

中医内科学双博士夏永良： 咳嗽分八类 辨证才能准确施治



扫码看视频

地域之间有差异 江南一带多为这几类

“这两年我已经很少咳嗽，得谢谢夏医生的‘灵丹妙药’。”记者联系上70多岁的叶大伯（化名）时，他的声音洪亮清晰。

2021年，叶大伯由老伴陪着来找夏永良看咳嗽。当时，他用大衣把自己裹得严严实实，进来后吃力地坐下。他告诉医生，自己咳嗽已有8年多，总感觉喉咙里有痰，痰咳出来又多又白。叶大伯说完，老伴补充，平时他手脚冰冷，天一冷，咳嗽就更厉害，但他又爱出门夜钓。

夏永良望舌切脉发现，叶大伯舌质淡红苔白，脉弦细，马上开出方子：苓甘五味姜辛汤加减，7付水煎。第一次复诊，叶大伯欣喜地说，喝完这7付汤药，咳嗽竟然好了大半。当然，他也听取建议，停止了夜钓。夏永良叮嘱，停药后须关注气候变化，三伏天再来就诊，冬病夏治加以巩固。叶大伯谨遵医

嘱，近两年咳嗽很少发作。

夏永良介绍，中医把常年咳嗽称为“久咳”或“久嗽”。说到这里，他给记者划了重点——“咳”“嗽”和“咳嗽”并不一样。中医把有声无痰称为咳，有痰无声称为嗽，有声有痰的才称为咳嗽。

在治疗咳嗽时，一定要辨证施治。一般情况下，中医将咳嗽分为八类：风寒袭肺、风热犯肺、燥邪伤肺、痰湿蕴肺、痰热壅肺、肝火犯肺、肺气亏虚、肺阴亏虚。按地域划分，江南一带的人比较容易引起第一、二、六、八类原因引起的咳嗽，其中，临床上又以第一类风寒袭肺多见。

如果根据“内”“外”来区分的话，第一、二、三类为外感咳嗽，即有发烧、流涕、恶寒等感冒症状，第四至第八类为内伤咳嗽，即没有感冒症状。

两种病易与咳嗽混淆 预防从细节做起

“不少人容易把咳嗽和喘证、肺癆混淆。”夏永良说。

咳嗽与喘证均为肺气上逆，临床上也常有咳、喘并见的情况。但咳嗽以气逆有声、咯吐痰液为主；喘证患者则常常呼吸困难，甚至不能平卧。

如果是身体遇冷刺激或进食过快等产生咳嗽，一般经过休息，饮用温水后可缓解。但若在咳嗽时，伴有咳痰、发热、咽痛等症状，可能是由于感冒、肺炎等呼吸道疾病所致。

喘证与机体耗氧量过大有关，身体需要通过加快呼吸频率来满足对氧气的需求，就会呈现出喘息，一般与患有支气管哮喘、支气管炎等呼吸道疾病，过敏等免疫系统疾病，以及急性左心衰等心血管疾病有关。

再说咳嗽与肺癆（即肺结核），虽然两者都会有咳嗽、咳痰症状，但后者为感染“痲虫”所致，有传染性，同时兼见潮热、盗汗、咯血、消瘦等症状。

普通咳嗽在治疗后症状会得到缓解，甚至不给予任何治疗，短期内也可逐渐恢复，但肺结核引起的咳嗽长时间无法痊愈，治疗时间往往需要长达半年以上。而且，肺结核通常会累及肺部，甚至可能会导致支气管扩张、毁损肺等相关并发症。

鉴于导致咳嗽的原因不同，预防咳嗽方法也有不同。大多数咳嗽是由呼吸道感染导致，夏永良表示，中老年人因为体弱，更容易受到疾病侵袭，平时在生活中，可从以下三方面注意防护。

顺应四时气候变化。防寒保暖，饮食不宜肥甘厚味、辛辣、过甜、过咸，戒除吸烟、嗜酒等不良习惯。

增加机体抵抗力。适当加强体育锻炼，通过增加抵抗力、耐受程度，预防呼吸道感染，减少咳嗽发生和发展。

避免接触过敏物。如咳嗽与周围花粉、油漆或刺激性气体等过敏物有关，尽可能避免与之接触。

名医讲堂



夏永良

浙江省中医院健康管理中心主任，中医内科副主任，主任中医师，中医内科学双博士，中华中医药学会内科分会、膏方分会委员，浙江省中医药学会科普分会副主任委员、经方分会副主任委员、内科分会常务委员、老年病学分会委员、情志病分会委员，第四批全国老中医药专家学术经验继承人，陈意全国名中医传承工作室负责人。

本报记者 戴虹红
通讯员 黄思佳 祁骥

近段时间，一些人出现了咽喉疼、干咳的情况，担心自己被疾病缠上。对于咳嗽久治不愈的中老年人，更是疑惑这病究竟是什么引起，能不能治得好。为此，记者请教浙江中医药大学附属第一医院（浙江省中医院）夏永良主任，请他解析咳嗽的来龙去脉。



原因各不同 辨证施治很关键

夏永良介绍，外感咳嗽主要由于外感六淫邪气所致，如在酷暑天，背后长时间吹着冷空调。内伤咳嗽则由饮食（吃得油腻、辛辣）、情志（情绪低落，心情抑郁）所伤，或肺脏疾病日久或反复发作所致。

如何根据症状找到咳嗽的具体原因？夏永良给出“细则”，可供大家自我筛查。

风寒袭肺：咳嗽声重，咯痰稀薄色白，恶寒或有发热，无汗。

风热犯肺：咳嗽气粗，咯痰黏白或黄，咽痛或咳声嘶哑。

燥邪伤肺：干咳少痰，咯痰不爽，鼻咽干燥。

痰湿蕴肺：咳声重浊，痰多色白，晨起为甚。

痰热壅肺：咳嗽气粗，痰多黄稠，烦热口干。

肝火犯肺：咳呛气逆阵作，咳时胸胁引痛，甚至咯血。

肺气亏虚：病久咳声低微，咳而伴喘，咯痰清稀色白。

肺阴亏虚：咳久痰少，咯吐不爽，痰黏或带血丝。

治疗时，中医会根据每个病患的具体情况用药。如风寒袭肺者，可以用三拗片合止嗽散，通过疏散风寒、宣肺止咳方法进行治疗。肺阴亏虚者，通常使用沙参麦冬汤加减，通过养阴、润肺、止咳等方法进行治疗。

“其实在咳嗽治疗时，中医除了直接治肺外，还会从整体出发，注意治肝、治肾。”夏永良补充。