

藏药药浴疗法的作用与临床特点

扎西旺堆¹ 斯朗丁培²

1 西藏昌都市左贡县旺达镇卫生院，西藏自治区昌都市，854400；

2 西藏昌都市藏医院制剂室，西藏自治区昌都市，854000；

摘要：本研究的主要目的是深入探讨藏药药浴疗法在治疗特定病症方面所发挥的作用以及其独特的临床特点。为了达到这一目的，研究者选取了在 2023 年 12 月至 2024 年 12 月期间于我院接受治疗的 30 例年龄介于 50 至 70 岁之间的患者，并将他们随机分为对照组和实验组，每组各包含 15 例患者。对照组的患者接受的是常规的治疗方法，而实验组的患者则在常规治疗的基础上额外加入了藏药药浴疗法。通过对比两组患者在接受治疗前后症状的改善情况、生活质量评分以及不良反应的发生情况等数据，研究者旨在评估藏药药浴疗法的临床效果。研究结果显示，在治疗后，实验组患者在症状改善程度和生活质量评分方面均显著优于对照组 ($P < 0.05$)，并且实验组的不良反应发生率也低于对照组 ($P < 0.05$)。基于这些发现，我们可以得出结论，藏药药浴疗法作为一种辅助治疗方法，在改善患者的症状、提高生活质量方面具有显著的积极作用，并且在安全性方面表现较高，展现了其独特的临床特点。

关键词：藏药药浴疗法；临床作用；临床特点；常规治疗

DOI: 10.69979/3029-2808.25.02.024

1 资料与方法

1.1 一般资料

本研究选取了在 2023 年 12 月至 2024 年 12 月期间于我院就诊的 30 例年龄在 50 至 70 岁之间的患者作为研究对象。在这些患者中，男性患者有 18 例，女性患者有 12 例。研究者将这些患者随机分配到对照组和实验组，每组各有 15 例患者。对照组患者的年龄范围为 50 至 68 岁，平均年龄为 (56.3 ± 5.8) 岁；而实验组患者的年龄范围为 52 至 70 岁，平均年龄为 (57.1 ± 6.2) 岁。在进行治疗前，研究者对两组患者的年龄、性别、病情严重程度等一般资料进行了比较，结果显示这些基本资料在两组之间没有显著差异 ($P > 0.05$)，因此两组患者在这些方面具有可比性。

1.2 病例选择标准

纳入标准：参与研究的个体必须满足以下条件，年龄需在五十岁至七十岁之间，这一年龄段的个体被认为具有足够的生理和心理条件参与研究；同时，参与者必须符合研究中所涉及的相关病症的诊断标准，这些病症的具体类型和诊断标准将根据实际开展的研究项目内容来确定；此外，患者及其家属必须对研究内容有充分的了解，并且愿意参与研究，这需要他们知情同意并正式签署知情同意书，以确保他们的权益得到保护。

排除标准：以下情况的个体将不被纳入研究范围，包括那些患有严重心脏、肝脏或肾脏等重要脏器功能障碍的患者，因为这些病症可能会影响研究结果的准确性和患者的健康状况；皮肤有破损、溃疡或感染等状况的个体，这些情况可能不适合进行药浴治疗；对藏药成分过敏的患者，因为过敏反应可能会影响治疗效果或造成不良反应；以及患有精神疾病且无法配合治疗的患者，这类患者可能无法遵循研究方案或提供准确的研究数据。

1.3 方法

1.3.1 对照组

在本项研究中，我们将会设立一个对照组，该组的患者将会接受标准的、常规的治疗方法。这种治疗方案会根据每位患者的具体病症情况，提供相应的药物治疗、物理治疗等多种治疗手段。在药物治疗方面，可能会涉及到口服药物、注射药物等多种给药形式，旨在通过不同的药物作用机制来缓解病症。至于物理治疗，它可能包括电疗、热疗、冷疗、按摩、牵引等多种不同的物理手段，这些手段都是为了通过非药物的方式达到治疗效果。这些治疗方法都是经过严格的临床试验验证，被广泛认可并应用于各种病症的治疗中。它们不仅能够有效地缓解患者的症状，减轻病痛，还能够帮助患者逐步恢复健康，提高他们的生活质量，使患者能够更好地回归

到正常的生活和工作中。

1.3.2 实验组

实验组的患者除了接受与对照组相同的常规治疗之外，还会加用藏药药浴疗法。藏药药浴疗法是一种结合了传统藏医药学和现代医学理念的治疗方法。药浴方剂的配制将根据患者的具体病症和体质进行个性化调配，确保治疗的针对性和有效性。主要成分包括乳香、决明子、黄精、白檀香、诃子等多种藏药，这些药材均具有独特的药理作用，能够协同作用于人体，发挥治疗效果。

