

主 编 王振月
副主编 王 锐 侯立强 杨 婧 胡玉珍

黑龙江科学技术出版社

中华药浴



中华药浴

中 华 药 浴

主 编 王振月

副主编 王 锐 侯立强

杨 婧 胡玉珍

黑龙江科学技术出版社

中国·哈尔滨

.....
图书在版编目(CIP)数据

中华药浴/王振月主编;王锐等编. —哈尔滨:黑龙江
科学技术出版社,2007.12
ISBN 978-7-5388-5436-7

I. 中… II. ①王…②王… III. 熏洗疗法
IV. R244.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 075857 号
.....

责任编辑 张日新
封面设计 古 桥

本书编写人员

主 编 王振月
副主编 王 锐 侯立强 杨 婧 胡玉珍

中华药浴
ZHONGHUA YAOYU

出 版 黑龙江科学技术出版社

(150001 哈尔滨市南岗区建设街 41 号)

电话 (0451)53642106 电传 53642143(发行部)

印 刷 哈尔滨市工大节能印刷厂

发 行 全国新华书店

开 本 720×980 1/16

印 张 25.75

字 数 390 000

版 次 2008 年 1 月第 1 版·2008 年 1 月第 1 次印刷

印 数 1-3 000

书 号 ISBN 978-7-5388-5436-7/R·1358

定 价 39.80 元

前言

祖国的医药学是一个伟大的宝库，是中华民族几千来的智慧结晶，它为人类的健康做出了杰出的贡献。作为传统医药学领域的一朵奇葩——药浴，更是以其独特的魅力流传至今。几个世纪以来，在各类的祖国医药学古籍中均可见到大量的应用药浴防病治病的记载。从最早的民间应用发展成为中医治疗方法的一个重要分支，从初期的治疗局部的病痛发展成为内病外治的一种全新给药途径，从开始的懵懂用药发展成为现代“经皮给药体系”理论。事实证明，药浴疗法非但没有淹没在历史的长河之中，反倒更加茁壮的成长，今天它依然成为一种为广大百姓所接受的并且广泛使用的一种日常疗法。

现在，我们也忧心地看到使用药浴疗法目前仍以民间居多，还有部分人在打着药浴的幌子骗取善良人的信任。因此，为了更好的发掘整理利用这一民族的瑰宝，普及药浴知识，也为广大使用药浴的人士提供一个较为全面、权威的书籍，我们通过大量的民间走访、虚心向专家请教，精心编写了这本书。考虑到广大的读者使用的方便，我们用8个章节的篇幅全面介绍了全部药浴的相关医药学知识；在“药浴良药”中对每一味药浴的功效及其所治疗的病症均有深入浅出的讲解；在“药浴经典方”中我们将常见病症进行了分类，并对每一种病的病因、病理作了简要的讲解，希望通过我们的努力能给读者提供一个清晰、准确的药浴知识。最后需要特别指出的是“中药也有毒副作用”应科学使用。

本书的编写是一项尝试性的工作，在编写的过程中得到了中医药大学多位专家、学者、教授的关怀指导和支持协助，在此表示衷心的感谢！

由于时间仓促，收集的资料不够全面细致，加之个人水平有限，观点难免有失偏颇，希望广大读者批评指正。

王振月

目 录

- 第一章 药浴悠久的发展历史 /1
- 第二章 药浴神奇的治疗机理 /4
- 第三章 药浴广阔的适用范围 /12
- 第四章 药浴剂型分类 /19
- 第五章 药浴用原料药的炮制 /22
- 第六章 药浴用药有效成分的提取与精制 /31
- 第七章 了解中药药性保证药浴安全 /36
- 第八章 药浴的水、器具和附加用品 /42
- 第九章 药浴良药 /46
- 第十章 药浴经典方 /241
- 附录 药浴经典方速查目录 /403

