

周朝进 周慈海 编著

上海中医药大学出版社



传统

CHUANTONG
XIANGLIAOFA
JINGHUA

香

疗法
精华

传统香疗法精华

周朝进 周慈海 编著

上海中医药大学出版社

内 容 提 要

本书阐述了传统香疗法的发展历史,香疗法的功能和特点,以及香的本质和嗅觉生理。详细介绍了传统香疗法常用香药的名称、产地、性味归经、主要功效、应用、用法和用量及其历代掌故。并介绍了传统香疗法制剂组方原则和剂型,古代应用传统香疗法的各种器具。书中以大量篇幅重点介绍了有关预防、治疗、养生、保健、康复、怡情等方面的各种香疗法验方,这些验方且大都精选自历代宫廷、名家的秘方。同时分别就功效、组成、制备、应用方法等加以说明。

本书可供对传统香疗法研究、开发、生产和爱好的广大读者参考,也可供大专院校中医药、轻工、化工专业师生参考。

传统香疗法精华

周朝进 周慈海 编著

上海中医药大学出版社出版发行
(上海零陵路 530 号 邮政编码 200032)

新华书店上海发行所经销
常熟市新骅印刷厂印刷

开本 787×1092 1/32 印张 5.375 字数 116 千字
1998 年 3 月第 1 版 1998 年 3 月第 1 次印刷
印数: 1—3 000

ISBN 7-81010-389-X/R.372

定价: 12.20 元

前 言

传统香疗法,是采用具有芳香气味的药物组成各种方剂,制成各种剂型和香品,以供人们食用或使用,达到防病治病,美化生活、洁净环境、陶冶性情目的的一种疗法。它是中医学这一伟大宝库中的一颗璀璨夺目的瑰宝。这一疗法与现代的“生物—心理—社会”医学模式有着很多相吻合之处。

我国是一个香的国度。中华民族是一个崇尚道德和馨香的民族,诚如《尚书》所说:“至治馨香,感于神明,黍稷非馨,明德惟馨”。在这块美丽、富饶、辽阔的华夏土地上,我们的祖先以卓越的聪明才智,创造了这一风格奇特的疗法。早在殷商时期的甲骨文中就有薰燎、艾蒸和酿制香酒等记载。周代已有佩带香囊、沐浴兰汤的习俗。《诗经》中记有“采艾”、“采萧”等采集香药的诗歌。屈原的《离骚》、《九歌》记述了战国时期人们使用香疗法的风尚。秦汉以来,特别是丝绸之路的开通,国外的香药开始源源不断地输入我国,大大丰富和发展了传统香疗法。尔后,历代相承,日趋繁富,且各个时代都有它的发展和成就。正因为香疗法有其特殊的魅力,从宫廷贵族、豪门富户到平民百姓,莫不为之倾爱。人们妆饰香膏,佩带香囊,居处薰香,沏品香茶,沐浴香汤,调服香药,凡此等等,几乎处处离不开它。然而,长期以来,香疗法多被宫廷贵族、上层社会作为奢侈品来享受,而人民大众却很少能够使用。

现代文明生活的到来,使人们的生活质量不断提高,随着

现代医学模式的转变和人们卫生知识的增长,以及审美情趣的改变,香疗法如古木逢春,日益受到人们的喜爱和高度重视,很值得我们进一步发掘、研究和光大。

“旧时王谢堂前燕,飞入寻常百姓家”,原属于劳动人民创造的传统香疗法,今天重新回到了人民大众之中。本书试图将这束芬芳典雅之花奉献给广大读者,以期为广大读者的身心健康,为创造和谐舒适的环境和文明生活增添无穷的馨香和乐趣。愿广大读者在五彩缤纷的现代生活中,领略传统香疗法的馥郁。

本书以中医药学理论为指导,介绍常用香药 47 种,并在浩如烟海的历代典籍中精选出具有代表性和实用价值的香疗方剂 126 首(大都出自古代宫廷秘方、名家验方),分别作详细的介绍。

香疗法是一种古老而又新颖的疗法,许多方面尚有待于我们继续努力探索和研究。因限于水平和手头资料,挂一漏万之处定多,权作抛砖引玉,敬请方家指正。

编著者

一九八八年秋月初稿于东瓯乐城东皋山房

一九九六年春月再稿于乐清市台乐一村

编写说明

本书所搜集的香疗方,均选引自历代医籍中的宫廷秘方、名家验方,以科学性、代表性和实用性为选收宗旨,以简(组合简单)、便(使用方便)、验(效验确切)为选收原则。

本书分概说、传统香疗法的起源及其发展、传统香疗法的功能和特点、常用传统香药、香疗法的制备和器具、传统香疗法验方、香疗法医案选介等七章。本书介绍香药共 47 味,分药名(出处、学名、产地)、异名、性味归经、功效、应用、用法、按语等七项加以介绍。介绍常用香疗法验方共 126 首,分方名(出处)、功效、药物、制备、用法、按语等六项加以介绍。

