中医芳香疗法溯源及治疗乳房疾病

盛佳钰，江科，董梦婷
（上海中医药大学附属岳阳中西医结合医院，上海 200437）

摘　要：中医芳香疗法是独具特色的传统自然疗法，在源远流长的中医药发展进程中，该疗法伴随着古今成方及疗法的演变，形成了自身独特的理论体系。中医芳香疗法主要通过具有挥发性香味的中药之气作用于人体，根据中医内病外治理论，挥发性气体通过呼吸、皮肤等入腠理，经经络直达脏腑，起到调整机体阴阳平衡、扶补正气、抵御外邪的作用。近年来中医芳香疗法被应用于乳腺疾病的治疗，芳香醒神功效可调节精神情志，改善乳腺癌焦虑、抑郁情绪；芳香醒脾功效可改善脾胃功能，抑制乳腺癌化疗引起的恶心呕吐；辛香走窜功效可促进气血流通，适合乳腺增生类疾病的治疗。深入理解芳香类中药，并从芳香类中药角度出发，拓展思路，能够为中医药治疗乳腺疾病提供一定的借鉴与指导。

关键词：芳香疗法；中医药；乳房疾病；历史溯源
中图分类号：R271.44，R655.8　　**文献标志码：**A　　**文章编号：**2097-5031(2024)01-0013-04

A Preliminary Discussion on the Origin and Treatment of Breast Diseases with Traditional Chinese Medicine Aromatherapy

SHENG Jiayu, JIANG Ke, DONG Mengting
(Yueyang Hospital of Integrated Traditional Chinese and Western Medicine, Shanghai University of Traditional Chinese Medicine, Shanghai 200437, China)

Abstract: Traditional Chinese medicine aromatherapy is a unique traditional natural therapy. In the long history of the development of traditional Chinese medicine, this therapy has evolved with the development of ancient and modern formulas and therapies, forming its own unique theoretical system. Traditional Chinese medicine aromatherapy mainly uses the volatile aroma of traditional Chinese medicine to act on the human body. According to the theory of internal disease and external treatment in traditional Chinese medicine, volatile gases enter the pores through respiration, skin, and other channels, and directly reach the organs through meridians, playing a role in adjusting the balance of Yin and Yang in the body, supplementing positive Qi, and resisting external pathogens. In recent years, traditional Chinese medicine aromatherapy has been applied to the treatment of breast diseases. The efficacy of aromatherapy can regulate the spirit and improve the anxiety and depression of breast cancer. Aromatic invigorating spleen effect can improve the function of spleen and stomach, and inhibit nausea and vomiting caused by chemotherapy for breast cancer. The pungent fragrance can promote the circulation of qi and blood, making it suitable for the treatment of breast hyperplasia diseases. A deep understanding of aromatic traditional Chinese medicine and expanding our thinking from the perspective of aromatic traditional Chinese medicine can provide certain reference and guidance for the treatment of breast diseases with traditional Chinese medicine.

Keywords: aromatherapy; TCM; breast diseases; historical tracing

早在远古时期人们就发现了香气的功效，原始人类在烤火取暖、煮食或点燃篝火防兽时，选用植物作燃料，发现植物在燃烧时发出的芳香气味被人闻吸后可能会产生一些作用，这就是中医芳香疗法的最早起源。中国的“香”文化源远流长，其物证、遗迹、文献汗牛充栋，难以尽数。“香”始终与人们的生活息息相关，甲骨文的“香”字，意为“容器中盛禾黍”，意为五谷之香[1]。汉字中，有不少以“香”为偏旁的字，仅《汉语大字典》中载录的就有五十三个，例如馛（fēn）、馥（bó）、馝（bì）、馛（bó）、馜（ní）、馞（bó）、馠（hān）、馦（tú）等，它们被分别用来表达与香相关的气息与特征[2]。例如，将香之远闻称为“馨”，将香气

基金项目：国家自然科学基金青年科学基金项目（82104952）；上海市科委医学创新研究专项（21Y11923600）；上海市卫健委卫生行业临床研究专项（202140172）；上海市科技创新行动计划医学创新研究专项（23Y11921600）
作者简介：盛佳钰（1983-），女，上海人，主任医师，硕士研究生导师，博士，研究方向：中西医结合乳腺疾病的基础及临床。E-mail：sjy1983sh@126.com。
引用格式：盛佳钰，江科，董梦婷. 中医芳香疗法溯源及治疗乳房疾病[J]. 中西医结合慢性病杂志，2024，1（1）：13-16.