第一章 药浴悠久的发展历史

药浴流传至今已经有几千年的历史了，早在 3000 多年前，就已经风靡于宫廷和民间，历史上最著名的药浴秘方“香汤沐浴”至今还是“道家”的修炼身心、强身健体的必备良方。而在民间，“菖蒲”、“艾叶”沐浴儿童，以求防疫保健之功效，可谓童叟皆知。这神奇的药浴具体起源于何时？是何人的发明？现已经无法进行准确的考证了。大多数学者认为，药浴疗法起源于古老的药浴，是借沐浴时水温的热力和药物本身的功效，使人体周身“腠理疏通、毛壳开放”从而起到“温经散寒、疏通经络、调和气血、消肿止痛、祛瘀生新”的神奇功效。用现代医学的角度论述，它能够治疗“关节炎、神经炎、风湿病、皮肤病……”以及“感冒、高血压、失眠、顽癣……”等疾病，对美容保健效果亦十分显著。药浴的产生、发展和运用，是和祖国中医药的发展密切相关、一脉相承的，是我国中医药宝库中的一朵奇葩。随着时光的流逝，药浴不断地发展丰富，从最初的仅仅治疗简单的皮肤疾病，发展成为今天融医疗、保健、美容等多种功能为一体的，不但可以治疗局部疾病而且可以实现内病外治的一种新兴的医疗产业——药浴产业。

药浴的使用，最早可追溯至原始社会的时期。原始的人类在极其恶劣的环境中为了生存，在与猛兽搏斗、与大自然抗衡，或与其他部落之间发生冲突，外伤也就不可避免，当时的原始人类就已经学会使用植物的茎、叶、根捣成汁液后涂伤口以治疗伤痛，这就产生了最原始的“中医外治疗法”。在漫长的历史发展过程中，随着中医药理论的发展和丰富，人类的长期的实践摸索，逐步发现了许多中草药和动物药除了可以治疗各种人体所受的外伤以外，还能对皮肤的各种疾病具有非常优良的治疗作用，例如治疗各种疮痍。这些中药中的绝大多数都发展成为了今天药浴疗法的主要治疗良药。

那么药浴疗法和普通的中医外用药治疗有什么区别呢？根据现代中医学和中药药剂学的理论对药浴下的定义为：“利用单味中药或复方中药煎水，滤渣取液，选择适当温度，洗浴全身或患部的一种治疗方法”。由此可见它们最大不同在于一个“浴”字上。长沙马王堆汉墓出土了一部重要的秦、汉时期的医学典籍《五十二病方》，其中就已经记载了“温熨”、“药

摩”、“外洗”等多种外治法的记载。更令人惊奇的是，早在殷商时期，中国人不仅已经有了洗脸、洗手、洗足、洗澡等行为。而且当时人们已经掌握了用药物沐浴的习惯。据记载，我国考古学家在中国河南安阳发掘殷王墓时，发现了全套盥洗器具，这说明当时的人们对洗浴的重要性已经有了一定的认识。周代人不仅知道要想保证身体的健康应该定期沐浴，并且开始用中药沐浴方法来治疗各种疾病，如在古文中就有“头有创则沐，身有疡则浴”的词句。在《左传》中更是记载了当时的人们对人体健康与生活环境，尤其是水、土之间关系的认识。另一部著名的古代奇书《山海经》中更是收录了众多中药药物，并将它们应用到了药浴之中。

真正确立了中医药浴疗法并将其全面记载的，是中国现存最早的中医经典著作《黄帝内经》，它成书于春秋战国时期，距今已有数千年的历史了，在这本书中有关“药浴”的记载是十分全面的。比如在《素问·玉机真藏论》就有这样一段论述：“脾风，发瘡，腹中热，烦心，出黄，当此之时，可按、可药、可浴”，这是目前有文字可考的，最早对用沐浴治疗疾病的最确切的描述了。公元前3世纪，我国东汉伟大的医学家张仲景在总结了汉代以前的中医治疗经验后，经过汇集提炼，临床验证，著成了举世闻名的《伤寒论》与《金匱要略》两书，在这两部经典巨著中对“洗”、“浴”、“熏”等多种中药药浴法有了明确的记载和论述。并对中药药浴的用法、适应证做了详尽的说明，更难能可贵的是，张仲景将药浴由早期的经验疗法上升到了中医学理论高度并深刻地体现了它的辨证施治的伟大中医学思想，为药浴的发展奠定了坚实的基础。