本书按语项的编写,香药按语项介绍该药的历代掌故和研究、应用实例等;香疗方按语项介绍该方源流、方义解释、个别药物说明、制备要点、用法宜忌等。为了便于读者了解香药,理解香疗方法组合的意义,提高对香疗法的兴趣,读者可根据自己的情趣、爱好和预防保健目的,按介绍的方法配制应用。

为忠实原意,本书在香疗方的功效、药物剂量、制备、用法等项,尽量保持原始文献原貌,未予改动。读者在使用时,其剂量需换成公制,可参阅书后“历代容量、重量比较表”和“古方中特殊剂量换算法”加以换算。

本书附录“历代容量、重量比较表”和“古方中特殊剂量换算法”选录自张浩良、周凤梧主编的《实用千金方选按》。书末并附录参考文献。

目 录

第一章 概说	1
第一节 气味医学与传统香疗法	1
第二节 香的本质	3
第三节 嗅觉生理	4
第四节 香的分类和香疗法研究的范围	6
第二章 传统香疗法的起源及其发展	10
第一节 香疗法的起源	10
第二节 香疗法的发展	11
第三节 香疗法的展望	20
第三章 传统香疗法的功能和特点	24
第一节 香疗法的功能	24
第二节 香疗法的特点	28
第四章 常用的传统香药	31
第一节 草本类香药	31
第二节 木本类香药	54
第三节 动物类香药	66
第五章 传统香疗法的制备和器具	70
第一节 传统香疗方的组方原则	70
第二节 传统香疗法的剂型	71
第三节 传统香疗法的器具	72
一、香炉	72

二、香兽	75
三、香球	75
四、香印	76
五、香桌	78
六、香盒	78
七、香箸	78
八、香匕	78
九、香瓶	79
十、香炭	79
十一、香灰	79
十二、薰笼	79
第六章 常用传统香疗法验方	80
第一节 服香法验方	80
第二节 焚香法验方	105
第三节 抹香法验方	115
第四节 浴香法验方	132
第五节 佩香法验方	142
第六节 枕香法验方	148
第七节 薰香法验方	151
第七章 传统香疗法医案选介	157
附录一：“历代容量、重量比较表”和“古方中特殊剂量 换算法”	159
附录二：主要参考文献	162

第一章 概 说

第一节 气味医学与传统香疗法

随着现代文明社会的发展和现代工业的突飞猛进,环境和大气污染日益严重,威胁着人类健康。同时,由于新的化学药品层出不穷,其毒副反应的危害大幅度增加,现代社会病亦日益增多,这些问题,越来越引起人们的关注。如何加强这一领域的研究和防治,已成为有识之士的共识。近年来,一门研究气味与健康关系的边缘学科——气味医学,便应运而生。专家们研究指出,万物皆有气味,散布在空气中的物质微粒、分子、离子或原子,进入人体的口鼻,刺激嗅觉神经或味觉神经,产生感受,这种感受就叫气味。这种感受又富有感情色彩,令人快感的气味,称为香味,令人不快的气味称为臭味。或欢悦,或厌恶;或特殊,或一般;或强烈,或轻微。感受欢悦的物质,一般来说对人类、动物是有益的。反之,则有害。如《神农本草经百种录》所谓:“香者,气之正,正气盛则除邪辟秽也。”使用芳香药正是借其清气之正,鼓舞人体正气,辟除秽浊邪气,从而达到保健防病的目的。所以,研究气味的产生、机理和作用,检测、开发、应用气味物质以防治疾病,调节身心健康,治理环境空气污染,杀灭病菌,等等,是气味医学的重要内容,前景十分广阔。

传统香疗法,是采用具有芳香气味的药物,组成各种方剂,制成各种剂型或各种香品,以供人们服用和日常使用,通过香品的气味功能,达到防病治病、美化生活、洁净环境、怡养身心等目的的一种既古老又新颖的疗法。这一疗法与现代的“生物——心理——社会”医学模式有着很多相似之处。它是我国中医药学这一伟大宝库中的一颗璀璨夺目的瑰宝。它属于自然疗法的范畴。

