

# 中药香囊辟瘟囊预防时疫应用分析\*

付燕来<sup>1</sup> 杲春阳<sup>1</sup> 宋昌梅<sup>1</sup> 张晋<sup>2\*\*</sup>

(1. 中国中医科学院研究生院, 北京 100700; 2. 中国中医科学院西苑医院, 北京 100091)

**摘要:**目的 观察中药香囊辟瘟囊的应用效果。方法 在 2020 年 2 月—2020 年 4 月, 采用问卷的方式, 对符合纳入标准的辟瘟囊使用者进行调查, 使用者连续使用香囊 30 d, 每 10 d 填写一次问卷, 比较使用前后受试者食欲、情绪、睡眠、疲劳状态及感冒相关症状的发生及缓解情况, 并对问卷结果进行整理分析讨论。结果 共观察 134 人。其中使用辟瘟囊 30 d 后食欲、情绪、睡眠、疲劳状态及感冒相关症状改善人次分别为 43 人(95.56%)、21 人(100%)、65 人(100%)、4 人(100%)、32 人(38.10%)。结论 辟瘟囊在食欲、情绪、睡眠、疲劳状态及感冒相关症状的改善效果明显, 使用辟瘟囊对时疫有一定的防治效果。

**关键词:** 中药香囊; 辟瘟囊; 预防时疫; 防疫机理

**中图分类号:** R211 **文献标识码:** A **文章编号:** 2096-1340(2021)06-0011-04

**DOI:** 10.13424/j.cnki.jscetm.2021.06.003

《说文解字》解释“疫”即“民皆疾也”<sup>[1]</sup>, 其传播范围广, 传染性强, 人人易感, 时疫感染人群常表现为发热、乏力、干咳, 部分伴纳差<sup>[2]</sup>、睡眠障碍及焦虑、抑郁的情绪问题<sup>[3-8]</sup>等, 如 2019 年新型冠状病毒感染的肺炎患者出现的症状表现。中药香囊利用气味芳香的中药, 通过口鼻吸入, 皮肤、经络穴位吸收, 发挥疏通脏腑经络体系, 对人体进行整体调节的作用。辟瘟囊出自《理渝骈文》, 由羌活、大黄、柴胡、苍术、细辛、吴茱萸组成, 六药分入太阳、阳明、少阳、太阴、少阴、厥阴六经, 六药配合, 调畅人体气机升降出入, 使气血流畅, 脏腑安和, 增强机体抗病能力, 从而发挥防治时疫的作用<sup>[9]</sup>。本研究旨在观察中

药香囊辟瘟囊对时疫相关症状的疗效, 为中药香囊辟瘟囊进一步应用和推广提供理论基础和实践经验。

## 1 资料与方法

**1.1 一般资料** 本次调查人员的组成为中国中医科学院西苑医院治未病中心团队, 调查对象纳入标准: ①在 2020 年 2 月—2020 年 4 月使用中药香囊辟瘟囊的人群; ②年龄 18~80 岁; ③自愿接受

问卷调查。排除标准: ①认知或精神障碍者; ②中药过敏者; ③合并呼吸道严重疾病者; ④哺乳期、妊娠期或备孕妇女; ⑤近 2 w 使用过类似功效的中药香囊。

共调查 134 人, 女性 83 人(61.94%), 男性 51 人(38.06%), 年龄分布在 18~80 岁之间, 平均年龄为(45.07±14.61)岁; 18~45 岁之间 65 人(48.51%), 45~69 岁之间 60 人(44.78%), 69~80 岁之间 8 人(5.97%)。职业分别为北京及武汉的医护人员与隔离人员以及一般居家隔离人员如教师、软件工程师、行政、退休人员、干部、学生及无工作人员。

**1.2 香囊制备** 将羌活、大黄、柴胡、苍术、细辛、吴茱萸六味中药洁净处理, 干燥后等份打成粉末装入无纺布内囊袋, 每袋 10 g。

**1.3 用法** 每日仅使用一种中药香囊即辟瘟囊, 日间将香囊放置在身边 1 m 范围内, 夜间置于枕边, 时间不低于 10 h/日, 嗅闻香囊不少于 5 d/日, 嗅闻时间不少于 1 分钟/次; 10 d 更换一次内囊, 连续使用 30 d。

**1.4 观察指标及方法** 观察时间为 30 d, 使用者

\* 基金项目: 第四批全国优秀临床人才项目(国中医药人教发[2017]24 号); 国家中医药管理局龙砂医学流派传承工作室建设项目(LP0110020); 国家重点研发计划“主动健康和老龄化科技应对”(2018YFC2000604)