从此以后，药浴疗法有如雨后春笋，在中华大地蓬勃发展，晋代葛洪著有《肘后备急方》医书，在书中对各种原因所致的皮肤创伤和脓肿治疗中，分别采取了醋水洗、酒洗等方法，在《肘后备急方》书中写道：“若是热，即取黄柏、黄芩一两，切作汤洗之……若有息肉脱出，以苦酒三升，渍鸟喙五枚以洗之”，“洗眼汤，以当归、芍药、黄连等分，以雪水煎浓汁，乘热熏，冷即温，再洗……”。陈延之是晋代的另一位著名的中医学家，在他医学著作《小品方》中的，有许多药浴的偏方，如：“葱豆洗汤”，用法为“水一石二斗，煮取八斗，以淋身肿处”，“以猪蹄汤，洗阴茎疮烂处及卵肿也”，“疗眼漠漠，以黄连煎洗之”等。当时的中医已经掌握了药浴的应用，广大患者亦已广泛的接受了这种全新的疗法。

药浴的全盛时期则在唐朝。唐代的孙思邈著《备急千金要方》、《千金翼方》，这两书中集方 7300 首，所用方药剂型有汤、酒、散、丸、蜜膏、油膏等。孙思邈明确地提出治法有内服与外用之分，而且在外用方中更进一步的分为洗浴、敷溺等方法，同时又对药浴时的药物局部沐浴和全身沐浴作了具体区分，并对其沐浴方法作了详细记述。到了宋代，大医学家王怀隐编著了《太平圣惠方》，书中进一步将药浴发展到淋射、淋洗等多种药浴法。儿科名医钱乙在他所著的《小儿药证直诀》一书中，将中药药浴疗法应用于儿科疾病的治疗中，其中有用中药药物煎水浴儿，用于治疗胎热、胎怯的妙方，将药浴治疗范围发展扩大成为儿科用药方法之一。到了明清时期，随着祖国中医药学的发展繁荣，众多的医学名著中对药浴给予了很高的地位。如：朱棣的《普济方》、龚廷贤的《万病回春》、李时珍的《本草纲目》，以及《医宗金鉴》、《外科正宗》、《张氏医通》、《急救广生集》、《外治寿世方》等不胜枚举。

随着时代的变迁，新中国成立后，由于众多的历史原因，药浴疗法由原来的人民群众普遍应用的一种医疗手段，变为了仅在一些疗养院中才能看见的特殊的治疗方法，与广大人民群众渐行渐远了。随着人民生活水平的不断提高和人们对医疗保健日益重视，药浴又再次焕发了青春，现在各大中小城市都有着药浴的身影。医院纷纷添置了药浴治疗设施，开展药浴治疗，有些院校的药剂教研室甚至还成立了药浴研究机构；而且更多的是在城市的街头出现了鳞次栉比的“药浴”场所。这一切都对药浴的发展起到了不可忽视的促进作用。随着中医药学的发展和传播，药浴也引起了国外医药界的重视，如日本，它们利用高科技手段对药浴剂型进行了研究改进。有文献报道，他们将二氧化碳注入浴剂中，制成一种含有碳酸氢钠的药物浴水进行药浴，据说其功效为消除疲劳，使人产生轻松舒适感。

药浴这个古老而又青春勃发的产业，必将随着中国改革开放的深入发展，随着中外医药界交流的不断加强而更加繁荣。也必将会有更多的新药浴方法和器具不断涌现，药浴疗法也必定会从早期不规范的民间用药，发展成为使用方便、易于携带、制作严谨的一种疗效确切、毒副作用小的新型给药方式。

