

江大附院新冠康复中医门诊开诊一月余

## 接诊的那些“阳康”患者如今怎么样了？

491  
期本版摄影  
杨光曦

钱小蕾 孙卉 杨冷

日前,多地陆续通报新冠病毒感染疫情态势总体平稳,新冠检测阳性率持续保持下降态势。经历了疫情的大考,许多感染者已逐渐康复,也有不少仍在“阳康”恢复中。

针对“阳过”“阳康”后,存在的各类不适症状的人群,江大附院自1月6日起开设新冠康复中医门诊,1个多月来,共接诊患者数百人。看过“阳康”门诊的这些人,经过中医药调理,现在恢复得怎么样了?

## 夜眠盗汗

患者鲍女士(化名)身体状况一向很好,可“阳康”后却发现自己比平时更容易出汗,尤其在夜晚入睡后,醒来总发现衣服被汗水浸湿。中医内科主任、主任中医师钱华接诊后,发现患者出汗多以上半身明显,无心慌症状,舌红苔薄,脉按之的感觉较正常人为细,据此判断患者为“阳康”后盗汗。

钱华介绍,中医将出汗异常分为自汗和盗汗两种类型。自汗指轻微活动或不活动就要出汗,盗汗则是指晚上睡觉时候出汗,醒来后出汗停止。感染新冠

病毒后,人体气阴损伤,阴虚内热迫使人体的津液妄行,则见盗汗。

针对鲍女士情况,钱华选用了太子参、五味子、浮小麦、制萸肉等益气养阴的中药帮助其调理,纠正体内气虚、阴虚,固表敛汗,恢复阴阳平衡。服用药物一周后,鲍女士便感觉夜眠盗汗的情况有了明显好转,两周后身体基本康复。

钱华表示,除有基础病患者外,经中药调理,夜眠盗汗两周内便可纠正,但也要注意从饮食、起居、运动、精神上充分调节,身体才能彻底恢复如初。

## “阳”后咳嗽

有的人明明已经不发烧了,抗原检测也变成“阴性”,为什么还会不停咳嗽?很多人“阳康”后,还是无法摆脱咳嗽的困扰,而且越咳越担心:会不会演变为肺炎?要不要去做个CT?

52岁的周女士(化名)便是其中之一,“阳康”后,她依然咳嗽不止,咳出的痰呈白黏状,有时还会胸闷气短。副主任中医师黄风接诊后,经诊断排除其肺炎。

黄风表示,从中医上看,咳嗽是机体的一种保护性反射,热退之后余邪未尽便会发生咳嗽,它可帮助我们清除呼吸

道内的病原或异物。这类咳嗽往往表现为痰少、色白、痰黏、咽痒等。

周女士的症状通常为阴亏气虚所导致的肺气失宣,临床可以选用养阴益气、润肺止咳一类的中草药,如杏仁、桔梗、南沙参、麦冬等。经过近一个月的调养,周女士的咳嗽症状已基本消失,身体状况也好转了许多。

黄风介绍,前来问诊的咳嗽患者在进行个体化治疗后大多见效显著,少则半月,多则一个多月,基本就能恢复如初,其间患者需每隔一周复诊一次,医生也会根据患者的实际情况调整用药。

## “阳”后失眠

“阳康”后,保证睡眠尤为重要,这是病后恢复的重要方式之一,但很多人感染新冠病毒后却饱受失眠困扰,不同程度出现了入睡困难、醒后难以入睡等症状。

患者刘女士(化名)表示,自己“阳康”后莫名其妙开始失眠,即便是睡着了也容易半夜惊醒,并伴有胸闷气短,有时还会夜间盗汗。

陶文华医师解释,“阳康”后出现睡眠障碍,主要由以下几方面引起:新冠病毒感染后由于发汗退热,导致体内津液

耗损,阴虚内热,上扰心神,以致虚烦不得眠。感染新冠病毒属于外感风、寒、湿之邪。风寒湿邪易伤阳气,因此有部分人“阳康”后仍畏寒怕冷乏力,影响夜间睡眠。部分患者病后出现紧张、焦虑等情绪,导致肝气郁结,气郁化火,也会引起失眠。

根据刘女士的情况,陶文华为其开具了麦冬、炙鳖甲、生地等中药进行调理。治疗近一个月,刘女士失眠的状况已基本消失。

陶文华表示,近期问诊“阳康”后失眠的患者不在少数,由于体质差异,不同患者康复时间也有所差别,效果好的一周就会有所改善,大多数需调理1—2个月才能彻底好转。

据介绍,江大附院在全市率先开设的“新冠康复中医门诊”,充分发挥中医药独特优势,注重整体观念,辨证论治,因人而异,复方用药,帮助“阳过”“阳康”患者减轻不适、早日康复,取得了良好的治疗效果。

春天来了,中医专家提醒大家,早睡藏好阳气,不受风寒保护阳气,多梳头通达阳气,适当运动、多晒太阳,饮食上有所节制,保持心情舒畅,一起调理好身体,享受美好春光吧。