

# 祖卡木（急性上呼吸道感染）维吾尔医诊疗指南

## 1 范围

本指南规定了祖卡木（急性上呼吸道感染）的诊断、辨证和治疗。

本指南适用于祖卡木（急性上呼吸道感染）的诊断与治疗。

## 2 规范性引用文件

下列文件中的条款通过本标准的引用而成为本标准的条款。凡是注明日期的引用文件，其随后的修改单均不适用于本部分。然而，鼓励根据本标准达成协议的各方进行研究并适时采用这些文件的最新版本。凡是不注明日期的应用文件，其公开发布的最新版本适用于本部分。

《急性上呼吸道感染基层合理用药指南<sup>[1]</sup>（2020 年版）》中华医学会，2020 年

《急性上呼吸道感染中成药应用专家共识<sup>[2]</sup>（2019 版）》，世界中医药学会联合会，2019 年

“Guideline for rational medication of acute upper respiratory tract infection in primary care”, Chinese Medical Association, etc. 2020

## 3 术语和定义

下列术语和定义适用于本标准

中文名称：祖卡木<sup>[4]</sup>（急性上呼吸道感染）

英文名称<sup>[3]</sup>：Acute upper respiratory tract infection

维文名称<sup>[4]</sup>：

祖卡木（急性上呼吸道感染）为临床常见病、多发病，是指鼻到支气管树（不包括肺泡）气道粘膜的炎症，是发病率最高的急性病之一。

维吾尔医认为急性上呼吸道感染分为祖卡木（相当于普通感冒）和乃孜来，此是指脑内积液的湿性液过多而发生的病症，此湿液流至鼻腔出现的病症称祖卡木（普通感冒）。

## 4 病因病机

4.1 病因：本病主要与机体气质失调、不良情绪、饮食不节、过度劳累、热感风寒等多种因素有关，表现为鼻塞、流涕、喷嚏、咳嗽、咽干、咳痰、全身酸楚等症状。

4.2 病位 急性上呼吸道感染病位是鼻、咽、喉脏器的急性炎症，与下呼吸道、脑、心脏等脏器密切相关。

4.3 病机 急性上呼吸道感染的病机主要表现为机体气质失调，内外不良因素在上呼吸道炎症的发生发展过程中起着重要作用。

4.4 病机转化 急性上呼吸道感染的辨证应当审证求因，其病机与具体的临床类型有关，总体而言，在临床上常表现为热性感冒、寒性感冒为主。

## 5 诊断

5.1 临床表现：以鼻塞、流涕、喷嚏、咽痒或痛、咳嗽、恶寒、发热、头痛、肢体酸楚为主要临床表现。

### 5.2 辅助检查：

5.2.1 血象：白细胞计数及分类（细菌感染时白细胞总数增高中性粒细胞为主，病毒感染时淋巴细胞升高为主）。

5.2.2 胸部 X 线检查：以排除肺部疾病（肺部 X 线无特殊改变）。

5.2.3 鉴别诊断：注意与急性传染病如麻疹、流感，脊髓灰质炎、脑炎、脑膜炎、肺炎、肾综合征出血热及钩端螺旋体病等前驱症状与过敏性鼻炎鉴别。

### 5.3 诊断依据：

5.3.1 鼻塞流涕，喷嚏，咽痒或痛，咳嗽。

5.3.2 恶寒发热，无汗或少汗，头痛，肢体酸楚。

5.3.3 四时皆有，以冬春季节为多见。

5.3.4 血白细胞总数正常或偏低，中性粒细胞减少，淋巴细胞相对增多。

### 5.4 鉴别诊断

#### 5.4.1 慢性上呼吸道感染

#### 5.4.2 哮喘

#### 5.4.3 中耳炎

### 6 辨证

#### 6.1 热性祖卡木（热性感冒）

主证：身体发热，咽喉干燥、鼻塞，肢体关节酸痛，咽喉部发红，流黄浊涕，声音嘶哑，头痛，味嗅觉下降。

次症：皮温高，舌尖偏红、粘，小便淡黄，大便硬结，咳嗽咳痰，口干、口渴，头痛，全身酸痛，眼结膜及巩膜潮红，出汗。

舌象：舌边、舌尖红，上有厚黄苔。

脉象：硬、快。

#### 6.2 寒性祖卡木（寒性感冒）

主证：寒战，流清浊涕，头昏、头痛，咽喉肿痛，全身乏力，味嗅觉下降，身体发热，肢体关节酸痛。

次症：皮肤寒，巩膜偏白发银色，舌苔白、发蓝、口干，手足发冷，小便色淡黄、清，咽痒、咳嗽、咳痰，白色稀痰，乏力。

舌象：舌苔薄白或淡蓝。

脉象：粗、细、缓。

### 7 治疗

#### 7.1 治疗原则

以病症结合、辨证施治为原则，先用调理剂调整米杂吉，具体针对病情采用清热解毒、芳香开窍、祛寒解表、发汗等方法进行内外同治。

#### 7.2 辨证论治

##### 7.2.1 热性祖卡木（热性感冒）：

治法治则：以调理米杂吉、清热解毒为主。

推荐方药：热性祖卡木调理剂加减：甘草根、药蜀葵子、破布木实、温梓子、天山堇菜、荷花、卵形车前子等，以上药材泡 600ml 开水，5~15 分钟。一天三次，每次 100-200ml,饭后口服。疗程：3 天。