浓烈称为“馞”或“馥”，将香味微淡称为“馠”。

1 中医芳香疗法溯源

广义的“香”是对芳香气味的总称，如某一种香花、香草、香木等。狭义的“香”是指以天然芳香类香药为原料，加入植物黏合剂，根据功效的需求，按君、臣、佐、使的原则制定配方，对香药进行配伍及炮制，依照工艺要求制成的各种香品[3]。中医芳香疗法是在香品基础上发展而来的，以中医药理论为基础，将芳香中药做成各种适宜剂型的香品，通过按摩、外涂、艾灸、熏香、内服等方式作用于局部及全身以起到预防、治疗疾病的一种传统自然疗法[4]。

中医芳香疗法始于夏商，成于秦汉，盛于明清，创新于近现代。随着历史变迁，芳香药物品种逐渐增多，《周礼》有以“莽草熏之”“焚牡菊以灰洒之”等熏香防治害虫的描述[5]；《神农本草经》全书收载药物365种，其中芳香药物占10%左右[6]；《新修本草》记载了苏合香、阿魏、安息香、龙脑香等香品至今仍有沿用[7]。此外，中医芳香疗法也在不断变得丰富，从最早的焚香香薰法，发展出了香熨法、香佩法、香枕法、含漱法、香浴法等。从单方到复方，由多味香药组成的香方方剂逐渐增多，《太平圣惠方》中乳香丸、沉香散、木香散、沉香丸等以香药命名的方剂共约120首[8]；《普济方》中专列“诸汤香煎门”，收集97方并详细记载方药组成、制作、用法等，仍有多首香方沿用至今[9]。新中国成立后，特别是近二十年，中医芳香疗法得到了迅速发展，不仅在临床广泛应用，也开展了大量药理和疗效研究，带动了芳香产业的迅速成长，并在医学服务从“医疗型”向“医疗-预防-保健型”转变过程中起着越来越重要的作用。

2 芳香药物的作用

2.1 鼻观先参，辟秽悦神

远古芳香植物主要用于祭祀，与之并行的还有生活用香。尽管当时可以用的香木、香草种类还不是很多，仅有萧、兰、蕙、椒、桂等少数几种，但使用方法已经非常丰富，已有熏烧（如蕙草、艾蒿）、佩戴（香囊、香花、香草）、煮汤（泽兰）、熬膏（兰膏）、入酒等方法[10]。现代研究发现香气具有一定抑菌作用，能洁净空气，改善环境污染。居家生活用香，营造了一个芳香四溢的氛围，既有利于本性的愉悦、心神的安守，也有利于居住环境的阳气生发、防病养生。这样的环境可整合身心，使之达到平衡、有序，而身心性命的平衡、有序正是健康的根本。

2.2 养生疗疾治未病

香之所以有预防疾病的良好效果，与香气对阳明经的养护作用息息相关。阳明经为阳气生化之海、运行之通衢，许多疾病都与阳明经有着直接的关系。《黄帝内经》等许多中医经典对阳明经养护的重要性多有论述，如：“阳明虚，则心脾皆失所养，而血不生”“阳明虚，则宗筋驰纵，故手足痿而不用也”“阳明经虚，风邪外入，令人口眼歪斜，麻木不仁及惊风痫痉，手足搐搦，不省人事”[11]。究其原因，“阳明虚，则恶气易入”；口鼻乃“阳明经”之窍，是人体防病的主要门户；肺气通于天，鼻为司香之官、肺之门户也；故芳香药物从口鼻而入，对人体的直接作用就是从阳明经入手，使阳明经达到健康状态，始终具有抵御“外邪”的能力，达到外邪不侵的目的。所以古人视香为保健养生治未病的良药。历史上也有许多记载用芳香药物来预防传染性疾病的实例，例如《山海经》中记载佩戴熏草可以预防瘴疠，此处的熏草即为中药佩兰[12]。