运用香疗法在我国具有悠久的历史。早在殷商时期的甲骨文中就有薰燎、艾蕪和酿制香酒等记载,周代已有佩带香囊、沐浴兰汤的风俗,《诗经》中载有“采艾”、“采萧”等采集香药的诗歌,战国时期屈原的《离骚》、《九歌》中都记述了当时人们应用香药香草的风尚。秦汉以来,特别是西域丝绸之路的开通,阿拉伯、印度,乃至古罗马等国家和地区的香药香料开始源源不断地输入我国,大大丰富和发展了传统香疗法。尔后,历代相承,日趋繁富,且各个朝代都有它的发展和成就。因为传统香疗法不仅能丰富人类的物质生活,同时能美化人们的精神生活,故以其独特的魅力,博得人们的喜爱。从宫廷贵族、豪门富户到民间百姓,莫不为之倾爱。人们妆饰香膏,佩带香囊,居室薰香,沏品香茶,沐浴香汤,服用香药,凡此等等,几乎处处离不开它。

随着现代文明生活的到来,人们的生活水平、生活质量的不断提高和审美情趣的改变,以及现代医学模式的转变、医疗保健事业的发展和人们卫生知识的增长,人们开始意识到“对生命的体验与理解,是身体、理智、精神和灵魂的联合;积极的健康,是身体、精神、社会、道德和心灵繁荣的融合”。作为自然疗法之一、又属于气味医学范畴的传统香疗法,越来越受到

人们的喜爱和高度重视,也很值得我们进一步去探索、发掘和研究。

第二节 香 的 本 质

刺激嗅觉神经或味觉神经产生的感觉,广义上称为气味。香包括香气和香味,香气是由嗅觉产生的,而香味是由味觉、嗅觉共同产生的。具有快感的气味称为香味,不快的气味称为臭味。

凡有香气味的物质称为有香物质或香物质,目前发现的有香物质大约有 40 多万种。与人们日常生活有关、气味有益的香物质,称为香料,而可用于防病治病、与医疗保健有关的香物质,称为香药。因此,香料中包括香药,香药属香料的一部分。

研究香的科学称为香学。许多学者从事香学研究,期待着香也能采用物理量进行定性和定量的描述。然而迄今为止,这一问题还没有圆满解决,只能凭主观来判定。于是有关嗅香的机理先后出现了 20 多种学说,归纳起来不外乎微粒子学说和波动学说。

微粒子学说认为香是由物质的分子或粒子的物理、化学作用产生的,该作用是由化学键或分子内部振动引起的。波动学说把香感觉的机理视同听觉和视觉,认为香是由香分子的电子振动产生的^[1]。

人们通过精确分析和经验的积累,获得了一些香气强度、特征、类型和香料分子结构相互关系的可能规律性。有香物

[1] 范成有. 香料及其应用. 北京: 化学工业出版社, 1990.

质一般具有如下的物理化学特性：

1. 物理特性 具有可测定的挥发度和蒸气压力；一定的旋光度(反映分子的不对称性)；1.5 左右的折光率；可溶于水或类脂质。

2. 化学特性 分子量为 26~300(定香剂达 400 左右)；具有游离原子价(残余原子价)的官能团、不饱和价键、环状结构等；有电子接受能力较强的化学结构。主要的发香官能团有羟基-OH，氧基或环氧基-O-，醛基-CHO，羰基-C=O，羧基-COOH，酯基-COOR，硫基-S-，巯基-SH，硝基-NO₂，氨基-NH₂，氰基-CN，肟基-NC，氰硫基-SCN，硫代异氰酸基-NCS 等。

第三节 嗅 觉 生 理

人具有五种感觉：视觉、听觉、触觉、味觉和嗅觉。感觉器官是由许多感受器和一些非神经性的附属结构一起构成的特殊结构或装置。现代医学对视觉和听觉的研究已有定论，有比较科学的测试方法。而对嗅觉的研究目前虽有许多种理论，但尚无定论，也缺乏科学的嗅觉测试方法。

外界物体发出的光刺激人的视觉器官产生视觉，听觉和触觉是由于外界声源振动引起空气波动和其他接触所产生压力差的感应传导结果。因此，视觉、听觉和触觉都属于物理感觉。但是，嗅觉和味觉与其他感觉不同，嗅觉是和某种物质接近产生的，而味觉是和某种物质接触产生的。嗅觉和味觉属于化学感觉。