维成药：祖卡木颗粒、苏阿力散等饭后口服。疗程：3 天。

##### 7.2.2 寒性祖卡木（寒性感冒）：

治法治则：以调理米杂吉、祛寒解表为主。

推荐方药：寒性祖卡木调理剂加减：天山堇菜、甘草根、铁线蕨 10g、神香草、红枣、破布木实、无花果、温梓子等，以上药材泡 600ml 开水，5~15 分钟。一天三次，每次 100-200ml,饭后口服。疗程：3 天。

维成药：祖卡木颗粒、祖帕糖浆（或颗粒）、比那皮夏丸等餐后口服。疗程：3 天。

#### 7.3 特色疗法

根据条件和病情，可选用以下特色疗法：

##### 7.3.1 雾化治疗：超声波雾化器雾化治疗。

推荐处方：天山堇菜，睡莲花、蜀葵子、莴苣叶、葫芦叶、洋甘菊、小麦皮、葡萄醋等加减使用。

操作方法：按处方量称取已备药材，加入适量的水加热煮沸，使其产生雾气。倾入大小适当的容器中，让患者将鼻部及口部对准雾气，患者脸部离容器雾气一定的（大概 20 cm）距离吸入。全面检查超声雾化器。患者取坐位或仰卧位，且要求患者放松颈部。根据患者病情，吸入药物 300ml 放入雾化杯或吸入容器。接通电源然后，打开雾化器，调雾化量和时间。取毛巾放置患者下颌部。患者带上接咬嘴或面罩，嘱缓慢、平稳且深呼吸。治疗结束后打开雾化器，接咬嘴或面罩放入消毒液进行消毒。

治疗时间和疗程：每日一次，每次 10~20 分钟。疗程为 3 天。

注意事项：（1）使用超声雾化器之前要检查是否松动、松散等异常现象并注意维护。（2）维护水槽下部的能量转换器晶片和雾化杯下部超声膜，防治损坏。（3）雾化吸入用药要每次更换并要选用对黏膜无刺激的药物。（4）水槽和雾化杯中禁止放入高温药液，使用时药液温度小于 60℃，放入药物或水时机器要暂停运转。（5）饭后或剧烈运动后一个半小时之内不能进行超声雾化。（6）水槽中水位或药位过低并雾化杯中无水时禁止使用。（7）水槽内药物或水量要充足，如果水量过少不易于雾化，过量可能导致药液溢出而损坏超声雾化器。（8）为防止患者衣物弄湿，患者下颌部要放置毛巾。

### 7.3.2 干蒸疗法

推荐处方：甘松、蒟蒻子、罗勒籽、胡芦巴、亚麻子、洋甘菊、野苜蓿子等或者菖蒲、黑种草子、蒟蒻子、木香、洋甘菊、野苜蓿子、薄荷等加减使用。

操作方法：将药物放入中药熏蒸治疗器中，并加适量水，患者进入治疗舱内，调节至患者水平体位，将药物浸液煮沸后产生的蒸汽熏蒸，控制温度于 38-40℃ 之间。

治疗时间和疗程：每天一次，每次 20-30 分钟。按患者体质 1 日或隔日一次治疗，3 次为一个疗程。

注意事项：（1）饭前饭后 30 分钟不宜治疗。（2）治疗前最好排尽大小便。（3）治疗过程中如有患者感到头晕等不适，应停止治疗，及时请医师诊查并卧床休息。（4）治疗后出现全身出汗现象属正常，患者要等候片刻，擦干皮肤，穿好衣服后才能离开治疗室，以免感冒等。

（5）不可饮用凉性饮料、酸辣、刺激性强、油脂高等不易消化的食物。（6）合并患有高血压、心脏病等重症疾病患者，60 岁以上老年人及 12 岁以下儿童在医师的医嘱进行治疗。（7）妊娠期、计划妊娠或月经期妇女慎用。

### 7.3.3 刮痧治疗

每日一次，疗程：3 天。

## 8 预防调护

8.1 戒烟，体育锻炼，注意卫生，预防受凉感冒等。

8.2 避免食用凉性或热性及刺激性食物。

8.3 避免过多的精神刺激，适当休息。

## 参考文献

[1] 中华医学会，中华医学会临床药学会，中华医学会杂志社，等. 急性上呼吸道感染基层合理用药指南[J]. 中华全科医师杂志, 2020, 19(08):689-697.

[1] 方邦江，崔应麟，李志军，等. 急性上呼吸道感染中成药应用专家共识[J]. 中国中西医结合急救杂志 2019 年 2 期, 129-138 页, ISTIC PKU CSCD CA, 2019(2):129-138.

[3] Chinese Medical Association, Chinese Society of Clinical Pharmacy, Chinese Medical Journals Publishing House, Chinese Society of General Practice, Editorial Board of Chinese Journals of General Practitioners of Chinese Medical Association, Expert Group of Guidelines for Rational Medication in Primary Care Institution .Guideline for rational medication of acute upper respiratory tract infection in primary care [J]. Chin J Gen Pract, 2020,19(08): 689-697. DOI: 10.3760/cma.j.cn114798-20200520-00603

[4] 维吾尔医药名词术语维汉对照标准[M].北京：民族出版社，新疆维吾尔自治区维吾尔医药研究所编译，2021.3