3 “以芳香之气用事”防治乳房疾病

中医芳香疗法是中医学经历千年积累、提升、演变形成的，中医整体观、辨证论治的观念贯穿始终。芳香中药之气作用于人体，以气作为两者的沟通媒介。“以气用事”是芳香中药防治疾病的机理，根据中医内病外治理论，皮毛肌腠与五脏六腑相通，其药性可通过呼吸、皮肤等入腠理，通过经络直达脏腑，起到调整机体阴阳平衡、扶补正气、抵御外邪的作用。芳香药物是中医香疗的物质基础，其防病治病机理在于“以芳香之气用事”，可以通过闻馨治疗疾病，特别适合于治疗乳房疾病[13]。

其一，调节精神情志，香薰治病通过鼻嗅而起到治疗作用。《难经》有云：“心主嗅，令鼻知香臭”[14]，说明鼻与心有比较密切的关系，而心主神志，中医芳香疗法通过调节心神而达到开窍醒神、安神定惊的作用[15]。现代研究发现香气能刺激分泌肾上腺素，强化中枢神经系统，如茉莉花香气会增强人的β-波活力，而麝香、檀香等香气能使脑电波变化产生镇静作用[16]。乳腺疾病患者以女性居多，无论是乳腺增生还是乳腺癌患者，其中医病因病机多为忧思忧虑，气机不畅，心神不宁，久而积聚成疾，所以从调节精神情志角度出发治疗乳腺疾病是古今共识。特别是乳腺恶性肿瘤患者，肿瘤疾病本身带来的死亡恐惧以及肿瘤治疗过程出现的并发症及不良反应均会对患者身心造成巨大影响。例如放化疗期间患者极易出现焦虑、紧张等负性情绪，导致严重睡眠障碍，甚至出现自杀倾向。芳香中药通过皮肤和血液被迅速吸收，根据它们所拥有的受体，如大脑和其他物

质，通过杏仁核、海马体和边缘系统刺激中枢神经系统，促进内啡肽释放，使精神平静[17]。陈英等[18]针对心脾两虚型失眠乳腺癌患者采用薰衣草药枕实施芳香疗法，联合情绪释放技术（emotional freedom techniques，EFT）有效改善患者睡眠质量，并可以缓解患者不良情绪。杨燕初等[19]则采用复方精油结合调息法治疗乳腺癌放疗后失眠患者，可缓解其负性情绪，缩短入睡时间，提高睡眠效率和睡眠质量。李琼瑶等[20]同样证明穴位推拿联合精油芳香疗法可以有效改善乳腺癌围化疗期患者失眠症状、情绪状态，提高生活质量。

其二，改善脾胃功能，《本草纲目·熏草》云："脾胃喜芳香，芳香可以养鼻是也。"故香气能醒脾开胃，升清降浊，调节脾胃功能[21]。清代黄宫绣《本草求真》中指出芳香药物能顺应脾之特性："心脾之气，得芳香则运行""脾喜芳香，脾气舒，则三焦通利而正气和。"[22]"升阳益胃汤"是近代医家张锡纯创立的治疗脾胃疾病方，方中重用炒白术，认为白术色黄属土，气香能醒脾，进一步将芳香醒脾法拓展到"气香则醒脾"。《中医大辞典》解释道："醒脾是运用芳香化湿健脾药物，祛除湿邪，健运脾气，以治疗脾胃湿困、运化无力的病症。"[23]可见芳香醒脾法是运用香能通气、温燥走行的特性，解脾之实邪困遏，恢复脾运化升扬的功能。翟田田[24]选取76例癌症患者实施非随机对照试验，接受吸入性芳香疗法治疗的患者在化疗期间和延迟期发生呕吐的频数明显降低。刘敏等[25]、PAFIEE S N F等[26]、侯云霞等[27]研究者先后开展的研究也证明芳香疗法不仅可以降低癌症相关恶心呕吐的频数，还能改善呕吐症状，降低呕吐严重程度分级。

