

精油对女性生殖活动和妇科疾病的影响

张志奇, 宋凤武, 李 宏

(天津市中央药业有限公司, 天津 300400)

摘要:精油可有效地治疗各种阴道感染、缓解孕期应激、缩短产程并缓解更年期综合征, 对妇科疾病有一定的治疗作用; 以精油为主的芳香疗法对女性孕产期产生积极的影响。综述了目前国外使用精油治疗疱疹和阴道感染性疾病以及催生和减轻绝经期热潮红症状等的研究报道。

关键词:精油; 芳香疗法; 孕期保健; 阴道感染; 更年期综合征

中图分类号:282.710.7

文献标识码:A

文章编号:1674-5515(2009)06-0344-03

生命体靠嗅觉感知周围环境的化学物质, 嗅觉对于人类至关重要, 比如婴儿靠嗅觉寻找母亲的乳房。构成香气的化学物质溶于嗅上皮分泌出的黏液中, 嗅上皮位于鼻腔的后部, 分布有嗅觉受体。虽然人类只有几种气味受体, 但是它们均具有高度专一性。每一种嗅觉受体细胞包含一种气味受体, 它仅能测定出有限数量的香气分子, 这些细胞将脉冲信号直接传递到大脑中的嗅觉中枢, 进而将该信息传递到其他区域, 并同其他嗅觉受体的信息结合形成整体的香气。春天里盛开鲜花的香气留在人们的记忆里, 日后常常能够回忆起美好气息留下的甜蜜。

嗅觉对于人类的生存与繁衍至关重要。几千年来, 人类一直使用带香味的物质吸引异性。香水诱发出人类的情感, 巧妙地暗示性吸引、社会地位、个性以及文化背景等。目前, 有关合成香料对人体长期影响的研究很少, 但却有许多证据证明天然精油可以增强性欲、减轻念珠菌感染和疱疹感染、减轻孕期紧张、催生以及减轻绝经期热潮红症状等, 常见精油对妇科疾病的治疗作用见表1。对于精油的治疗作用, 人们最为熟悉的莫过于芳香疗法。

芳香疗法是使用精油治疗的特殊方法, 是指将植物中的精油或挥发物通过各种方式进入体内, 从而对身心健康发挥作用的一种方法。精油进入体内的途径有多种: 口服和局部使用, 包括洗浴、按摩、涂敷膏霜和油脂等。口服精油主要用于治疗肠道疾病, 如口服辣薄荷油(peppermint oil)胶囊治疗肠易激综合征和功能性消化不良^[1-2], 用真荆芥(melissa)油治疗痴呆等^[3]。此外, 皮肤局部涂敷迷迭香油治疗脱毛症, 吸入蓝桉 *Eucalyptus globulus* Labill 油治疗上呼吸道感染等^[4-5]。体外试验以及体内研究都表明桉树油可以有效地治疗细菌性肺炎^[6]。笔

者主要综述目前国外使用精油提高性欲、治疗生殖器疱疹、抗真菌感染、孕期保健、减轻分娩痛苦、缓解更年期综合征等对妇科疾病和女性生殖活动的影响。

表1 常见精油对妇科疾病的治疗作用

精油名称	原植物拉丁学名	推荐用途
薰衣草油	<i>Lavandula angustifolia</i> Miller	催生
茶树油	<i>Melaleuca alternifolia</i> Miller	抗白色念珠菌感染
马达加斯加丁香油	<i>Ravensara aromatic</i> Sonn	杀灭 HSV-1 和 HSV-2 型疱疹病毒
香紫苏油	<i>Salvia sclarea</i> L.	更年期综合征
小茴香油	<i>Foeniculum vulgare</i> Mill.	更年期综合征
香叶天竺葵油	<i>Pelargonium graveolens</i> L'Heritier	更年期综合征
薄荷油	<i>Mentha piperita</i> L.	清凉
依兰油	<i>Cananga odorata</i> var. <i>genuine</i> L.	壮阳剂
茉莉油	<i>Jasminum sambac</i> (L.) Aiton	壮阳剂

