

## 中药剂型的合理选择

提起中药,许多人首先想到的是味道苦涩的汤药。然而,汤剂只是中药众多剂型中的一种。中药剂型丰富多样,只有选对剂型,才能让药效“事半功倍”。

### 常见中药剂型

#### 传统剂型

传统中药剂型主要包括汤、丸、散、膏、露、丹、酒、锭等,其中汤、丸、散、膏为临床最常用的四种。

**汤剂:**将中药饮片加水煎煮,去渣取汁而成,可内服或外用熏洗。其特点是吸收快、起效迅速,且能随证加减,实现“一人一方”,适用于急症、重症及病情复杂的患者。缺点是煎煮耗时、药液量大味苦、不易储存和携带。

**丸剂:**以蜜、水、醋等为赋形剂,将药物细粉制成的固体剂型,常见有蜜丸、水丸、糊丸等。丸剂崩解缓慢、药力持久,便于储存携带,适用于慢性病调理和虚证补益,如六味地黄丸可用于滋阴补肾,改善肾阴虚证。

**散剂:**将药物粉碎研磨成细粉或粗末,可内服或外用。内服分为细粉冲服与粗末煮散(临用时煎煮取汁)两种。散剂制备简便、携带方便,适用于轻症、外伤

及皮肤病。据《后汉书·华佗传》记载,华佗曾以麻沸散用于外科手术麻醉。

**膏剂:**分为内服与外用两类。内服膏剂以煎膏(膏滋)为主,由药材煎煮浓缩后加蜂蜜收膏制成,口感甘甜、滋补力强,适合慢性病恢复期及体虚者调养,如参芪膏可益气健脾。外用膏剂包括软膏(如生肌玉红膏)与硬膏(如麝香壮骨膏),分别用于疮疡愈合、跌打风湿等。

#### 现代剂型

现代剂型在保留传统疗效的同时,更加注重使用的便捷性。常见剂型如下:

**胶囊剂:**以空心胶囊包裹药粉或颗粒,可掩盖药物的苦味与刺激性,部分胶囊还能实现药物的定时定位释放。但胶囊壳易受潮软化,需注意保存。

**颗粒剂:**将药物粉末或提取物与辅料混合制粒而成,服用方便,但易吸湿结块,需注意防潮。

**栓剂:**通过直肠给药,可避开肝脏首过效应,提高生物利用度。例如,白头翁皂苷B4栓剂的生物利用度可达口服给药的200倍。

#### 中药剂型选择“三步法”

看病情:依急缓轻重定剂型

《汤液本草》有云:“汤者荡也,去大病用之;散者散也,去急病用之;丸者缓也,不能速去之。”急症、新病、重症宜选用汤剂,取其速效之功;轻症、外伤及皮肤病,可酌情选用散剂或外用膏剂,以直达病所;慢性病、虚证则宜选用丸剂或膏滋,便于长期调理。

#### 看药物:依药性定剂型

《神农本草经》指出:“药性有宜丸者,宜散者,宜水煎者,宜酒渍者,宜膏煎者,亦有一物兼宜者,亦有不可入汤酒者,并随药性,不得违越。”含易挥发成分(如冰片、麝香)或不耐热成分(如雷丸素在60℃以上易变性)的药物,以及贵重药材(如人参),宜制成丸剂或散剂;含甘遂、大戟等毒性成分的方剂,则宜制成糊丸,利用其缓慢崩解的特性,减缓毒性释放。

#### 看患者:依体质与人群定剂型

老年人可选用小剂量丸剂、无糖型膏剂等对肝肾代谢负担小、易于操作的剂型;儿童宜优先选择口服液、颗粒剂等儿童专用剂型;生活节奏快或经常外出者,则适合选用颗粒剂、胶囊剂等便于携带和服用的剂型。

#### 中药剂型选择的常见误区

误区一:只看剂型名称

例如安宫牛黄丸虽名为“丸剂”,实为急救热闭神昏的良药。选择时需关注其实际功效与适应证,而非仅凭剂型名称判断。

#### 误区二:忽视禁忌与配伍

含朱砂、雄黄的丸剂(如磁朱丸)不可长期过量服用,以免引起重金属蓄积中毒;含酒精的剂型(如藿香正气水)不可与头孢类药物同服,否则可能引发双硫仑样反应,出现头痛、胸闷等症状,甚至危及生命。

#### 误区三:盲目追求现代剂型

部分患者认为口服液、颗粒剂服用方便、疗效更好,却忽略了汤剂“随证加减”的灵活性。例如外感兼杂症时,固定组方的现代剂型难以全面兼顾复杂证候,而汤剂则可灵活调整,更能体现中医辨证施治的特点。

