

中医如何预防流感?

时令已进入秋冬季,这个季节是流感病毒喜爱的温床。而新冠病毒在人间肆虐,让今年的秋冬季变得更加特别——可能会出现新冠疫情与流感情况叠加发生的状况,给流感的防控带来更大的挑战。

中医谈流感预防

流感,从中医的角度来看,是感受外邪引起,以发热为主症的急性外感性疾病,属于中医温病范畴。由于它是病毒性感染,没有特殊的治疗手段,因此预防措施非常重要。

该如何预防流感呢?实际上,古人很早就说了:“虚邪贼风,避之有时。”“虚邪贼风”指的是外来的致病因素;“避之有时”则是说我们要严格遵守气候的变化规律,适当地作调整。正如《黄帝内经》所说:“正气存内,邪不可干;风雨寒热不得虚,邪不能独伤人。”无论风寒暑湿,还是具传染性的病毒,均是导致外感疾病的外因,必借身体之弱,通过内因发生作

用。因此,只要日常将身体养护好了,无论什么外邪都会望而却步。流感的预防,也是这个道理。

我国中医中药预防流感已有相当长的历史和显著疗效。在中医整体调摄,因人、因地、因时三因施防,注重非特异性预防的原则指导下,积极应用中医药手段可取得良好的预防效果。而且,中医治疗流感不仅能抗病毒,还能调节人体的阴阳平衡,增强机体的免疫功能,在祛邪的同时给予扶正。

国医大师邓铁涛教授便曾说过一句话:“中医不怕流感,温寒并用,我们治流感胸有成竹!”

现代化GMP标准制药工艺

提取、浓缩、制粒、烘干、包装而成



高温提取
高倍浓缩膏方
机械制粒
恒温烘干
便于携带,方便冲饮

邓老清冠饮(壹号)
精选十四味天然本草,专注品质、匠心制作,高温提取、保留本草精华,通过科学浸提、浓缩精制而成即冲饮颗粒。参考现代化GMP标准制药工艺,从原材料的甄选到提取、浓缩、制粒、烘干、分装、包装、检验,历经八大工序,每一步都是精心细致、科学严谨,只为交付更高质量的产品!



国医大师 邓铁涛

中医泰斗、一代宗师



- 国家三部委联合评定为新中国首批“国医大师”。
- 国家重点基础研究发展计划(973计划)中医项目组组长兼首席科学家。
- 出身岭南中医世家,80年医术沉淀。
- 广州中医药大学终身教授,博士生导师。
- 国家中医药管理局任命为中医抗非典专家组组长。
- 荣获中华中医药学会“中医药抗非典,特殊贡献奖”。
- 卫生部第一届药品评审委员会委员。
- 荣获中华中医药学会首届中医药传承特别贡献奖。
- 荣获中共中央、国务院、中央军委颁发的“庆祝中华人民共和国成立70周年”纪念章。
- 荣获人力资源社会保障部、国家卫生健康委、国家中医药局授予的“全国中医药杰出贡献奖”称号。

中医防流感,扶正气

中医预防流感,强调“扶正气”——提升自身正气,提高机体的抵抗力。在生活起居方面应做到以下几点:

- 1.“虚邪贼风,避之有时”,要根据天气变化及时增添衣物。秋季气候转凉、昼夜温差大,我们更要注意防寒保暖。
- 2.“饮食有节”,避免

暴饮暴食、酗酒。饮食要均衡,不能偏食,同时要按时吃饭,养成良好的饮食规律。

- 3.“起居有常”,作息要有规律,勤洗手,注意卫生,家中常开窗通风,尽量少到人多的地方去。同时,要保证有良好的睡眠。
- 4.“精神内守,病安从

来”,对流感产生恐惧之心,必导致气机逆乱,更易招致外感。要相信科学知识,保持平和的心态。

总之,中医在流感病毒等传染病的预防上,更重视内因,着眼于易感人群,扶正气——当人的身体阴阳平衡,正气存内,自然就不容易生病了。

扶正气,清冠饮来助力

应对流感季,做好扶正气,除了以上需要注意的方面,还可以通过食用一些补气养生的健康产品来辅助实现。如:邓老凉茶药业集团推出的邓老清冠饮。

该方含有国医大师邓铁涛教授非预防方中的经典六味(金银花、菊花、桑叶、蒲公英、鲜白茅根、甘草,能预防流感、

清热解暑);还有桔梗、橘皮等宣肺利咽、理气健脾的药食同源中药;更增加了五指毛桃、麦芽等扶正和中、健脾补气的成分。整方共14味药食同源本草药材,蕴含了邓铁涛教授擅长的补益脾胃扶正气的养生原则,清体御感不伤正气,能防患于未然。

它既适合健康人日

常“补气”之用,也适合原本就容易气虚的老人、小孩、亚健康人群服用,正可以帮助我们在这秋冬季扶助正气、提升健康防护。

2020年这个特别的流感季,愿你我都能做好“扶正气”的动作,正气存内、平衡阴阳,健健康康过秋冬!

(谭铮)

广告

国医汉方 守护健康

秋冬易感冒 呵护一家人

超百万人服用

扫码立即购买

订购热线: 400-8335-888
邓老凉茶全国连锁门店均有售

邓老清冠饮

天猫 京东均有售