\*\* 通讯作者: 张晋, 主任医师。E-mail: 13911893296@163.com

分别在第 10 d、第 20 d 和第 30 d 通过问卷星网站填写问卷,因受新型冠状病毒感染的肺炎疫情影响香囊使用者无法进行相关实验室检查,故问卷填写内容以症状改善情况为依据,包括人口基本信息及食欲、情绪、睡眠、疲劳及感冒相关症状发生及改善情况等,以及不良事件的发生情况。

**1.5 统计学方法** 采用 Excel 2007 软件进行录入,计量资料以均数±标准差( $\bar{x} \pm s$ )表示,计数资料描述采用构成比。

2 结果

**2.1 情绪改善情况** 共有 30 人(22.39%)存在紧张、心烦等情绪问题,使用香囊第 10 d 情绪问题改善人次占比为 100%,使用香囊第 20 d 改善人次占比为 100%,使用香囊第 30 d 改善人次占比为 100%。具体见表 1。

**2.2 食欲改善情况** 使用香囊第 10 d 食欲改善人次占比为 28.36%,使用香囊第 20 d 改善人次占比为 33.68%,使用香囊第 30 d 改善人次占比为 38.10%。具体见表 1。

**2.3 睡眠改善情况** 共有 75 人(55.97%)存在

难以入睡、多梦等睡眠问题,使用香囊第 10 d 睡眠问题缓解人次占比为 82.67%,使用香囊第 20 d 缓解人次占比为 87.50%,使用香囊第 30 d 缓解人次占比为 95.56%。具体见表 1。

**2.4 疲劳改善情况** 共有 75 人(55.97%)存在疲劳症状,使用香囊第 10 d 疲劳情况改善人次占比为 89.33%,使用香囊第 20 d 改善人次占比为 94.20%,使用香囊第 30 d 改善人次占比为 100%。具体见表 1。

**2.5 感冒改善情况** 使用香囊第 0~10 d 共有 7 人(5.22%)存在感冒症状,第 10 d 感冒症状缓解人次占比为 100%,第 10~20 d 共有 5 人(3.7%)存在感冒症状,第 20 d 缓解人次占比为 80%,第 20~30 d 共有 4 人(3%)存在感冒症状,第 30 d 缓解人次占比为 100%。感冒相关症状包括咳嗽咽痛、鼻塞流涕、头昏头痛、四肢腰背酸痛症状,以上症状均在 10 d 内有改善。4 人(57.14%)感冒周期较前缩短 1~2 d,1 人(14.29%)感冒周期较前缩短 3~4 d,2 人(28.57%)感冒周期较前无明显缩短。具体见表 1。

表 1 情绪、食欲、睡眠、疲劳、感冒症状改善情况表(n)

症状	时间	存在症状/问题	缓解	无缓解	缓解人次占比(%)
情绪	第 10 d	30	30	0	100.00
	第 20 d	21	21	0	100.00
	第 30 d	21	21	0	100.00
食欲	第 10 d	134	38	96	28.36
	第 20 d	95	32	63	33.68
	第 30 d	84	32	52	38.10
睡眠	第 10 d	75	62	13	82.67
	第 20 d	56	49	7	87.50
	第 30 d	45	43	2	95.56
疲劳	第 10 d	75	67	8	89.33
	第 20 d	69	65	4	94.20
	第 30 d	65	65	0	100.00
感冒	第 10 d	7	7	0	100.00
	第 20 d	5	4	1	80.00
	第 30 d	4	4	0	100.00

**2.6 其他** 122 人(91.04%)愿意继续使用辟瘟囊,12 人(8.96%)不愿意继续使用辟瘟囊,其原因为佩戴麻烦。4 人(3%)使用者在使用香囊 10 d 内出现不良反应,主要症状有皮肤瘙痒、面部红

疹、眩晕,其中 3 人使用者在症状无干预下迅速消失后期继续使用香囊,1 人使用者出现不良反应后立即停止使用香囊。

### 3 讨论

防治时疫中医强调“正气存内,邪不可干”,通过增强机体抵抗力进而增加机体抵御外邪的能力。《神农本草经》言:“香者,气之正,正气盛则除邪辟秽也。”中药香囊利用芳香药物“通经走络、开窍透骨”达到防御外邪的作用。问卷结果表明中药香囊辟瘟囊对感冒症状、疲劳及食欲此类时疫可能出现的相关表现症状有较好的改善效果,对其衍生出现的情绪及睡眠问题同样有较好的效果,故中药香囊辟瘟囊对于时疫的防治能够起到一定作用。吴师机言:“病先从皮毛入,药即可由此进。”中医整体观念强调人是一个统一的整体,其形体、官窍、肌肤、经脉及脏腑通过经脉相互联系。《素问·举痛论》言:“百病皆生于气。”气机运行失常可造成机体各项功能失调,《丹溪心法·六郁》言:“气血冲和,万病不生。”辟瘟囊通过芳香气味从皮毛而入调整机体气机运行状态。