1 提高性欲

依兰油和茉莉油的香气一直被认为具有提高性欲的功效, 世界上很多知名品牌的香水都含有这两种精油。但是, 香气的功效取决于人的文化背景和个体对香气体验的记忆等; 而且这种记忆很难改变, 因为它同大脑产生的反射性反应建立了紧密的联系。

杏仁核是一种小的杏仁样器官, 位于大脑深部, 在下丘脑的中部, 与海马相连。大脑边缘系统掌管着人体对应激、焦虑、情感和性唤起等, 杏仁核是大脑边缘系统不可分割的一部分, 大脑边缘系统还用于分析嗅觉。所以, 嗅觉能够影响人类恐怖、焦虑和性唤起等。今后在精油与性唤起方面应进行更加深入的研究。

2 治疗生殖器疱疹

美国有 6 700 万人患单纯疱疹病毒(HSV)引发的生殖器疱疹, 而且每年新发病例有 50 万之多。马达加斯加岛盛产的植物丁香 *Ravensara aromatica*

Sonn 富含 1,8-桉叶油素,迷迭香油和蓝桉油中也含有该物质。目前认为 1,8-桉叶油素是精油中的抗病毒活性物质。研究显示,马达加斯加丁香油可减少 HSV-1 和 HSV-2 型疱疹大爆发,还能延长两次大爆发相隔的时间。精油治疗 HSV 引发的生殖器疱疹潜力巨大,有望开发出新药品。

桉叶油素对受损黏膜有很强的刺激作用,可将马达加斯加丁香油加入甜杏仁油中调成体积分数为 50%~70% 的外用制剂,涂敷到未受损部位上,用以减轻疼痛、刺痒和肿胀等症状。如果疱疹已破,可将含 25% 马达加斯加丁香油的甜杏仁油混合制剂直接涂敷,由于甜杏仁油具有的高度干燥能力,将使受损部位感到更舒适。

3 抗真菌感染

白色念珠菌 *Candida albicans* 是常见阴道感染的病原体,而且对常用药品如硝酸咪康唑等产生了耐药性。除了长期感染者外,茶树 *Melaleuca alternifolia* Miller 油可以在 3 d 内治愈 95% 的感染患者。Belaiche^[7] 在 20 多年前就曾发表过用茶树油成功治疗阴道感染的临床研究报告。

并非所有的茶树油都具有治疗阴道感染的功效。茶树(Tea Tree),包括白千层属 *Melaleuca* L., 薄子木属 *Leptospermum* Forst., *Kunzea* 和岗松属 *Baeckea* L. 等各属植物,能治疗阴道感染的茶树为白千层属植物 *Melaleuca alternifolia* Miller。茶树油使用方法非常简单,将 2~3 滴茶树油加入 5 mL 冷压植物油(如甜杏仁油)中搅拌均匀即可。将棉球浸入上述混合油中待饱和后,再塞入阴道,每隔 8 h 换药一次。放置在阴道内的棉球过夜或 8 h 后,不会导致中毒性休克综合征。

虽然精油没有不良反应,但是与精油的氧化物接触受到刺激或破损阴道会引起不舒服的感觉。因此,如果真菌暴露在受损阴道壁,可先将薰衣草油稀释于植物油中后,利用棉签塞入阴道或坐浴的方法治疗 1~2 d,直至受损表皮愈合。患者的性伴侣同样需要每天使用茶树油 4 次,以避免双方交叉感染。这是一种非常安全、有效的根除白色念珠菌感染以及许多阴道感染的治疗方法。