中药剂型的选择,应遵循中医“辨证论治”的原则,结合病情特点、药物性质与患者体质,科学选用合适的剂型,才能充分发挥中药疗效,真正做到药到病除。

(作者:李丽君 漳州市芗城区石亭街道社区卫生服务中心主管中药师)

## 认识秋冬“邪气” 小儿安心不慌

秋冬时节,天气寒凉,风干物燥,儿科门诊也迎来了就诊高峰。流感、呼吸道合胞病毒、诺如病毒、手足口病、轮状病毒肠炎等传染病伺机而动,不少孩子因此生病,孩子受罪,家长焦虑。

季节转换之际,气温变化剧烈,儿童免疫系统尚未完全成熟,加上幼儿园、学校等集体环境密切接触,使得各类病原体传播风险显著增加。中医认为,秋冬之气收敛肃杀,易伤人阳气,影响机体防御功能,若养护不当,外邪便易乘虚而入。如何在这样复杂的季节里,科学认识疾病特点,采取合理防护措施,成为守护孩子健康的关键。下面,我们从中医角度认识秋冬“邪气”,并提供实用的预防与干预方法。

### 认识秋冬“邪气”

#### 风寒邪气

气候转冷,孩子皮肤腠理若不致密,风寒之邪易乘虚而入,导致感冒、发热、咳嗽、流鼻涕、浑身酸痛等症状。这常是普通感冒与流感的初期表现。

#### 燥邪

秋季主“燥”,燥邪易耗伤人体津液。孩子多表现为口干舌燥、咽干咽痛、干咳少痰、皮肤干燥、大便干结等。

#### 时行疫戾之气

相当于现代医学中传染性较强的病毒或细菌,如流感病毒、诺如病毒、呼吸道合胞病毒等。其发病急、传染性强,易引起群体传播。

#### 未病先防:筑牢身体“正气”

##### 食疗润燥,培补脾胃

**雪梨百合粥:**雪梨半个(去皮去核切块),干百合10克,大米50克,同煮为粥,可加冰糖适量。每周食用2至3次。雪梨生津润燥,百合润肺止咳,大米健脾和胃,有助于预防和缓解秋燥不适。

**山药红枣汤:**新鲜山药50克(或干品15克),红枣3至5枚(去核),煮水或煲汤,饮汤食料。山药健脾补肺,红枣补中益气,可从根本上增强孩子抵抗力。

##### 小儿推拿,激发自愈力

**补脾经:**沿患儿拇指桡侧边缘,从指尖推向指根,操作200至

300次,能健脾胃、补气血。

**揉足三里:**位于外膝眼下四横指、胫骨边缘,用拇指按揉2至3分钟。此穴为强壮要穴,可调和脾胃、扶正祛邪。

**捏脊:**患儿俯卧,家长以双手拇指与食指、中指对称捏起脊柱两旁皮肤,自尾骨向上推捏至大椎穴,重复3至5遍。此法能调和阴阳、疏通经络、促进气血运行,有“小儿保健第一法”之称,对提升免疫力效果显著(宜白天操作,避免睡前进行,以免阳气生发影响入睡)。

#### 生活起居,顺时养生

**“秋冻”有度:**不宜过早过多添衣,适当锻炼耐寒能力,但需注意腹部、背部及足部保暖。

**起居有常:**保证充足睡眠,秋冬宜早卧晚起,有助于养阴藏精。

**开窗通风:**即使天气寒冷,也需定时开窗,保持室内空气流通,减少病毒滞留。

#### 既病防变:生病初期的家庭干预

风寒感冒初起(流鼻涕、打喷嚏、怕冷、颈背发紧)

可用紫苏叶煮水10分钟,兑

入温水给孩子泡脚,至身体微微出汗,以散寒解表。

风热感冒或燥咳(喉咙痛、流黄涕、干咳、口干)

取雪梨一个,切开顶部,去核,放入川贝母粉3克、冰糖少许,盖上梨盖,隔水蒸30分钟,饮汤食梨,可清热润肺、化痰止咳。

积食伴感冒(舌苔厚、口气酸臭、食欲不振、大便臭)

用焦山楂、焦麦芽、焦神曲各6克煮水代茶饮,先消食导滞,有助于缓解感冒症状。

上述方法适用于常见证型的家庭护理,若孩子病情复杂或加重,应及时就医,遵医嘱用药。

如出现持续高热不退、精神萎靡或烦躁、呼吸急促困难、频繁呕吐无法进食、惊厥等情况,须立即送医,切勿延误。

流感疫苗等是预防特定传染病的有效手段,建议在医生指导下适时接种。

(作者:傅婉雀 福建泉州晋江市中医院 主管护师)