药浴会以其自身的魅力，为广大人民的医疗保健做出更大的贡献。

(王 锐)

第二章 药浴神奇的治疗机理

药浴有哪些作用呢？它能治疗疾病吗？它都能治什么病呢？为什么它能治病呢？这些问题是否一直困扰着你呢？

可以肯定的回答说，药浴作为一种传统的医疗手段，它的作用十分广泛。简单地讲，它的作用可分为“治表”和“治里”两种。“治表”主要指对正常皮肤的保健和对患有的各种皮肤疾病的治疗两方面。“治里”则指通过对皮肤用药从实现治疗各种内科疾病，因此又常被叫做“内病外治”。

为什么药浴能起到这两种功效呢？要想说清楚这个问题就要从和药浴的最亲密接触的人的皮肤说起了。

一、顽强的皮肤保护层

人的全身表面都被覆着皮肤，也正是它和外界环境直接接触，从医学的角度讲，它是解剖学和生理学上最重要的边界器官。如果单从质量和表面积来看，它可谓是人体最大的器官了，总质量约占人体的 8%，如果将皮下组织都计算在内的话它的质量可以达到人体体重的 16%。在我们的皮肤中，共容纳了人体约 1/3 的血液、约 1/4 的水分和丰富的神经组织。此外，还有着众多的毛囊、皮脂腺、汗腺，它们又被称为皮肤附属器。皮肤正是借助着它们的共同作用才实现了调节体温、感知外界事物的重要功能。同时它又是重要的屏障保护器官，有效的起到了防止外界刺激对人体内部组织器官的损伤，阻挡异物和微生物的入侵，并且阻止了人体内部体液的外渗。厚度是皮肤重要的生理指标，人体的皮肤厚度一般为 0.5 ~ 4mm，但是不同的部位差异较大。以表皮为例，手足的表皮厚度约为 0.8 ~ 1.4mm 左右，腋窝处的表皮却仅有 0.3mm，到了眼睑的表皮则小于 0.1mm。皮肤的整体厚度的差异则体现在“个体差异”上，据文献报道我国成年男性皮肤的平均厚度为 1.15mm，其中躯干中的背部和臀部皮肤最厚，大约 2.23mm，眼睑、耳后的皮肤最薄大约 0.5mm。即使是同一肢体，也会有内侧和外侧的不同，如人的大腿外侧皮肤约为 1.13mm，而内侧皮肤却仅有 0.95mm。另外，人的年龄、性别、职业、种族不相同，皮肤的厚度也不一样。一般说来成人的皮肤是新生儿皮肤厚度的 3.5 倍，女性的皮肤