其三，促进气血流通，香气多具有"辛香走窜之性"，正如《景岳全书》指出："馨香，使气血流通"[28]，故中医芳香疗法具有疏通经络、增强气血流通的作用。乳汁淤积型乳腺炎属"乳痈"范畴，中医学认为乳汁为血所化生，由气推动运行，对乳汁淤积需及时疏通乳络，促进血气运行。杨勇[29]采用艾条灸结合丁香精油推拿治疗乳汁淤积型乳腺炎，能缩短乳房皮肤颜色、包块消失时间、退热时间及疼痛消失时间。张超等[30]使用手法结合纯中药催乳精油治疗产后肝郁气滞型缺乳53例，疗效好，不良反应小。乳腺增生在中医学上称为"乳癖"，多因肝气郁结、冲任失调，经脉气血运行不畅，导致痰、瘀、湿互结形成肿块，因此临床中以肝气郁结型居多，常见情绪不畅引起乳腺增生性疼痛。费霖莉[31]应用芳香疗法（佛手、玫瑰花、薄荷混合精油）通过循经按摩治疗肝气郁结型乳腺增生，可有效缓解乳房疼痛，改善胸胁胀满、心烦口苦、失眠多梦等中医伴随症状。

4　乳房疾病常用芳香中药

中药中具有芳香特性的药物主要分布于解表药、清热药、安神药、活血化瘀药、理气药、开窍药和温里药中。而按照动植物分类体系可分为木本类、树脂类、动物类、草本花果根茎类芳香中药。临床上乳房疾病常用到的芳香中药主要涉及以下品种。

4.1　郁金

郁金为姜科植物温郁金、姜黄、广西莪术或蓬莪术的干燥块根。其性味辛、苦、寒，归肝、心、肺经。具有活血止痛、行气解郁、清心凉血、利胆退黄的作用。用于治疗胸胁刺痛，胸痹心痛，经闭痛经，乳房胀痛，热病神昏，癫痫发狂，黄疸尿赤。现代研究发现郁金的主要芳香类成分为崁烯、樟脑、倍半萜烯、姜黄酮等[32]。"柴胡-郁金"药对是临床常用的疏肝理气药物组合，在乳腺疾病治疗中应用广泛，李晓菲等[33]对公开发表的乳腺癌中药方剂进行统计，含柴胡-郁金药对的方剂共523首，常与补虚药、行气药、清热化痰药和清热解毒药相配伍，与扶正祛邪之法共用，乳腺癌巩固期多加以养阴清热安神药，乳腺癌放化疗期多配伍清热化痰解毒药。

4.2　乳香、没药

乳香与没药堪称西方历史上使用最悠久、最重要、最为名贵的两种香药。有资料记载，阿拉伯人在公元前2000年就已开始使用乳香了。乳香是橄榄科植物乳香树树皮渗出的树脂，没药则是橄榄科植物地丁树或哈丁树的干燥树脂。其性味辛、苦、温，归心、肝、脾经。具有活血定痛、消肿生肌的作用。常用于胸痹心痛，胃脘疼痛，痛经经闭，产后瘀阻，风湿痛痹，跌打损伤，痈肿疮疡。乳香-没药常作为活血止痛的药对应用于乳腺增生、乳腺纤维腺瘤、乳腺癌的治疗中，对于缓解疼痛、缩小肿块具有较好临床效果。中医治疗乳腺癌的经典方剂西黄丸出自《外科证治全生集》卷四，为清代名医王洪绪所创，具有清热解毒、消肿散结的功效，主治热毒壅结所致痈疽疔毒、瘰疬、流注、癌肿，该方剂由牛黄、麝香、乳香、没药4味药物组成[34]。对国家知识产权局官网近二十年收录的治疗乳腺增生的外用中药复方专利作统计，发现无论是冲任失调型还是肝郁痰凝型乳腺增生，乳香、没药都是用药频率排名前5名的药味[35]。

4.3　枳壳

枳壳为芸香科柑桔属植物酸橙 *Citrus aurantium* L.