4 孕期保健

薰衣草油成功地用于治疗妊娠性高血压。人们常常忽略使用芳香疗法帮助孕妇舒缓心理应激,部分原因可能是认为孕妇使用精油不安全。但是含有

精油成分的香水、香皂和牙膏等日用品外包装上没有任何类似的警告提示语,目前尚没有孕妇吸入精油或局部皮肤涂敷精油等芳香治疗致胎儿流产或畸形的报道,更没有口服精油引发严重后果的报道。

曾有口服几毫升胡薄荷油(pennyroyal oil)和欧芹子油(parsley seed oil)可致流产的报道^[8]。然而,有 2 个病例记录了孕妇在连续 8 d 内口服 10~1.5 mL 胡薄荷油以及口服 10~6 mL 欧芹子油后,未致胎儿流产且孕妇也恢复健康的报道。孕妇使用上述 2 种精油与胎儿流产的必然联系尚需进一步研究。不过可以明确的是,上述精油用量是芳香疗法精油常用量的 100~200 倍。一般而言,吸入或局部皮肤涂敷精油的量以每次 1~5 滴为宜。

尽管人们认为芳香疗法可能对孕妇有害,但是成千上万的孕妇从中受益。在英国,许多医院在孕妇分娩过程中使用精油已有 15 年的历史了,待产妇休息的病房内摆着她们自己喜欢的精油。英国有几家医院,如亨廷登的 Hinchingsbrooke Hospital、伦敦的 St John's Hospital 与 St Elizabeth's Hospitals 以及牛津的 Radcliffe Infirmary Hospital 等医院一直以来都鼓励孕妇使用芳香疗法,现在仍没有任何不良反应的报道。

有些精油被认为具有通经作用,即可引起子宫收缩,导致月经期提前。但是,体内的激素对怀孕的影响与对月经周期的影响不同,局部涂敷精油和吸入精油不太可能对怀孕产生不良影响。纽约长岛一家医院完成了 8 例患妊娠性高血压孕妇施以芳香疗法按摩降压的临床试验。使用 2% 薰衣草油或玫瑰油,每次按摩双手 5 min,均产生明显降压效果。

5 减轻分娩痛苦

有证据表明,芳香疗法能减轻分娩过程中孕妇的焦虑情绪。纽约 Chenango Memorial 医院经常为孕妇实施芳香治疗。据称低浓度的薰衣草油、香叶天竺葵油、乳香油和香紫苏油等均非常有效地减轻孕妇在分娩过程中产生的焦虑情绪。

Burns 等^[9] 在 20 世纪 90 年代完成了一项为期 8 年的临床试验,即观察芳香疗法对 8 058 位正在分娩妇女的影响。结果发现,芳香疗法极大地缓解了疼痛和焦虑,加强了宫缩,并减少了硬膜外麻醉药的用量。

6 缓解更年期综合征

人们认为香叶天竺葵油通过影响肾上腺皮质达

到平衡体内激素。香叶天竺葵油同雌激素样精油如小茴香油、鼠尾草油和香紫苏油混合使用,对缓解更年期综合征特别有效。香紫苏油之所以非常有效,是因为油中所含香紫苏醇的结构与雌二醇非常近似。将含有12%~20%雌激素样精油的冷压基础油或水基膏霜涂敷在小腹部,每天2次,连续数周。使用芳香治疗喷雾器能有助于减轻更年期热潮红的症状。特别是在喷雾器中加入几滴辣薄荷油会增加凉爽感觉。芳香疗法喷雾器制作很简单,即将装有喷雾头的瓶子装满水,加入几滴精油,用前激烈摇动,喷雾即可。对于热潮红症状加重以及情绪不稳定的患者,推荐服用红三叶草和黑升麻。香紫苏油可减轻孕妇分娩过程产生的焦虑,还能减轻热潮红症状。

