的武汉雷神山医院也同样投入战“疫”中。

火神山、雷神山两座现代化医院,都是以抢救人民生命为宗旨,高质量、

高速度建成并投入使用的。这就是中国智慧、中国力量、中国速度的集中反映,这就是增强“四个意识”、坚定“四个自信”、做到“两个维护”的集中反映,这就是我国国家制度和治理体系13个显著优势的集中反映,这就是中国人民、中国军队具有优良传统、勤劳勇敢、听党指挥、敢于斗争、敢于胜利的集中反映。

如今,人力、物力等根据需要由党统一指挥统一安排,充分体现了一方有难、八方支援的精神。

为了缩短工期,早日建成医院,施工人员在工地上吃年夜饭,大家一口包子、一口方便面过年,没有一句怨言。

为了及时收治病员,由军队抽组1400名医护人员承担武汉火神山医院医疗救治任务。按照习总书记指示要求,全军官兵牢记人民军队宗旨,闻令而动,勇挑重担,敢打硬仗,积极支援地方疫情防控。从2月初开始,军队抽组医疗力量分批次集结武汉,聚力打赢新冠肺炎疫情防

控阻击战。

中国在中国共产党的领导下没有什么困难不能克服。

在中国,没有什么力量能够阻挡我们前进。

在这次新冠肺炎疫情防控工作中,只要我们坚决听从以习近平同志为核心的党中央的坚强领导和指挥,全党全国各族人民同心同德、万众一心,就一定能够取得这次防控阻击战的彻底胜利。