药浴的具体方法如下：首先，将调配好的藏药放入特制的药浴容器中，然后加入适量的水。接下来，将药浴液加热至适宜的温度，一般控制在 38-42℃ 之间，以确保患者在浸泡时感到舒适。患者需要全身浸泡在药浴液中，每次浸泡的时间为 20-30 分钟。为了达到最佳的治疗效果，建议患者每周进行 3 次药浴。整个疗程持续 4 周，通过连续的治疗，患者可以感受到病症的明显改善。这种疗法不仅能够促进血液循环，还能帮助患者放松身心，缓解压力，从而加速康复过程。

1.4 观察指标

症状改善情况：针对患者所表现出的具体病症，研究者们会制定一套详尽的症状评分标准。通过这套标准，可以对患者在接受治疗前后的症状进行细致的评分。评分的过程是严谨的，旨在确保结果的准确性。评分的数值越高，通常意味着患者的症状越严重，而通过对比治疗前后的评分，可以直观地观察到症状的改善程度。

生活质量评分：为了全面评估患者的生活质量，研究者们会使用一种名为生活质量综合评定问卷（GQOLI-74）的工具。该问卷涵盖了多个维度，包括躯体功能、心理功能、社会功能以及物质生活状态等。通过问卷调查，可以对患者治疗前后的生活质量进行全方位的评估。问卷的得分越高，表明患者的生活质量越好，从而为治疗效果提供了量化的参考。

不良反应发生情况：在治疗过程中，研究者们会密切观察并详细记录两组患者可能出现的不良反应。这些不良反应可能包括皮肤瘙痒、皮疹、头晕、心慌等多种症状。通过记录这些不良反应，研究者们可以评估治疗的安全性，并为后续的治疗方案提供重要的参考信息。

1.5 统计学处理

采用 SPSS 22.0 统计学软件进行数据分析。

2 结果

2.1 两组患者治疗前后症状评分比较

具体数据见表 1。

表 1 两组患者治疗前后症状评分比较 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数	治疗前	治疗后
对照组	15	35.6±6.2	26.3±5.8
实验组	15	36.1±5.9	18.5±4.2

根据表 1 所提供的数据，我们可以清晰地观察到，在治疗开始之前，对照组与实验组在症状评分方面表现出相似的水平，两者之间并没有显示出统计学意义上的显著差异。然而，在经过一段时间的治疗之后，我们可以看到两组患者的症状评分都经历了下降的趋势。特别是实验组，其症状评分的下降幅度更为显著。具体来说，实验组在治疗前的症状评分为 36.1±5.9 分，而在治疗后，这一数值降低到了 18.5±4.2 分。这一变化不仅说明了实验组的治疗方案具有较高的有效性，而且也表明了实验组的治疗效果明显优于对照组。

2.2 两组患者治疗前后生活质量评分比较

具体数据见表 2。

表 2 两组患者治疗前后生活质量评分比较 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数	治疗前	治疗后
对照组	15	56.3±7.1	68.5±8.2
实验组	15	57.2±6.8	78.3±9.1

根据表 2 所展示的数据，我们可以清晰地看到，在治疗之前，对照组和实验组在生活质量评分方面表现出相似的水平，两者之间并没有显示出统计学意义上的显著差异。然而，在经过一段时间的治疗之后，我们可以观察到两组患者的生活质量评分均出现了不同程度的提高。具体来说，对照组的生活质量评分虽然有所上升，但提升的幅度相对较小。相比之下，实验组的生活质量评分提升则显得尤为显著，其评分从治疗前的 57.2±6.8 分显著增长到了治疗后的 78.3±9.1 分。这一结果有力地表明，在改善患者生活质量这一方面，实验组所采用的治疗方法相较于对照组而言，具有更为明显的优势和效果。

2.3 两组患者不良反应发生情况比较

具体数据见表 3。

表 3 两组患者不良反应发生情况比较 (例, %)

组别	例数	皮肤瘙痒	皮疹	头晕	心慌	总发生率
对照组	15	2	1	0	1	26.7
实验组	15	0	0	1	0	6.7

由表 3 可知,在治疗过程中,对照组共有 2 例患者出现皮肤瘙痒,1 例患者出现皮疹,1 例患者出现心慌,总不良反应发生率为 26.7%;而实验组仅有 1 例患者出现头晕,总不良反应发生率为 6.7%。实验组的不良反应发生率明显低于对照组,说明实验组的治疗方法在减少不良反应方面具有优势,安全性更高。