**3.1 疏肝行气,扶土抑木,调节情绪** 辟瘟囊中柴胡入少阳胆经,吴茱萸入厥阴肝经,苍术入太阴脾经,疏肝行气,扶土抑木,从而对情绪进行调节。研究表明芳香类物质一方面刺激大脑边缘系统,进而消解压力及紧张情绪。另一方面刺激神经递质的释放及增加前额叶皮质血流量,刺激与抑郁症相关神经递质如5-羟色胺的释放,调节植物神经系统,缓解患者的负面情绪<sup>[10]</sup>。

**3.2 芳香醒脾,改善食欲** “内伤脾胃,百病由生”,张仲景在杂病诊治中十分重视脾胃,《金匱要略》言:“四季脾旺不受邪。”脾的运化功能强盛,则可居中焦而转气机,升清降浊,统摄气血,脾气健旺则脏腑之气盛,正气存内,则不为外邪所干。若脾胃衰败,升降功能失常则精微物质无法输送至全身,故疾病生。脾胃健旺,气血化生充足,营卫相合,即使发病,体内之正气亦能抵御邪气内陷,则疾病多为善候,预后较好<sup>[11]</sup>。又《灵枢·脉度篇》言:“肺气通于鼻,肺和则鼻能知香臭矣。”“心气通于舌,心和则舌能知五味矣。”六药调节六经之气,通贯三焦,上通肺气,中畅脾气,通过刺激其嗅觉味觉功能从而恢复食欲。中药挥发油的芳香气味可以刺激嗅觉、味觉,促进消化液分泌,增加胃黏膜血流量,减缓胃及平滑肌痉挛,兴奋肠管蠕动,消除胃肠胀气,调节肠胃功能<sup>[12]</sup>,改善食欲,使

气血生化有源。

**3.3 刺激嗅觉通路,交通阴阳,改善睡眠** 睡眠方面,六味中药分入六经,通过调节气机改变机体阴阳之气的运行,使其顺应自然之时,助阳气交入阴则安寐。长期失去正常的睡眠会引起机体免疫力下降,白细胞吞噬能力、NK细胞活性、淋巴细胞的活性下降<sup>[13]</sup>。研究指出在时疫发生之时,患者及隔离人员睡眠质量会受到较大影响,并可能由此间接增加感染的不确定性<sup>[14]</sup>。香佩疗法可能通过嗅觉通路起作用,芳香药物中的芳香分子与嗅觉神经元上面的G-蛋白耦联受体结合,从而激发嗅觉感受器的点位,由初级嗅皮质传至嗅觉刺激皮质中心<sup>[15]</sup>。现代药理学研究表明,芳香药物中大多数都可刺激中枢神经,加快神经传导冲动,调节大脑皮层兴奋和抑制的平衡<sup>[16]</sup>,从而改善睡眠。西医治疗失眠有一定疗效,但存在副作用及药物依赖性问题<sup>[17]</sup>,而中药芳香疗法不会出现依赖性且基本无不良反应<sup>[18]</sup>。

**3.4 提高呼吸中枢功能,缓解疲劳** 长期疲劳可能会导致慢性疲劳综合征的发生<sup>[19]</sup>,慢性疲劳综合征患者常出现免疫功能异常,并可能导致免疫力低下<sup>[20]</sup>。研究表明芳香物质刺激人体呼吸中枢以促呼吸的进行,使大脑得到更充分的氧气供应,产生充沛的精力。并且由于芳香气味的扩散,空气中阳离子增多,促进血液循环,使器官分泌出有益健康的激素和体液,调节人体状态<sup>[21]</sup>,同时因其改善睡眠之效,可对缓解疲劳辅助作用。

**3.5 提高分泌型免疫球蛋白A含量,抗感冒** 研究表明中药散发出来的芳香气味能刺激鼻黏膜,提高分泌型免疫球蛋白A(SIgA)的含量<sup>[22]</sup>,使病毒在鼻黏膜上不易存活,降低感冒的机会,佩戴香囊对各年龄段呼吸道疾病及流行性感冒均有预防作用<sup>[23-25]</sup>。同时此次调查数据显示91.04%的人愿意使用中药香囊预防时疫,则其较易于推广。

综上,时疫通过口鼻侵袭人体而发病,辟瘟囊以六药入六经,通过气血经脉的循行而遍布全身,使气血流畅、脏腑安和,从而增强机体抗病能力,起到防疫保健作用。辟瘟囊通过多途径发挥作用,通过改善与时疫相关的症状起到防治时疫的作用。中药香囊历史悠久<sup>[26]</sup>,制作简单、使用方便、临床安全性高,有利于中医进一步发挥“治未