及其栽培变种的干燥未成熟果实，具有理气宽中、行气消胀之功效，也是江西省的道地药材，商品为“江枳壳”。传统中药方剂柴胡疏肝散具有疏肝理气、活血止痛的功效，是乳腺增生类疾病的常用方剂，枳壳是该方剂的主要药物。陈文莉等[36]报道了枳壳与其他组方配伍有利于乳腺癌的预防和治疗。何炜[37]从辨证论治的角度分析了枳壳具有一定的抗乳腺癌作用。官扬等[38]采用网络药理学的方法探讨枳壳活性成分抗乳腺癌作用机制，发现枳壳中的橙皮素、谷固醇、川皮苷等成分作用于热休克蛋白（heat shock protein 90-α，HSP90-α）。HSP90-α为热休克蛋白家族，有研究认为HSP与肿瘤细胞的增殖、凋亡、分化、免疫及耐药等有关，而HSP90对肿瘤侵袭转移能力起主导作用，这说明枳壳抗乳腺癌作用可能通过抑制肿瘤细胞增殖、介导原癌基因蛋白和不同的信号转导等方面实现[39]。

中医芳香疗法是独具特色的中医药健康服务资源，是中华民族在几千年生产生活实践和与疾病斗争中逐步形成并不断丰富发展的医学科学。随着基因组学、蛋白组学、代谢组学、网络药理学等为代表的分子机理研究技术广泛引入，中医芳香疗法正逐步用科学的方法揭示其有效性，并加速其规范化、标准化建设。中医芳香疗法坚持可持续发展战略，开发创新药物、中医香疗器械等，以期建立具有中医芳香疗法特色的健康服务模式，推动中医芳香疗法的国际化发展。