比男性的皮肤薄,老年人的皮肤比青壮年人的皮肤薄。这就是为什么同样的药浴,不同的人使用感觉却不相同的原因。

那么正常人体的皮肤的组成又是怎样的呢? 正常人体的皮肤是由表皮、真皮、皮下脂肪组织三部分组成的。

1. 表皮

表皮是皮上组织,在皮肤的最外面,与外界接触最多,又是与药浴关系最密切的部位。正如前面所说,表皮一般只有普通纸那么薄,一般平均厚度在 0.5mm 左右,它根据结构不同分成 5 层,分别叫做“基底层”“棘层”“颗粒层”“透明层”“角质层”。这 5 层是由里及表排列的,基底层位于表皮的最下端,其他各层均是由下面的基底层发育而成。一般情况下,一个新的细胞由基底层运动到最上端的角质层需要 28d。基底层由基底细胞和黑色素细胞组成,黑色素细胞产生黑色素,基底细胞不断地进行分裂,产生新细胞。人体的肤色和它密切相关,皮肤的颜色因人而异,即使在同一个人身体的不同部位颜色也会各不相同。总的来说,皮肤的颜色取决于皮肤所含黑色素的多少和血流的快慢,被太阳晒黑后的皮肤内含黑色素较多,皮肤逐渐变黑;运动后因毛细血管扩张,血流加快,皮肤会发红。因此,如果想通过药浴达到美容保健的功效,就要求药物必须能够到达表皮的这一层。然而,做到这一点并非是轻而易举的,这是因为“角质层”的阻挡缘故。“角质层”是由多层扁平的角质化的细胞组成的,其实这些细胞已经死亡了,它们并没有细胞核或是其他的细胞结构,它们的外形多为六角形扁平状,和相关细胞重叠排列成紧密结合的垂直型细胞柱。从解剖学和生理学的角度分析,它是由纤维蛋白和角质蛋白致密交联组成,形成了致密的、坚韧的保护屏障,有的学者甚至将其称为“砖泥结构”。因此外界的水、药进不去,里面的物质同样也出不来。因此,打破这一层屏障是药浴起效的先决条件。怎样才能破坏角质层呢? 其实也不难,那就是利用皮肤的“水合”作用,角质细胞中充满了角蛋白及纤维蛋白,它们能与水轻松结合,通过结合使角质细胞迅速膨胀疏松且变得多孔,从而有利于水和药物的通过。因此,药浴时的水量、水温和时间对角质层的影响是最大的。

2. 真皮

真皮在表皮下层,与表皮之间有着明显的分界面,它是皮肤中重要的一个层次,真皮上面与呈凸凹状的表皮底部紧密接触,下面与皮下组织相

连,厚度一般为1~5mm。真皮内部的细胞很少,主要由植物纤维结缔组织构成,此外还有毛囊、皮脂腺及汗腺等皮肤的附属器结构。最重要的是在真皮中含有大量的胶原纤维、弹性纤维和网状纤维等,它与皮肤的弹性、光泽、张力等有很重要的关系。皮肤的松弛、起皱等老化都是在真皮中出了问题。因此,延缓衰老,减缓皮肤松弛老化的药浴,必须作用在这一层的组织上。

3. 皮下组织

皮下组织在真皮下,二者之间并无明显分界。皮下组织由大量脂肪组织散布于疏松的结缔组织中而构成。在皮下组织的纤维间隔中有较大的血管、淋巴管和丰富神经穿行其中。因此,当药物到达这里的时候,能够被很好地吸收,从而使药浴的疗效得到全面的发挥。

综上所述,三层表皮中角质层对药浴的阻碍作用最大,且表皮内无血管药物不能被吸收。真皮内有丰富的毛细血管、淋巴管、神经、皮脂腺、毛囊和汗腺,皮下组织中有较大的血管、淋巴管和丰富神经,二者是药浴吸收起效的有效部位。

那么皮肤的附属器的结构又是怎样的呢?它们是由什么物质组成的呢?对药浴又有怎样的影响呢?

皮肤的附属器由毛发、皮脂腺和汗腺组成的。对药浴疗效起到影响作用的是皮脂腺和汗腺两大器官。皮脂腺是产生酯质的器官,人体中除了掌拓、足背外,均有皮脂腺的分布,尤其是头皮和面部的皮脂腺最密集,产生的油脂最多,这就是为什么药浴的同时往往还要特别做一次面部的药浴。另外,背部的皮脂腺亦十分旺盛,尤其是青年男性更为明显。皮脂是皮脂腺的分泌物,它是一种复合物,其中大约有一半以上是甘油二酯和甘油三酯,另有一小部分为胆固醇、胆固醇酯、蜡和鲨烯。它的存在,是对皮肤的一种保护作用,它有效的起到防水功效,但同时也阻挡了皮肤的“水合”作用。汗腺可分为“小汗腺”和“顶泌汗腺”。我们通常所说的汗腺,指的就是小汗腺又叫做外分泌腺。它在人体的分布十分广,除了唇缘、鼓膜、指甲床、乳头、包皮内侧、龟头、小阴唇、阴蒂外均有其分布,它的分泌物就是“汗”。在人出生时就能够拥有300万~500万个小汗腺,密度最高可达600/cm²,但是它不会随着人的长大而生长出新的腺体,所以它主要取决于遗传,个体差异十分明显。顶泌汗腺则更为特别,它的大小是小汗腺直