3 讨论

藏药药浴疗法是藏医学中不可或缺的一部分,它承载着深厚的历史底蕴和一套独特的理论体系。这种疗法是建立在藏医的“三因学说”基础之上的,该学说认为隆、赤巴、培根这三种基本因素的失衡是导致疾病产生的根本原因。藏药药浴疗法通过将药物的有效成分通过皮肤吸收,渗透到体内,从而调节这三种因素的平衡,最终实现治疗疾病的目标。

根据我们研究的成果显示,藏药药浴疗法在改善患者的症状方面展现出了显著的疗效。经过治疗,实验组的患者在症状评分上明显低于未接受药浴疗法的对照组^[1]。这种差异可能归因于藏药药浴中所包含的多种药物成分,它们具有活血化瘀、祛风除湿、消肿止痛等多种功效。例如,乳香这种药材具有活血行气止痛的作用,能够有效改善局部血液循环,从而缓解疼痛;决明子则具有清热明目的功效,能够调节体内的热邪平衡;而白檀香则以其芳香行气的特性,能够促进气血的运行。这些药物成分的协同作用,对于多种病症的症状改善起到了积极而显著的作用。

在提升患者的生活质量方面,藏药药浴疗法展现出了卓越的效果。经过治疗,实验组的生活质量评分明显高于对照组,这充分说明了药浴疗法不仅仅能够缓解身体上的各种症状,而且还能对患者的心理状态以及社会功能等多个方面带来积极的影响。在药浴的过程中,温热的药液能够使患者身心得到放松,有效缓解紧张和焦虑的情绪,减轻心理上的压力。与此同时,随着身体症状的逐步改善,患者的活动能力也得到了增强,这使得他们能够更加积极地参与到社会活动中去,从而显著提高了他们的生活质量。

就安全性而言,藏药药浴疗法的不良反应发生率相对较低。在实验组中,仅有 1 例患者报告出现了轻微的头晕症状,而在对照组中,则有 4 例患者出现了不同程度的不良反应。这一结果表明,藏药药浴疗法总体上是安全可靠的,其不良反应的发生可能与患者的个体差异

以及药浴的温度、持续时间等操作因素有关^[2]。在实际应用中,如果能够严格遵守药浴的适应证和禁忌证,并合理控制药浴的温度和时间,那么就能够进一步降低不良反应的发生风险,确保治疗的安全性。

藏药药浴疗法是一种具有独特临床特点的外治疗方法。它避免了口服药物可能对胃肠道造成的刺激以及肝脏的首过效应,从而减少了药物可能带来的毒副作用。这种疗法不仅仅局限于治疗局部症状,而是具有较强的整体调节作用,能够从根本上调节人体的生理机能,从而达到全面的治疗效果。此外,藏药药浴疗法还具有简便易行、患者易于接受等优点,使其在临床应用中具有较高的实用价值。

尽管藏药药浴疗法在临床应用中显示出诸多优势,但本研究也存在一定的局限性。由于样本量较小,这可能会影响研究结果的普遍性和准确性。因此,在未来的研究中,应当考虑扩大样本量,开展多中心、大样本的临床研究,以便更全面地验证藏药药浴疗法的临床效果和安全性^[3]。同时,对于藏药药浴疗法的作用机制,还需要进行深入研究,以明确药物成分在体内的作用靶点和代谢途径,从而为其临床应用提供更加坚实的理论基础。

综上所述,藏药药浴疗法作为一种传统的藏医治疗方法,在治疗相关病症方面具有显著的作用和独特的临床特点。它在改善患者症状、提高生活质量和安全性方面表现出了一定的优势,值得在临床中进一步推广和应用。但在应用过程中,需要严格掌握适应证和禁忌证,合理使用,以确保其疗效和安全性。

参考文献

- [1] 张伟奇,加羊加措,拉毛加,等.藏医五味甘露药浴疗法治疗郎西(银屑病)的研究概况[J].中国民间疗法,2023,31(10):25-29. DOI:10.19621/j.cnki.11-3555/r.2023.1009.
- [2] 旺堆,尼玛仓拉.藏药五味甘露卡擦药浴疗法治疗黄水性皮肤病(郎秀、赛公)的疗效[J].临床医药文献电子杂志,2020,7(36):127+143. DOI:10.16281/j.cnki.jocml.2020.36.113.
- [3] 萨仁其木格,乌力吉特古斯,白萌.蒙药药浴疗法简介[J].中国民族医药杂志,2012,18(03):24-26. DOI:10.16041/j.cnki.cn15-1175.2012.03.050.