参考文献

[1] 许慎.说文解字[M].北京：中华书局，1963.
[2] 宛志文.汉语大字典[M].武汉：崇文书局，2021.
[3] 傅京亮.中国香文化[M].济南：齐鲁书社，2008.
[4] 方婷，马红梅，王念，等.芳香疗法应用研究进展[J].护理研究，2019，33(23)：4093-4095.
[5] 中华文化讲堂.礼记选[M].北京：团结出版社，2014.
[6] 孙星衍，孙冯翼.中医临床经典丛书-神农本草经[M].太原：科学技术出版社，2018.
[7] 何清湖.中医古籍经典系列丛书-新修本草[M].太原：科学技术出版社，2013.
[8] 王怀隐.太平圣惠方校注[M].郑州：科学技术出版社，2015.
[9] 朱橚.普济方集要[M].沈阳：辽宁科学技术出版社，2007.
[10] 周嘉胄.香乘[M].北京：九州出版社，2015.
[11] 中华文化讲堂.黄帝内经[M].北京：北京团结出版社，2014.
[12] 刘向，刘歆.山海经[M].北京：北京联合出版公司，2014.
[13] 张旭莲.芳香疗法在癌症患者症状管理中的应用进展[J].上海医药，2022，43(2)：35-38，46.
[14] 刘山雁.香、香药、药香[M].北京：学苑出版社，2013.
[15] 李玉坤，刘大胜，任聪，等.中医芳香疗法的研究进展[J].中国中医急症，2020，29(1)：178-181.
[16] COOKE B，ERNST E. Aromatherapy：a systematic review [J]. Br J Gen Pract，2000，50(455)：493-496.
[17] GONG M，DONG H，TANG Y，et al. Effects of aromatherapy on anxiety：a meta-analysis of randomized controlled trials [J]. J Affect Disord，2020，274：1028-1040.
[18] 陈英，陈晓洁，王舒洁，等.芳香疗法联合情绪释放技术对失眠乳腺癌患者影响的研究[J].中华护理杂志，2022，57(6)：651-658.
[19] 杨燕初，庄菊萍，俞洁洁.复方精油调息法在乳腺癌放疗后失眠患者中的应用[J].齐鲁护理杂志，2021，27(2)：104-106.
[20] 李琼瑶，陈后良，田丹杏，等.引阳入阴推拿联合芳香疗法改善乳腺癌围化疗患者失眠及生活质量的效果研究[J].中华现代护理杂志，2020，26(28)：3893-3898.
[21] 李时珍.中华国学经典精粹·医药养生本-本草纲目[M].北京：北京联合出版公司，2015.
[22] 黄宫绣.本草求真-中医经典文库[M].北京：中国中医药出版社，2017.
[23] 李经纬，余瀛鳌，王振瑞.中医大辞典[M].北京：中国医药科技出版社，2023.
[24] 翟田田.吸入性芳香疗法缓解顺铂化疗相关性恶心呕吐的临床疗效研究[D].兰州：兰州大学，2020.
[25] 刘敏，汪猛，翟笑枫，等.芳香疗法联合穴位按摩在缓解非小细胞肺癌患者顺铂化疗所致恶心呕吐中的效果分析[J].肿瘤预防与治疗，2024，37(6)：484-491.
[26] RAFIEE S N F，MANGOLIAN S P，DEHGHAN M，et al. Effect of abdominal massage with and without salvia officinalis on nausea and vomiting in patients with cancer undergoing chemotherapy：a randomized clinical trial [J]. J Oncol，2021，2021(6)：28-38.
[27] 侯云霞，强万敏，于立娟，等.芳香按摩疗法对晚期肺癌患者化疗相关性恶心呕吐干预效果的研究[J].中国实用护理杂志，2018，34(7)：495-501.
[28] 张景岳.中医临床丛书·景岳全书(上、下)[M].北京：人民卫生出版社，2007.
[29] 杨勇.艾条灸结合丁香精油推拿对乳汁淤积型乳腺炎的疗效观察[J].内蒙古中医药，2021，40(4)：90-91.
[30] 张超，李江山，叶兰，等.手法结合纯中药催乳精油治疗产后肝郁气滞型缺乳53例临床观察[J].湖南中医杂志，2016，32(2)：91-93.
[31] 费霖莉.芳香疗法治疗肝气郁结型乳腺增生临床研究[J].新中医，2020，52(23)：122-125.
[32] 张海霞，宋肖桦，李千，等.温郁金、温莪术和醋莪术的寒热药性及其7种挥发性成分的比较研究[J].中医药学报，2024，52(4)：40-48.
[33] 李晓菲，董梦婷，帕提古丽·加帕尔，等.基于中医传承辅助平台探究含柴胡-郁金药对乳腺癌治疗方剂的组方规律[J].辽宁中医杂志，2022，49(9)：24-28.
[34] 王维德.中医临床丛书重刊-外科证治全生集[M].北京：人民卫生出版社，2023.
[35] 于淼，马凯，张婉悦，等.乳腺增生外用中药复方专利组方用药规律[J].中成药，2022，44(12)：4058-4063.
[36] 陈文莉，李文林，史勤，等.基于关联规则及复杂网络分析古医籍中乳腺癌的用药规律[J].南京中医药大学学报，2018，34(6)：625-629.
[37] 何炜.柴胡疏肝散联合化疗治疗晚期乳腺癌随机平行对照研究[J].实用中医内科杂志，2014，28(8)：83-86.
[38] 官扬，曹文雪，胡慧明，等.基于网络药理学探讨甘草-枳壳活性成分抗乳腺癌作用机制[J].中国实验方剂学杂志，2020，26(8)：219-227.
[39] 徐敏，朱美琴，邓权通，等.三种热休克蛋白在乳腺癌中的表达及与预后的关系[J].热带医学杂志，2015，15(10)：1316-1320.