

两种中药保健香囊的研制与应用[※]

令狐浪 李 娇 王馨蕾 邢其斌 马彩云

(遵义医学院药学院, 贵州 遵义 563006)

摘要: 中医药学注重对疾病的预防, 强调防患于未然。中药香囊作为我国一种传统文化和非物质文化遗产, 使用历史悠久, 以“治未病”思想为指导, 运用“内病外治”理论, 通过血管、神经和经络对机体起作用, 用之佩戴能增强机体免疫力, 起到保健防病作用。通过前期调查了解后, 主要针对预防流感、镇静安神功效, 研制了两种中药保健香囊, 以期能推广一种安全、简便的外用防感与助眠方法, 同时为香囊的进一步应用与传承提供参考依据。

关键词: 中药香囊; 预防流感; 镇静安神; 治未病

doi:10.3969/j.issn.1672-2779.2019.03.045

文章编号: 1672-2779(2019)-03-0108-03

The Development and Application of Two Kinds of Chinese Medicine Sachets

LINGHU Lang, LI Jiao, WANG Xinlei, XIN Qibin, MA Caiyun

(School of Pharmacy, Zunyi Medical University, Guizhou Province, Zunyi 563006, China)

Abstract: Traditional Chinese medicine emphasizes the prevention of diseases and nips in the bud. As a kind of traditional culture and intangible cultural heritage in China, traditional Chinese medicine sachet has a long history of use. Guided by the thought of "treating diseases without diseases", it uses the theory of "treating diseases outside of internal diseases" to exert effects on the body through blood vessels, nerves and meridians. Wearing with it can enhance the immunity of body and play a role in health care and disease prevention. After preliminary investigation and understanding, two kinds of traditional Chinese medicine sachets were developed, which mainly aim at preventing influenza and tranquilizing mind, so as to promote a safe and convenient method for preventing influenza and promoting sleep, and provide a reference for further application and inheritance of sachets.

Keywords: Chinese medicine sachets; preventing influenza; tranquilizing mind; preventive treatment of disease

中药是中华文化的灿烂瑰宝, 有着几千年为人类防病治病的悠久历史与应用传统。香囊又名香袋、佩帙、荷包等, 2008 年入选第一批国家级非物质文化遗产扩展项目名录。佩带香囊属香佩疗法的一种, 历代民间认为此物既可作为一种配饰, 以助美观; 亦能起到驱邪辟秽、保健防病的作用。近年来, 随着人们生活水平的提高, 保健意识的增强, 历经数千年而不衰的中药香囊这种古老剂型, 至今仍在临床上被广泛应用^[1-4]。中医药学注重对疾病的预防, 强调防患于未然。中药香囊以“治未病”思想为指导, 运用“内病外治”理论, 通过血管、神经和经络对机体起作用, 提高免疫, 保障健康。笔者通过前期调查了解后, 主要针对预防流感、镇静安神功效, 研制了两种中药保健香囊, 以期能推广一种安全、简便的外用防感与助眠方法, 同时为香囊的进一步应用与传承提供参考依据。

1 材料与方法

1.1 材料 所用药材购买于遵义市百姓人大药房, 并经遵义医学院药学院生药学教师鉴定为所属类别。空香囊袋购买于网上店铺。

1.1.1 预防流感香囊所用药材 选取苍术、艾叶、藿香、

白芷、薄荷、防风、川穹、肉桂共八味药材制备防感香囊, 其功效分别如下: (1) 苍术, 为菊科植物茅苍术或北苍术的干燥根茎, 可明目, 燥湿健脾, 祛风散寒; (2) 艾叶, 为菊科植物艾的干燥叶, 可温经止血, 散寒止痛; (3) 藿香, 为唇形科多年生草本植物, 叶及茎均富含挥发性芳香油, 主治外感风寒、寒热头痛、腹痛吐泻之症; (4) 白芷, 为伞形科植物白芷的干燥根, 以根入药, 主治风寒感冒、头痛、鼻炎等, 有祛病除湿、排脓生肌、活血止痛等功能; (5) 薄荷, 为唇形科多年生宿根性草本植物, 全株青气芳香, 有疏散风热, 清利头目之效, 主治风热感冒、头痛目赤、肝郁气滞等症; (6) 防风, 为伞形科防风属多年生草本植物, 有祛风解表, 胜湿止痛功效; (7) 川穹, 为伞形科植物川芎的根茎, 可祛风止痛, 活血行气; (8) 肉桂, 为樟科植物肉桂的干燥树皮, 可散寒止痛, 活血通经。