人的嗅觉组织嗅粘膜(见图 1-1)位于鼻腔的上部 1/3

处。鼻腔可分为鼻前庭和固有鼻腔,后者又可分为呼吸部和嗅觉部。固有鼻腔中有3个鼻甲,其作用是过滤和温暖吸入人体的空气。上部分是嗅觉部,是感受嗅觉刺激的部位。该部位有呈黄色的嗅粘膜,在嗅粘膜中含有感觉细胞和嗅神经末梢,细的神经末梢中长有数百嗅纤毛(如图1-2所示),这些嗅纤毛是嗅觉特殊受感器,整个嗅粘膜表面直接感受刺激,通过神经传到大脑嗅中枢。人从嗅到有香物质到产生香感觉大约需要0.2~0.3秒的时间。

有香物质的微粒子首先通过鼻腔进入嗅粘膜,或者波动传至嗅粘膜后产生特殊的刺激,这种刺激通过神经传至大脑嗅中枢,即可形成香的感觉。有关发香和受香等机理至今仍不十分明确,下面从现代医学基本理论出发将嗅觉过程作简要介绍。

一、香物质具有挥发性,挥发的香分子通过呼吸同空气一起进入嗅粘膜。

二、嗅粘膜的表面上存在粘液,水溶性香物质被粘液溶解后,吸附于嗅纤毛上,同时也被粘膜表面的裸露的神经末梢所吸附,一般这种类脂物质的可溶性越强,相应的吸附效果也越好。

三、粘液中含有各种酶类物质和具有光学活性的卵磷脂等有色脂类物质。香物质在水溶性粘液中发生化学变化。

四、神经末梢吸附的香物质浸透到附近的细胞中发生化学变化,产生化学性刺激,然后传至神经系统^[1]。

[1] 范成有. 香料及其应用. 北京: 化学工业出版社, 1990.

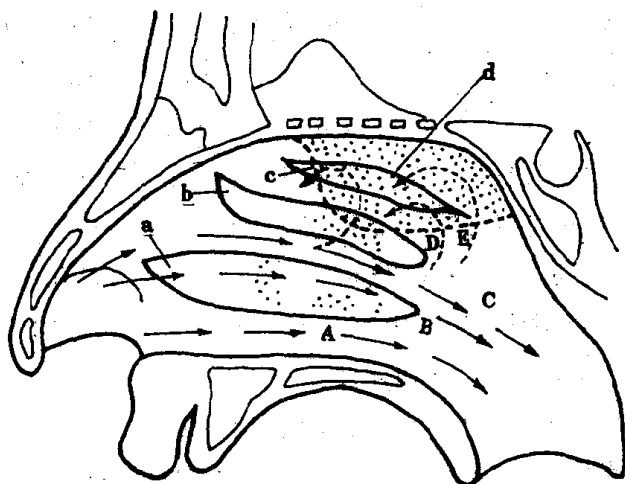


图 1-1 嗅觉器官解剖图

a-上鼻甲；b-中鼻甲；c-下鼻甲；d-嗅觉部

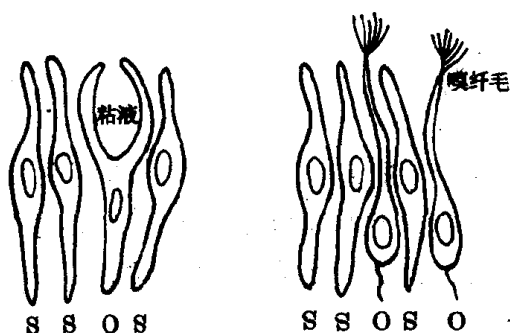


图 1-2 嗅细胞图

S-上皮细胞；O-嗅细胞

第四节 香的分类和香疗法研究的范围

香料按其来源可分为天然和人工合成两个方面。天然香料(包括香药)又可分为植物性香料(包括香药)和动物性香料(包括香药)两大类。动物性香药仅有麝香、灵猫香、龙涎香、

海狸香等为数不多的几味,因香品名贵,自古以来,一直被人们珍视。植物性香药又可分为草本和木本两类,主要是指这类植物的花、叶、枝、根、树脂、树胶等物质,其中大部分含有挥发油。我国明代的《本草纲目》已将植物性香药分成草部、果部、木部约 130 多种,现代研究香料植物约有 60 科 1 500 个品种,比较重要的约 150 个品种。合成香料是以石油化工产品、煤焦油、萜类等原料,通过化学合成所得的香料。目前,全世界的合成香料(包括单离香料)已达 4 000~5 000 种。对如此巨大数量的有香物质进行系统的香分类,实为难事。目前相继出现的多种香分类方法,大多有一定的局限性。兹介绍两种常用的香分类方法。