径的10倍,但它仅存在人的腋下、乳晕、脐、包皮、阴囊、会阴和肛门,分泌物则为特别的分泌物。据现代医药学研究,无论是“皮脂腺”、“小汗腺”还是“顶泌汗腺”的分泌物,对药浴的影响其实都是殊途同归的,这是为什么呢?这一切都要从药浴起效的机理说起。

二、药浴不同的起效机理

药浴就是利用单味中药或复方中药煎水,滤渣取液,选择适当温度,洗浴全身或患部的一种治疗方法。因此皮肤是给药的唯一途径,那么皮肤是怎样“吃”药的呢?从现代医药学将药浴治疗范围分成两大类,一类叫做“局部治疗作用”一类叫做“透皮吸收全身作用”,二者的机理不同。

局部治疗作用是药物通过药浴疗法,将药物穿过角质层通过表皮层,到达真皮和皮下组织,从而对局部病变起到治疗作用,比如:清热解毒、消肿止痛、祛风止痒、抗毒祛腐等作用,它和一般的皮肤用药相比最大的优点,在于对某些感染使用药浴,可使药液持续不断地作用在患病部位,同时清除掉局部病原微生物与代谢产物,它比一般单纯局部用药疗效更加完善,更有利于疾病更快地恢复。透皮吸收全身作用则是药物与皮肤的微循环和黏膜接触后,通过血管和淋巴管进入体循环后,逐渐体现出来全身作用,这是药浴最神奇的功效之所在,这也就是中医所常说的“内病外治”。中国是最早应用内病外治的国家,对药浴疗法影响最大的要数清朝时期的著名医药学家吴尚先了。吴尚先搜集历代临床资料,结合他本人的临床经验,编撰了《外治医说》,后在1864年更名为《理渝骈文》,该书集外治之大全,收集药浴方80余首,使其成为“外治之宗”。在《理渝骈文》中,它解释道:“病之所在,各有其位,各有其名,各有其形……按其位,循其名,核其形,就病以治病,皮肤隔而毛窍通,不见脏腑恰达脏腑也。”它认为药物通过分布于人体全身的经络,内达五脏六腑,外达四肢、肌肤、五官、百骸,沟通内外,贯穿上下,利用将人体构成有机整体的经络,沟通内外,通过人体皮肤、穴位给药,渗透皮肤由经入脏使药物输布全身,直达脏腑,从而进行补虚泻实,调和阴阳,使人体的各种功能得以恢复正常。中医学认为人体各种病症的发生原因均为“七情所伤”即内因,“六淫所伤”即外因和“虫兽所伤及外伤”的非内外因。药浴疗法虽然属于外治法,但是它以中医的“整体观念”基本理论为指导,摒弃头痛医头脚痛医脚的治疗理论,

而整体施治,其治病机理与内治法基本相同,正如《理渝骈文》所说:“外治之理即内治之理,外治之药即内治之药,所异者法耳。”正是由于药浴疗法与内服药物治疗的给药方式、途径有所不同,故药浴治疗疾病的机理多年来总是蒙着一层神秘的面纱。