1.1.2 镇静安神香囊所用药材 选取远志、合欢花、夜交藤、酸枣仁、柏子仁、石菖蒲、五味子共七味药材及薰衣草制备镇静安神香囊, 其功效分别如下: (1) 远志, 为远志科植物远志的干燥根, 具有宁心安神、祛痰消肿等功效, 用于心肾不交引起的失眠多梦、健忘惊悸; (2) 合欢花, 为豆科植物合欢的花, 有宁神作用, 用于失眠健忘、神经衰弱等症; (3) 夜交藤, 为蓼科植物何首乌的藤茎或带叶的藤茎, 具有养心安神, 祛风通络之功效, 用于失眠, 多梦等症; (4) 酸枣仁, 为鼠李科植物酸枣的

※ 基金项目: 贵州省中医药管理局中医药、民族医药科学技术研究课题【No.QZYY-2016-063】; 贵州省大学生创新创业训练计划项目【No.201710661030】; 贵州省遵义医学院大学生创新创业训练计划项目【No.20163729】

成熟种子，主要用于心悸失眠等症；(5) 柏子仁，为柏科植物侧柏的种仁，能养心安神，常与酸枣仁等药材治疗血不养心、虚烦不眠之症；(6) 石菖蒲，为天南星科菖蒲属禾草状多年生草本植物，可用于健忘，心胸烦闷等症；(7) 五味子，为木兰科植物五味子或华中五味子的干燥成熟果实，前者习称“北五味子”，后者习称“南五味子”，有强身健体之效，与其他药材合用治疗失眠；(8) 薰衣草，为唇形科薰衣草属植物，具有镇静催眠作用。在新疆，常用薰衣草全草制剂治疗神经衰弱和失眠。

1.2 方法

1.2.1 预防流感香囊的研制 将处方中苍术、艾叶、藿香、白芷、薄荷、防风、川穹、肉桂共八味药材洗净处理，去除杂质，于烘箱 60℃ 下干燥后，在洁净区域将药材粉碎，将粉碎的药末按比例装入无纺布袋，每袋装药 5 g，再加以适当填充物，封好，外加透气性较好的棉麻布袋制成香囊袋剂。

1.2.2 镇静安神香囊的研制 将处方中远志、合欢花、夜交藤、酸枣仁、柏子仁、石菖蒲、五味子共七味药材洗净处理，去除杂质，于烘箱 60℃ 下干燥后，在洁净区域将药材粉碎，将粉碎的药末按比例装入无纺布袋，每袋装药 5 g，再加以适当填充物及薰衣草，封好，外加透气性较好的棉麻布袋制成香囊袋剂。

1.2.3 在校园内推广使用并做调查问卷 香囊制作完成后，可闻到浓郁的药香味，可佩戴于身旁（尽量离口鼻近），或休息时放置于枕边，长此以往能起到良好的保健效果。研制防感香囊和镇静安神香囊各 200 个，免费分发给我校在校群体共 400 名学生，男女各 200 名，年龄 18~22 岁，其中 200 名学生在流感高发的冬春季节使用防感香囊，另 200 名学生在临近期末面对繁重的学习任务与备考压力时使用镇静安神香囊。因芳香性中草药的主要化学成分是挥发油类物质，为达到更好的保健效果，每两周香囊气味变淡时更换香囊内药材，以 1 个月为使用周期，届时对我校参与香囊使用的 400 名学生进行匿名问卷调查。

2 结果

2.1 香囊中各药材用量 经过闻香、调香、试用等，最终确定 2 种香囊中各药材用量见表1。

表1 2种香囊中各药材用量 (g)

预防流感香囊		镇静安神香囊	
药味	用量	药味	用量
苍术	0.5	远志	0.5
艾叶	0.5	合欢花	0.5
藿香	0.5	夜交藤	1.0
白芷	0.5	酸枣仁	0.5
薄荷	1.5	柏子仁	0.5
防风	0.5	石菖蒲	0.5
川穹	0.5	五味子	0.5
肉桂	0.5	薰衣草	1.0

