

“闻香治病”真有这么神奇吗

有些香 孕妇闻不得

□本报记者 林颖

在中国文化中,自古有佩戴香囊的习俗,尤其是在端午期间,人们热衷于佩戴香囊以驱虫辟邪。如今,各种香囊或香薰等中医香疗产品开始在一些景区商店热卖,有些还附上了各种治病功效,受不少市民的喜爱。那么,“闻香”真的可以治病吗?

01

香疗治病效果很有限

中药香囊散发香气的关键在于其中填充的芳香药材。这类含有挥发性成分且具有芳香气味的芳香类中药,主要源自植物,比如众人熟知的薄荷、藿香、苍术等。薄荷所含的挥发油,能够疏散风热、清利头目,可用

于治疗风热感冒、头痛等病症;藿香能化湿醒脾、辟秽和中,常用于处理湿浊中阻、呕吐等问题。

然而,需要注意的是,芳香类药材的治病功效通常在中药汤剂中才能得到最大程度的发挥。倘若处于疾病状态,

单纯依靠闻香,所起的治疗效果十分有限,因此香疗通常还无法取代主流的中医学治疗手段。

“香疗更多的是给人带来身心上的愉悦。通过吸入香气,可以对人体的气机进行调节,从而起到缓解焦虑情绪、提神醒脑、镇静安神的效果。”福建中医药大学中医学院副教授李宇涛说。

自制香囊的关键事项

如果想要自己配制香囊,李宇涛提醒大家要留意以下几点:

首先,不同渠道进货的中药材质量良莠不齐,尽量选用医院、药店等正规渠道采购的合格药材,并在配制过程中遵循正确的操作规范,这样在安全方面能够有一定保障。

其次,有些人可能会对香囊中的药物成分产生不良反应。即使初期没有过敏反应,长期接触也可能使身体出现不适,如皮肤瘙痒、呼吸道不适等症状。因此,对于有过敏体质的人,在自行配制使用前,最好先咨询中医的意见,以防引起过敏反应。

此外,香囊中的药物成分会随着时间以及环境因素而发生变化,其药效也会受到影响。通常一个香囊的最佳使用时间在1~2周左右,之后就需要更换药物或者重新制作。

02

孕妇佩戴香囊的禁忌

李宇涛指出,民众虽然可以根据个人喜好选择佩戴香囊,但并非所有人都适合,孕妇尤其需要注意。

比如在宫斗剧中频繁出现的麝香,便是孕妇应避免接触的香料。

因为麝香具有开窍醒神、活血通经的作用,其强大的活血之力可能会对孕妇及胎儿造成严重危害。

孕妇还应避免使用具有活血化淤功效的香囊或香薰产品。例如具

有活血通经作用的红花、能破血行气的莪术,这些成分可能会刺激子宫,增加流产或早产的风险。

此外,日常常用的艾叶虽有温经止血、散寒止痛等功效,但大量使用艾叶进行香薰,其温通作用过强,也可能会对孕妇产生不良影响。

大腿如同象腿 缘于可怕疾病

□本报记者 林颖

4年时间,家住闽南的林女士大腿不断变粗,如同象腿,比正常腿围足足多了近20厘米!这不是因为胖,而是因为这种病。

术后4年,女子饱受“大象腿”之痛

来自闽南的林女士曾患有子宫内膜癌,尽管做了手术治疗,但术后4年里,她的大腿却因术后并发症——淋巴水肿的影响而不断增大,最大处腿围达到惊人的71厘米,犹如大象腿一样粗。

水肿的双下肢严重影响了林女士的生活,由于粗壮的两腿紧密相连,行走时皮肤间不断摩擦破溃,让她痛苦不已。不仅如此,淋巴水肿还会引起淋巴管炎、丹毒的反复发作,林女士每年都多次因此发烧入院,身心俱疲,生活几乎陷入绝望。

这些年,林女士四处奔波,遍访名医,可辗转多家医院治疗,“大象腿”症状却始终未能明显改善。



个性化治疗,“大象腿”成功缩减

一次偶然的机会,得知福建省妇幼保健院精准医学妇三科的俞晓燕护士长团队在淋巴水肿综合消肿治疗方面经验丰富,且疗效显著,林女士便带着希望慕名而来。

俞晓燕给林女士做了全面细致的评估,并为她量身定制了一套包括皮肤护理、手法引流、加压绷带包扎、功

能锻炼四个部分的个性化系统治疗方案。治疗过程中,俞晓燕还不断给予林女士鼓励和支持,让她重新找回战胜疾病的信心。

经一个多月精心治疗和科学护理,“大象腿”成功缩减了14厘米,林女士感受到了前所未有的轻松和愉悦,对生活也重燃起了希望。

下肢淋巴水肿,肿瘤术后患者的隐痛

妇科恶性肿瘤术后,下肢淋巴水肿是患者常需面对的一个并发症,它给患者的日常生活造成了沉重的负担。

起病初期,患者会表现出四肢或会阴(可单侧、可双侧)持续性、进行性凹陷性水肿,后期为非可凹性水肿,继而出现皮下、皮肤的纤维化。

俞晓燕指出,淋巴水肿若得不到及时有效的控制和治疗,后期将可能引发象皮肿等严重病变,并频繁引发丹毒、蜂窝织炎等疾病,给患者身心带来极大痛苦。

妇科恶性肿瘤术后患者应该多关注下肢情况,保持适当运动,同时控制体重,复查时可找专业医生做淋巴水肿评

估,一旦有征兆,及时转介淋巴水肿治疗师进行干预和治疗。

对于淋巴水肿的治疗宜早不宜迟,一旦发现相关症状,应立即就医,抓住治疗的黄金时期。

治疗过程要有足够的耐心和信心,保持乐观心态,坚持治疗。治疗后的定期复查至关重要,有助于医生及时了解病情变化,调整治疗方案。同时,科学管理,包括合理饮食、适当运动等,对康复大有裨益。

值得一提的是,今年开始,淋巴水肿综合消肿治疗也纳入医保体系,患者的治疗费用将大幅降低,这将使更多患者得到高质量的医疗服务。