

春城名医 | 昆明市中医医院肺病科副主任医师刘青： 中医开药方教你对症治咳嗽

都市时报全媒体记者 茹伟

※新闻拓展

常见咳嗽类型 及中医对症成方

中医认为，咳嗽是肺系疾病的主要证候之一，指肺失宣降，肺气上逆作声。有声无痰为咳，有痰无声为嗽，一般多为痰声并见，难以截然分开，故以咳嗽并称。刘青解释说，咳嗽的病变主脏在肺，与肝、脾相关，久则及肾。外感咳嗽主要有风寒袭肺、风热犯肺、风燥伤肺几种。

风寒袭肺

症状：一般为咽痒咳嗽声重，气急，咯痰稀薄色白，常伴鼻塞，流清涕，头痛，肢体酸楚，恶寒发热，无汗等表证，舌苔薄白，脉浮或浮紧。

治法：疏风散寒，宣肺止咳。

方药：三拗汤合止嗽散。

风热犯肺

症状：咳嗽频剧，气粗或咳声哑，喉痒咽痛，咯痰不爽，痰黏稠或稠黄，咳时汗出，常伴鼻流黄涕，口渴，头痛，肢楚，恶风，身热等表证，舌苔薄黄，脉浮数或浮滑。

治法：疏风清热，宣肺止咳。

方药：桑菊饮。

风燥伤肺

症状：喉痒干咳，连声作呛，咽喉干痛，鼻干燥，无痰或痰少而粘连成丝，不易咯出，或痰中带有血丝，口干，初起或伴鼻塞、头痛、微寒、身热等表证，舌质红干而少津，苔薄白或薄黄，脉浮数或小数。

治法：疏风清肺，润燥止咳。

方药：桑杏汤。

痰热郁肺

症状：咳嗽气息粗促，或喉中有痰声，痰多质黏厚或稠黄，咯吐不爽，或有热腥味，或吐血痰，胸胁胀满，咳时引痛，面赤，或有身热，口干而黏，欲饮水，舌质红，舌苔薄黄腻，脉滑数。

治法：清热肃肺，豁痰止咳。

方药：清金化痰汤。

肺阴亏耗

症状：干咳，咳声短促，或痰中带血丝，低热，午后颧红，盗汗，口干，舌质红，少苔，脉细数。

治法：滋阴润肺，化痰止咳。

方药：沙参麦冬汤。



刘青为患义诊 供图

※专家简介

刘青



副主任医师，副教授，硕士研究生导师；昆明市卫生科技知名专家；云南省优秀青年中医；云南省中医临床优秀人才；云南省中医药学会肺系病专业委员会常委；云南省医药学会呼吸专业委员会常委；云南省抗癌学会委员。

荣获“云南省卫生厅嘉奖”“抗疫英雄”“最美逆行者”“昆明好人”等荣誉称号。

刘青致力于《黄帝内经》《伤寒杂病论》的临床研究，擅用经方治疗急慢性呼吸系统疾病及内科疑难杂症，尤其是对肺结节、肺癌的诊疗经验丰富。

都市时报·春城名医栏目通过发布最新医疗资讯、传递健康科普知识，搭建医患有效沟通平台，以提高市民对部分常见疾病的认知。栏目邀请昆明地区公立三甲医疗机构专家组成专家库，为大众解惑答疑。如果你有健康方面的困惑，可扫码加入“都市时报大健康交流群”留言，由专家为你科普、答疑。



塞、肺部肿瘤、心衰等有关，所以慢性咳嗽一定不能大意。”

“咳嗽变异性哮喘是一种特殊类型的哮喘。对花粉、部分食物等过敏的过敏体质者、有慢性气道疾病的中老年人、有支气管哮喘家族史者会增加患这种疾病的概率。”刘青把这种病的症状总结为，临床多表现为长期顽固性干咳，可由吸入刺激性气味、冷空气、接触变应原、运动或上呼吸道感染后诱发，多在夜间或凌晨加重。