2.2 调查问卷分析 调查收到有效问卷共计 375 份，回收率为 93.8%。参与本次调查问卷的学生共计 375 名，其中男生 186 名（占总人数的49.6%），女生 189 名（占总人数的50.4%），基本满足性别各半要求。预防流感香囊使用人数为 194 名（占总人数的51.7%），镇静安神香囊使用人数为 181 名（占总人数的48.3%）。预防流感香囊在使用过程中，学生大多将其放置于口袋或书包中，镇静安神香囊选择悬挂于床头或枕边，且有 86.4% 的学生认为，香囊的使用能起到一定的功效，大部分学生在使用过程中均未出现红疹、眩晕、皮肤瘙痒等不良情况。在本次调查中显示，有31.5% 的学生会出于香囊的精美外观而选择购买，43.2% 的学生偏向于中药香囊的保健功效，另外 25.3% 的学生表示可以考虑将香囊作为一种礼品赠予朋友或家人。此外，对香囊的规格期望也各有见解，且 57.1% 的学生能接受的价格范围是 10~50 元，并有大部分学生表示，香囊作为我国的一种传统文化和非物质文化遗产，其发展前景可观，见表2。

表2 中药保健香囊使用调查问卷基本情况 [人数(%)]

题目	选项	
性别	男	186(49.6)
	女	189(50.4)
以前是否听说过中药香囊?	听过	159(42.4)
	没听过	216(57.6)
本次你使用的是哪款香囊?	预防流感	194(51.7)
	镇静安神	181(48.3)
本次使用时香囊的佩戴方式?	放置于口袋或书包中	182(48.5)
	悬挂于床头或枕边	165(44.0)
	其他方式	28(7.5)
是否觉得中药香囊有其功效?	很有功效	125(33.3)
	有一点儿功效	208(55.5)
	完全没有功效	42(11.2)
是否有出现红疹、眩晕、皮肤瘙痒等不良情况?	有,很严重	0(0.0)
	有轻微不适	18(4.8)
你会出于什么原因购买香囊?	没有	357(95.2)
	外观	118(31.5)
你对香囊规格的期望是?	功效	162(43.2)
	其他	95(25.3)
	稍小,便于佩戴	131(34.9)
你能接受的中药香囊的价格是?	稍大,可作摆设	158(42.1)
	其他	86(23.0)
	10元以下	89(23.7)
你认为香囊作为一种非物质文化遗产,其发展前景如何?	10~50元	214(57.1)
	50元以上	72(19.2)
	很好	122(32.5)
	一般	187(49.9)
	不好	66(17.6)

3 讨论

在中国传统医学中，将芳香性中草药碾成细末，装

人特制布袋,佩戴在身上以预防疾病的方法,俗称香佩疗法。根据其功效不同,配方繁多,以辟秽解毒药物为主可预防感冒,以开窍宁神药物为主则防治失眠,以醒脾开胃药物为主以防治厌食等。中药香囊即属于中医香佩疗法,其中的芳香性中草药主要成分为挥发油,其挥发的气味,通过口鼻、肌肤毛窍、经络穴位,使气血流畅,脏腑安和,从而增强机体免疫能力,起到保健防病的作用,其方法相对安全,制作简单,易于推广,对环境也无污染。

近年来,随着人们生活水平的提高,保健意识的增强,中医“治未病”思想得到高度重视,历经数千年而不衰的中药香囊这种古老剂型,至今仍在临床上被广泛应用。流感病毒是细胞内病原体,机体95%以上的病原体感染发生在黏膜或由黏膜入侵而致病。分泌型免疫球蛋白A(SIgA)是黏膜免疫的主要效应因子,具有较强的抗病毒能力,其含量的提高使病毒在呼吸道黏膜不易存活,在人体与外环境间形成有效的防御屏障^[5]。中药香囊中散发出的芳香药气能够刺激鼻黏膜,使鼻黏膜上的SIgA含最提高,并不断刺激机体免疫系统,促进抗体生成,从而预防流感^[6-7]。此外,施明等^[8]研究表明使用中药香袋敷贴神阙穴位治疗126例失眠症患者,能改善睡眠,尤其对轻中度患者总有效率达90%以上,且未见不良反应。邢雪梅等^[9]用具有开窍宁神、镇静助眠作用的自制中草药香袋,在74例行胸部手术患者入院当天,将其挂在床头,对缓解患者术前焦虑情绪有较好效果。陆瑾等^[10]对外科和骨科术前患者194例进行临床观察,实验组(护理干预加中药香囊)较对照组(护理干预)患者焦虑明显降低,睡眠质量得到改善,入手术室前,2组患者的血压、心率有显著性差异。