现代医学研究表明,药物通过药浴经皮肤吸收起到疗效,主要是通过三条途径到达人体内部的。它们是:第一条途径是通过完整的表皮吸收,表皮有着类似酯膜的性质,它特别适合非解离型脂溶性药物的通过和吸收,主要作用部位为角质层细胞和细胞间隙。一般说来相对分子量小的药物,能够很好地向角质层中扩散,但是正如前面所说,尽管通过角质层的药物数量很有限,但其扩散速度却是越往里越大的。因此,这条途径实际上是药浴的主要吸收途径。第二条途径是毛囊和皮脂腺途径,毛囊和皮脂腺的开口都存在于表皮,它们分泌出油溶性的分泌物,当脂溶性的药物到达毛囊口和皮脂腺时,它们能够通过毛囊壁及皮脂腺到达真皮和皮下组织。第三条途径则有一个特别的名字叫做“旁路”,它实质上是汗腺通途,相对分子量较大的药物以汗腺为途径的比例十分大,水溶性离子型药物的吸收也可以使用该途径,但是,这种“旁路”吸收途径,仅在药物吸收达到平衡状态前占有相当重要的地位。一旦达到平衡后,这种作用就很弱了。此时,强极性药物主要是以与组织蛋白水合的水等为介质进行扩散。极性低的药物则通过脂溶性较大的部分扩散。三条途径互相配合,互为补充实现了药浴神奇的治疗功效。

三、重要的协同作用

要想取得的完美的药浴效果,有一点就不能忽视,那就是皮肤和水的协同作用。

1. 皮肤的条件

皮肤的条件对药浴的效果影响是十分大的。因为皮肤的渗透性是影响药物的精辟吸收的最主要的因素,而这种渗透性却受着个体差异的影响。比方说,人的种族不同渗透性相差很大,比如白人的皮肤比黑人的皮肤渗透性要强,因此白人比黑人更易过敏。身体的不同部位的渗透性也不相同,一般说来它们的吸收性由弱到强为:

足底 <胸部 <腿部 <前下臂 <脚背 <颅顶盖 <腹股沟 <耳廓后部

<阴囊

这点十分重要,对我们药浴的制备十分有指导意义。比如在使用某种特殊药草时,为小心起见应先做一下过敏试验,最简单方法就是在耳廓后部点少许药液观察半小时以上。再比如,当我们使用高浓度薄荷等刺激性药浴液时要特别考虑到敏感部位的承受能力,而使用针对足、胸等部位的药浴液时则应额外增加辅助措施,否则很难达到预期效果。

要特别强调的是,以上都是针对完整的皮肤而讨论的,一旦是病态皮肤则另当别论了。当皮肤受损以后,皮肤的屏障作用完全被破坏,比如湿疹、溃疡一类的疾病渗出液较多,它们可以使皮肤的渗透性大大增加。溃疡皮肤的渗透性一般为正常皮肤的3~5倍之多,而湿疹皮肤的渗透性可达到正常皮肤的8~10倍。特别提示像烫伤一类的破坏性损伤,角质层基本消失,药物的通透性则十分强,因此建议在医生指导下使用药浴疗法,否则可能引起一些意想不到的后果。反之,如果是像硬皮病、牛皮癣、老年角化病类的疾病,它们能使皮肤的角质层更加致密化、更加硬化,在药浴时就要额外多用些方法了。

2. 水的作用

水是良好的溶媒,它可以溶解绝大部分有治疗作用的药物,我们使用的水分为两种,一种是普通的常水,也就是自来水。另一种是纯化水,也就是通常人们所说的纯净水。一般情况下,不加特别说明我们均使用常水,只有当我们进行身体局部洗浴且该部位角质层严重破损时,才会使用纯化水。

实际上,药浴的疗效不仅仅取决于它的药物,还取决于水的功效。不同的疾病,可选择相应药物溶于不同性质的水中进行药浴治疗。因为水具有很大的热比和热容量,它能够持续地对人体释放热量或吸收热量。文献记载水的热导能力为空气的33倍,因此利用“温度”来治病时水就是首选,不同的水温与人体接触会有不同的治疗效果。水温在20~25℃之间称“冷水浴”,对心血管功能有良好的锻炼作用,被称为“心血管操”。当人体短期接触水温在20~25℃之间的药浴时,药浴对人体皮肤刺激较强,促进肌肉血管收缩,交感神经兴奋,心跳呼吸加快,血压升高,代谢加速,各种内分泌激素升高。持续数分钟以后人体皮肤外周血管开始扩张,血流速度加快,体内产热增加,皮肤温度上升转暖,心跳变慢,呼吸平稳,血压