上气道咳嗽综合征也叫鼻后滴漏综合征。是指各种病因导致的鼻腔或鼻窦炎症性分泌物，经后鼻孔流入鼻咽部、口咽部、下咽部，对咽部黏膜造成刺激，从而引起以慢性咳嗽、咽异物感、咽部黏痰附着感等症状为主要表现的综合征。“有临床数据统计，其发病率约占慢性咳嗽的92%—95%，是导致成年人慢性咳嗽的主要病因。”刘青补充说。

而嗜酸性粒细胞性支气管炎，表现多为刺激性干咳，或伴少量黏痰，痰液中嗜酸性粒细胞比例升高，但患者肺功能中通气功能正常。主要是由于吸入过敏原或由于职业因素接触化学试剂、化学制品导致的。过敏原可能是花粉、尘螨等，化学试剂及化学制品有甲醛、丙烯酸盐、橡胶手套等。

针对慢性咳嗽的治疗，需要明确病因，比如肺炎、肺结核、肺癌、肺间质纤维化等，也需要积极治疗。

不同疾病引起的咳嗽是不一样的

从咳嗽的表现形式上来说，刘青把咳嗽分为半夜咳嗽、白天咳嗽、整天咳嗽、躺着咳、积食或者着凉咳嗽几种。

半夜咳嗽：半夜是一天中温度低的时候，肺气不足，容易受寒，此时咳嗽一般是肺气不足引起的，可以通过舌苔来进一步判断。

白天咳嗽：早上起来咳嗽，很多是分泌物在咽喉处出不来所致，大多是无痰，或者少量的分泌物；白天咳嗽，但不剧烈。时不时咳嗽，而且容易出汗，可能是脾虚导致。

白天夜晚都咳嗽：早上晚上均咳嗽频繁，白天减轻，遇到冷空气、运动后加剧，伴随咽喉干痒等很有可能是过敏性咳嗽。如果白天晚上都经常咳嗽带喘，晚上咳嗽比白天更加剧烈，还会突然发热，多半考虑是肺炎。

咳嗽大家都不陌生。可咳嗽有哪些分类？应该如何治疗？中医对秋冬季咳嗽的认识和治疗方法有哪些？应该如何预防咳嗽？都市时报《春城名医》栏目记者采访了昆明市中医医院肺病科副主任医师刘青，听中医专家讲讲有关咳嗽的问题。

3周以内的咳嗽一般称为急性咳嗽

刘青解释，咳嗽是呼吸道最常见的症状之一，是机体清除外界侵入呼吸道异物和气管内分泌物，以及消除呼吸道刺激因子，抵御感染的一种保护性功能。

如果按时间分类，咳嗽可以分为急性、亚急性、慢性；按性质，又分干性和湿性咳嗽。

“急性咳嗽指的是病程小于3周的咳嗽。最常见的病因是普通感冒、急性支气管炎、急性鼻窦炎、过敏性鼻炎、慢性支气管炎急性发作、支气管哮喘等。而亚急性咳嗽的病程一般是3—8周，最常见的原因是感染后咳嗽、细菌性鼻窦炎、支气管哮喘等引起的。”刘青医生说，临床上咳嗽时间在3周以内称为急性咳嗽，3周以上到8周的咳嗽为亚急性咳嗽，超过8周的为慢性咳嗽。

针对急性咳嗽的治疗，刘青建议，积极治疗感冒、急性支气管炎、急性鼻窦炎、过敏性鼻炎、慢性支气管炎急性发作、支气管哮喘等。而亚急性咳嗽，需要积极治疗上呼吸道感染后咳嗽、细菌性鼻窦炎、支气管哮喘等。

上气道咳嗽是成年人慢性咳嗽的主因

而慢性咳嗽，一般是病程大于8周的咳嗽，又分为两大类：明确病变者，如肺炎、肺结核、肺癌、肺间质纤维化，支气管扩张，慢性支气管炎等；另一类是不明原因的慢性咳嗽，常见原因有咳嗽变异性哮喘、上气道咳嗽综合征、嗜酸性粒细胞性支气管炎和胃食管反流性咳嗽。“有15%—30%的慢性咳嗽可能与肺炎、肺结核、肺栓