参考文献

- [1] Micklefield G, Greving I, May B. Effects of peppermint oil and caraway oil on gastroduodenal motility [J]. *Phytother Res*, 2000, 14(1): 20-23.
- [2] Micklefield G, Jung O, Greving L, *et al.* Effects of intraduodenal application of peppermint oil (WS® 1340) and caraway oil (WS® 1520) on gastroduodenal motility in healthy volunteers [J]. *Phytother Res*, 2003, 17(2): 135-140.
- [3] Ballard C G, O'Brien J T, Reichelt K, *et al.* Aromatherapy as a safe and effective treatment for the management of agitation in severe dementia: the results of a double-blind, placebo-controlled trial with Melissa [J]. *J Clin Psychiatry*, 2002, 63(7): 553-558.
- [4] Hayl C, Jamieson M, Ormerod A D. Randomized trial of aromatherapy successful treatment for alopecia areata [J]. *Arch Dermatol*, 1999, 135(5): 602-603.
- [5] Sherry E, Warnke P H. Successful use of an inhalational phytochemical to treat pulmonary tuberculosis: a case report [J]. *Phytomedicine*, 2004, 11(1): 95-97.
- [6] Lesho E. Role of inhaled antibacterials in hospital-acquired and ventilator-associated pneumonia [J]. *Expert Rev Anti-infective Ther*, 2005, 3(3): 445-451.
- [7] Belaiche P. Traitement des infections vaginales a *Candida albicans* par l'huile essentielle de *Melaleuca alternifolia* [J]. *Phytotherapie*, 1985, 153(7): 455-458.
- [8] Sullivan J, Rumack B, Thomas H, *et al.* Pennyroyal oil poisoning and hepatotoxicity [J]. *JAMA*, 1979, 242(26): 2873-2874.
- [9] Burns E, Blamey C, Ersser S, *et al.* An investigation into the use of aromatherapy in intrapartum midwifery practice [J]. *J Altern Complement Med*, 2000, 6(2): 141-147.

(收稿日期 2009-05-12)

《药物评价研究》2010年征稿与征订启事

《药物评价研究》是由原《中文科技资料目录—中草药》杂志改刊而成的国家级药科学技术学术性期刊,由中国药学会和天津药物研究院共同主办,双月刊,国内外公开发行(CN 12—1409/R,ISSN 1674—6376)。目前被CNKI中国期刊全文数据库、中国核心期刊(遴选)数据库收载。《药物评价研究》杂志于2009年8月正式出版了创刊号,并于2009年10月组织召开了第一届编委会,讨论了办刊宗旨、内容定位、栏目设置等。2010年本刊将继续坚持正确的办刊宗旨,进一步细化栏目设置,突出特色栏目,更加注重刊物的时效性、实用性和指导性,将“审评规范”、“国际信息专栏”等做成我刊的精品栏目,通过作者、编委、编辑的共同努力,将我刊办成药物评价研究领域的手册性杂志!

办刊宗旨:报道药物评价工作实践,推动药物评价方法研究,开展药物评价标准或技术探讨,促进药物评价与研究水平的提高,为广大药物研究人员提供交流平台。

内容与栏目:针对药物及其制剂的评价规范以及药理学评价、安全性评价、药效学评价、药物代谢动力学评价、临床评价、上市药物评价等评价研究的内容,设置论坛、综述、方法学研究、试验研究(论著)、审评规范、国际信息、专题7个栏目。

读者对象:药品管理、新药研发、临床应用、药学教育等相关的高等院校、科研院所、CRO组织、生产企业、药品管理与审评机构的研究人员、管理人员、临床医生和研究生等。

刊期:双月刊 **开本:**大16开 **页码:**80页 **定价:**15.00元/册,全年90.00元

本刊热忱欢迎广大作者积极投稿,广大读者踊跃订阅,本刊自办发行,订阅请直接与编辑部联系!

《药物评价研究》编辑部

地址:天津市南开区鞍山西道308号

电话/传真:022-23006822

网址:www.tjipr.com

户名:天津中草药杂志社

邮编:300193

E-mail:der@tiprpress.com

开户银行:兴业银行天津南开支行

帐号:441140100100081504