下降,心脏收缩力增强。水温在 $30 \sim 33^{\circ}\text{C}$ 之间时有良好的催眠镇静作用,这种药浴对皮肤无明显刺激,降低了人体神经的兴奋性,加强了大脑皮质的抑制过程的同时,对人体影响也降到了最小。水温在 37°C 左右时可降低神经兴奋性可痛觉传导作用,缓解肌肉痉挛,增强胃肠功能,提高造血和免疫功能,被称为“温水浴”。它有着扩张人体外周血管的作用,使人体排汗量增加,血压下降,尿量增多,心率有轻微的加快。水温在 $39 \sim 42^{\circ}\text{C}$ 之间时,短期接触人体肌肤血管就会暂时收缩。持续数分钟以后血管开始扩张,心跳加快,心脏负荷加重,心率可达每分钟 100 次以上。因此,心血管病人不宜在此高水温中停留时间过长。水温在 43°C 以上时称“高热浴”,它对末梢神经有封闭作用,可减轻局部疼痛,对肌肉、关节等有良好的止痛作用。一般只作为特殊病治疗手段。

除了水温以外,静水压则是另一个重要的影响因素,当人的全身浸在水中时,水的静水压对人体就好比按摩一样令人有一种愉悦感。据文献记载,浸在水中的人体表面所承受的平均水压为 $0.392 \sim 0.588\text{Pa}$ 时,人的胸围就会缩小 $1 \sim 3\text{cm}$,腹围缩小 4cm 左右,此时人体内由于胸腹受压,横膈膜上升变得容易,而下降却变得困难,易出现吸气吃力,呼气顺畅的现象,从而促进了呼吸运动的锻炼,这对有呼吸障碍的呼吸系统疾病治疗是十分有益的。静水压还可以通过压迫外周血管的途径,影响血液再分配,从而增加内脏器官的血液供应,并使回心血量增加,有利增强心脏的功能,改善肝肾、胃肠功能。而调节水压的方法十分简单,只需控制好浴缸或浴盆中存水量即可了。

水的浮力则是另一要素,水中产生的浮力,使人体有一种失重的感觉,水的密度越大,浮力愈大,人体在药浴液中就会失去约为体重的 90% 以上的质量,由于浮力的作用,使沐浴的人的四肢体在水中活动轻便容易,这不仅能使肢体功能障碍得到治疗和恢复,更重要的是使人的身心得到全面的放松,更容易达到无我两忘的境界。

有条件的人可以进行淋浴或喷射药浴,这样可以充分利用水的摩擦功效。另外,快速运动的水分子,可以不断地冲撞、摩擦皮肤,起到良好的按摩作用。实际上,这种摩擦是有助于皮肤血管的扩张、血液循环的改善。尤其可作用于神经末梢,通过中枢反射,调节机体代谢,产生镇痛、镇静效应。这种治疗手段在大型的药浴中心较为多见,并受到保健养生人士

的喜爱。

此外,在药浴治疗中,水温可产生一定的气雾,有人将其称为气雾吸入与愉悦治疗法。它可以使部分药物成分通过口鼻吸入,一方面滋润相关的五官、诸窍,一方面发挥全身治疗作用。由于药浴,特别是全身浴是以沐浴形式给药,使用者完全是在一种放松的状态下接受治疗的。这种放松的治疗是其他疗法无法比拟的。而且,药浴方药中常常具有特别的芳香气昧,使病人在药浴中产生快感,不同类型的药浴,可使患者分别产生轻松、愉快、振奋等情绪,从而更加有利于疾病的治疗。

(杨 婧)