林曼(Rimmel)将一切的香归纳为 18 种,如表 1-1 所列。

表 1-1 林 曼 的 香 分 类

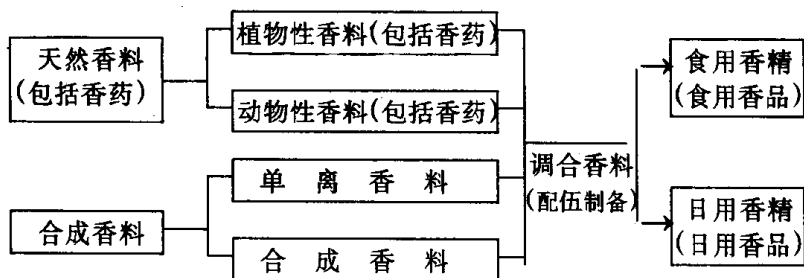
种	类 型	相 同 类 型 的 香 气
1 玫瑰	玫瑰	香叶、香茅。
2 茉莉	茉莉	铃兰、依兰依兰。
3 橙花	橙花	金合欢。
4 月下香	月下香	百合、水仙、黄水仙、洋水仙。
5 紫罗兰	紫罗兰	蕹蓼花、鸢尾根。
6 树脂	香兰	香脂类、安息香、苏合香、香豆、洋茉莉。
7 香辛	玉桂	桂皮、肉豆蔻、肉豆蔻衣、众香子。
8 丁香	丁香	康乃馨。
9 樟脑	樟脑	广藿香、迷迭香。
10 檀香	檀香	岩兰草、柏木、杉。
11 柑桔	柠檬	香柠檬、甜橙、白柠檬。
12 薰衣草	薰衣草	穗薰衣草、百里香、花薄荷。
13 薄荷	薄荷	绿薄荷、芸香、圆丹参。
14 茴香	大茴香	葛缕子、茴香、胡荽子、小茴香。
15 杏仁	杏仁	月桂树。
16 麝香	麝香	灵猫香。
17 龙涎香	龙涎香	橡苔。
18 果实	生梨	苹果、菠萝。

罗伯特(H·Roberts)根据实用情况,把香也分为 18 类,如表 1-2 所列^[1]。

表 1-2 罗 伯 特 的 香 分 类

序号	类 型	类 属 香 气
1	触鼻的醛香类	C ₈ ~C ₁₂ 的醛类
2	果香类	桃子、杨梅、香蕉、柑橘、橙、柠檬等
3	清凉香类	樟脑、薄荷脑、百里香粉、茴香脑、松节油等
4	芳樟醇香类	青柠檬油、薰衣草油、芫荽油等
5	橙花香类	晚香玉油、金合欢花油、长寿花油、野豌豆花油、橙花油等
6	茉莉花香类	依兰油、金银花油、 α -戊基桂醛、吲哚、茉莉油等
7	海仙花香类	桂醛、水仙花油、铃兰油、紫丁香油、苏合香油、吐鲁香脂、苯乙醛等
8	香调料香类	丁香油、肉豆蔻油、肉桂油、月桂油等
9	蜜香类	苯乙酸及其酯类
10	玫瑰香类	香叶油、香叶醇、橙花醇、苯乙醇等
11	鸢尾根香类	紫罗兰油、桂花油、含羞草油、甲基紫罗兰酮、鸢尾根油等
12	岩兰草香类	白檀油、柏木油、愈创木脂油、茶油、乙酸岩兰草脂等
13	霉味或胡椒味类	广藿香油、胡椒油等
14	苔味土味和烟熏味类	橡苔脂膏、皮革、桦焦油、香茅芹子油酚等
15	干草和草香气类	黑香豆、金花菜油、烟草、芹子油、大茴香醛、香豆素等
16	香兰素香类	安息香、秘鲁香脂、香兰素等
17	龙涎香类	赖百当脂膏、香紫苏油乳香油、扁柏木油等
18	动物性香类	海狸香、灵猫香、麝香、吲哚、 β -甲基吲哚等

各种天然香料(包括香药)和合成香料,都很少单独使用,一般要将数种或十数种,甚至更多种进行调合配制,以满足使



[1] 唐薰. 香料香精及其应用. 湖南: 湖南大学出版社, 1987

用上的要求。天然香料(包括香药)、合成香料和调合香料三者的关系概述如下:

传统香疗法就是将天然香药即植物性香药和动物性香药,通过配伍制备成各种剂型,作为食用香品和日用香品,以供治疗、保健、康复、养生应用的一种自然疗法。