病”的优势预防时疫,值得推广。本研究在疫情期间进行,限制了相关理化标本及量表的采集,无法明确相关的理化指标及量表的变化情况,后期可开展相关临床试验验证效果以及相关基础实验深入对辟瘟囊作用机制的研究。

#### 参考文献

- [1]段玉裁.说文解字注[M].上海:上海古籍出版社,1988:352.
- [2]杨家耀,苏文,乔杰,等.90例普通型新型冠状病毒肺炎患者中医证候与体质分析[J].中医杂志,2020,61(8):645-649.
- [3]刘佳敏,朱宁,曾宪敏.心血管病患者抑郁情绪的调查研究.中国心理卫生杂志[J],2005,19(4):239.
- [4]陆林.关注心血管疾病合并失眠障碍[J].中华内科杂志,2017,56(4):249.
- [5]张梅,李闯.新型冠状病毒肺炎与心血管疾病[J].武警医学,2020,31(2):93-96.
- [6]马楷轩,张燚德,侯田雅,等.新型冠状病毒肺炎疫情期间隔离人员生理心理状况调查[J].中国临床医学,2020,27(1):36-40.
- [7]王玉光,齐文升,马家驹,等.新型冠状病毒肺炎中医临床特征与辨证治疗初探[J].中医杂志,2020,61(4):281-285.
- [8]张龙浩,李柏宏,贾鹏,等.新型冠状病毒(SARS-CoV-2)全球研究现状分析[J].生物医学工程学杂志,2020,37(2):236-249.
- [9]张晋,宋昌梅,杲春阳,等.中药香囊辟瘟囊预防新型冠状病毒肺炎应用探讨[J].北京中医药,2020,39(2):131-133.
- [10]张乃舒,王佩娟.芳香疗法辅助治疗产后抑郁症的设想研究[J].浙江中医药大学学报,2014,38(11):1346-1348.
- [11]黄博威,刘启鸿,黄文彬,等.谈“四季脾旺不受邪”[J].福建中医药,2019,50(3):45-46.
- [12]王雅琪,杨园珍,伍振峰,等.中药挥发油传统功效与现代研究进展[J].中草药,2018,49(2):455-461.
- [13]张如意,游秋云,张舜波,等.睡眠及睡眠剥夺与人体免疫系统的相关性探讨[J].中华中医药杂志,2016,31(10):4169-4171.
- [14]马楷轩,张燚德,侯田雅,等.新型冠状病毒肺炎疫情期间隔离人员生理心理状况调查[J].中国临床医学,2020,27(1):36-40.
- [15]Bulk LB. The search for odorant receptors [J]. Cell, 2004,116(2 Suppl):S117-S119.
- [16]谭启龙.用芳香药物熏洗治疗顽固性失眠53例[J].中医杂志,2009,50(S1):197-198.
- [17]闫海源,邱筱娜,刘涛涛,等.针刺与艾司唑仑调节原发性失眠症患者觉醒状态的差异分析[J].陕西中医药大学学报,2020,43(3):85-88.
- [18]冀汝文.中医芳香疗法在失眠症病人中的临床应用研究[J].世界最新医学信息文摘,2018,18(2):132-134.
- [19]张二伟,黄琼,吴同伟,等.论慢性疲劳综合征与五脏相关[J].世界中西医结合杂志,2020,15(4):763-766.
- [20]刘雨桃,石远凯,孙燕.慢性疲劳综合征[J].癌症进展杂志,2007,5(2):209-215.
- [21]向燕,龙宇,冯玲玲,等.芳香疗法抗疲劳机制及挥发油临床研究进展[J].中药材,2018,41(12):2953-2957.
- [22]刘龙,岳小强,王丽娜,等.辟秽防感香囊预防流行性感感冒的疗效及其免疫调节机制[J].中西医结合学报,2010,8(10):949-954.
- [23]金珍珍,沈微,陈华.香佩疗法预防老年人上呼吸道感染[J].浙江中西医结合杂志,2010,20(7):451-452.
- [24]李立,张弛,崔鑫,等.中药防感香囊对成人流行性感感冒预防效果的随机对照预试验[J].中医杂志,2019,60(20):1747-1750.
- [25]钱丹,李穗华,徐凤霞.儿童反复上呼吸道感染发病原因分析与防治措施[J].中国医学创新,2018,15(2):94-97.
- [26]陈扬,苏同生,伍洁洁.中药香囊在新型冠状病毒肺炎中的应用探讨[J].陕西中医药大学学报,2021,44(1):15-20.

(收稿日期:2021-02-26 编辑:杨芳艳)