



清宫香语，芳疗雅韵

——清代宫廷中的芳香疗法

文 / 北京中医药大学 张子龙 秦燊勤

关键词：芳香疗法；清宫用香；芳香药物；垂恩香



张子龙 博士，北京中医药大学副教授，中药学专业硕士研究生导师。

担任中华中医药学会中药资源学分会委员、国家自然科学基金委员会同行评议专家、教育部学位中心论文评审专家，以及 *Pharmaceutical biology*、*Natural Product Research*、《中医药导报》

等杂志的审稿专家。致力于中医药文化的研究与传播，创建了“清宫医话”公众号，传承宫廷医药文化精华。

香烟袅袅绕梁间，药气悠悠润心田。在清代宫廷之中，袅袅香雾盘旋萦绕，或醇厚深邃，或清幽淡雅，馥郁芬芳扑面而来，层次丰富，变幻无穷，令人沉醉其中、久久难忘。清幽芳香不仅给人带来极致的嗅觉享受，更蕴藏着治愈身心的力量。今天，就让我们一同推开传统

芳香疗法的神秘之门。

一、理论基础：芳香疗疾，“香”通百病

芳香疗法，指将气味芬芳的药物制成适宜的剂型，作用于全身或局部，以预防疾病、促进健康的医疗保健方法。古人很早就善用芳香类药物养生防病，《神农本草经百种录》上明确记载“香者气之正，正气盛，则自能除邪辟秽也”，此处即用“香”实现防病养生的目的。这与中医理论中芳香药物“开窍”“行气”“辟秽”的核心功效高度契合。

汉代名医华佗曾将丁香、藿香、麝香、檀香等药材装入绢制囊袋制成香囊，悬挂于室内，用于调理肺癆、呕吐、腹泻等病症，是我国古代芳香疗法的经典实践。

现代芳香疗法由法国化学家勒内·加特福斯于1928年正式提出，其后逐步发展为国际公认的替代与补充医学方法。他在1937年出版的《芳香疗法——植物精油与激素》一书中，进一步阐述了芳香疗法的概念，拓展了芳香疗法的应用。

二、清宫实例：香薰疗愈，雅韵护心

清代宫廷用香考究，其中垂恩香是极具代表性的珍贵香品。它脱胎于明代龙挂香，经雍正皇帝赐名后，成为清宫专属用香。垂恩香及其专用香具垂恩香筒相辅相成，二者不仅是宫殿和居室中雅致的陈设品，更是守护宫廷人员健康的实用香具。它们在清代香文化史上留下了浓墨重彩的一笔，也为研究古代香疗文化提供了重要依据。

垂恩香的独特之处在于其采用倒挂燃香设计，能让香料的药效成分充分挥发，熏香效果更佳。据清代宫廷医案记载，垂恩香以艾叶、藿香、沉香等天然药用香材为原料，燃烧时散发的香气不仅能净化空气，还能抑制细菌滋生，对呼吸道疾病起到预防作用。此外，对于风寒湿邪引起的头痛、关节疼痛等症状，垂恩香的香气也具有一定的舒缓功效。

《清宫医案集成》中记载了117首熏洗方，这些方剂通过熏蒸的方式被清代御医用于治疗疾病，体现了芳香药物在清宫医疗实践中的广泛应用。这些熏洗方覆盖病症广泛，药材配伍精妙，严格遵循“简药精方”原则，每味药材的选用都经过精准考量。

临床应用中，御医秉持“治病为先”的理念，根据

患者具体症状灵活调整方剂，做到“随证加减”。药液制备时，从药材筛选、浸泡时长到煎煮火候，每一步都严格把控，尽显清宫医疗的严谨细致与专业水准。

三、现代研究：芳馨探微，香疗新诠

在神经科学与分子生物学快速发展的今天，芳香疗法已从传统经验传承，迈入科学验证的新阶段。借助先进分析技术与临床试验，科学家逐步揭示植物芳香分子与人体生理系统的作用机制。

研究证实，薰衣草油、橙花油等在缓解焦虑、抑郁情绪方面效果显著，这类芳香疗法可通过调节神经递质、激素水平与免疫系统功能，改善情绪状态。这些现代研究成果，不仅印证了传统芳香疗法的科学价值，更为其在心理健康领域的广泛应用筑牢了理论基础。

芳香疗法跨越古今，完成了从经验积累到科学实证的蜕变。随着科技进步与多学科研究的深入，芳香疗法将在心理健康、慢病管理等领域拓展更广阔的应用空间，让天然植物香气持续为人类健康赋能，续写传统香疗的全新篇章。**我们与人**

本文编辑：李修坤