现代药理研究表明,中药香囊中的药物大多含有挥发油类物质,具有消炎、抗菌、提高机体免疫等功效,同时具有制作简单、价格低廉、佩带方便等特点,并可通过多靶点、多途径发挥保健防病作用,展现了广阔的研究与应用前景。老人、小孩及亚健康群体等免疫功能低下者在季节性流感前期佩戴防感香囊,对预防感冒有一定的作用,可作为疫苗不足之处的补充。此外,社会经济在快速发展,但年轻人的压力也与日俱增,使得这一类群体经常出现失眠多梦、睡眠质量差等困扰,运用具有安神功效的中药制备的香囊,作为一种辅助手段,以达到防治失眠的功效。针对预防流感、镇静安神功效,笔者研制了两种中药保健香囊,以期能推广一种安全、简便的外用防感与助眠方法,同时为香囊的进一步应用与传承提供参考依据。

参考文献

[1] 金阳,陈华,贺贤丽.中药防感香囊对成人感冒预防效果的临床观察[J].

时珍国医国药,2015,26(10):2448-2449.

- [2] 陈海燕,程勇,王岩.中药香囊干预儿童反复呼吸道感染30例[J].福建中医药,2015,46(6):66-67.
- [3] 鲁斌,王晓燕.健体防感香囊防治小儿反复呼吸道感染[J].中医临床研究,2014,6(14):82-83.
- [4] 王信利.防感香囊佐治小儿上呼吸道感染80例[J].浙江中医杂志,2011,46(3):188.
- [5] 怀旭,沈嵩,石宁.地面模拟失重状态对唾液分泌型免疫球蛋白A分泌率的影响[J].中国医药,2012,7(7):887-890.
- [6] 陈华,贺贤丽,王进军.中药香囊预防感冒临床作用研究进展[J].中国民族民间医药,2013,22(4):45-46.
- [7] 刘龙,岳小强,王丽娜,等.辟秽防感香囊预防流行性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.
- [8] 施明.中药香袋敷贴神阙穴位治疗126例失眠症临床疗效观察[A].中国睡眠研究会.中国睡眠研究会睡眠障碍专业委员会.第三届中国睡眠医学论坛论文集汇编[C].2009:3.
- [9] 邢雪梅,张云云,李航.中药香袋对胸部手术患者术前焦虑情绪的影响[J].中华护理杂志,2011,46(1):78-79.
- [10] 陆瑾,张康颖,何丽萍.护理干预加中药香袋对患者术前焦虑的影响[J].上海护理,2006(5):26-28.

(本文编辑:李海燕 本文校对:杨荣 收稿日期:2018-10-09)

连翘

连翘经验鉴别专用术语

青翘:指连翘果实初熟,尚带绿色时采收,及时干燥,不开裂,习称“青翘”。

老翘:指连翘果实成熟熟透时采收,及时晒干,开裂,习称“老翘”。

连翘各版本收载

《<中华人民共和国药典>2015年版(附录)收载:地耳草为藤黄科(金丝桃科)植物地耳草 *Hypericum japonicum* Thunb.的干燥全草。别名:田基黄。

《四川中药材标准》2010年版收载:元宝草 *Hypericum sampsonii* Hance.的全草。别名:小连翘、红早莲等。

《中药大辞典》收载:红早莲 *Hypericum ascyron* L.的全草。别名:湖南连翘,假连翘,金丝桃等。

连翘注意事项

直至宋代,我国医药文献所用连翘为金丝桃科(又谓藤黄科)植物红早莲(又名湖南连翘) *Hypericum ascyron* L.及同属植物地耳草 *Hypericum japonicum* Thunb.等。

自宋元时期至今所用连翘为木犀科植物连翘 *Forsythia suspense* (Thunb.) Vahl.

自古连翘其性味归经,临床性效有别。

——摘自祝之友教授《神农本草经药物解读——从形味性效到临床(3)》,人民卫生出版社,2018.