

# 中药香囊预防小学生感冒效果对照研究<sup>※</sup>

朱菲菲<sup>1</sup> 胡 娣<sup>2▲</sup> 秦玉革<sup>1</sup>

**摘 要** **目的:**观察自制的中药香囊对小学生感冒的预防作用,为后期推广中药香囊预防小学生感冒提供实践依据。**方法:**采用前瞻性对照研究,选择某小学一年级 342 名学生,以班为单位,分成干预组和空白对照组,观察期为佩戴香囊期 3 个月和摘除香囊期 2 个月,比较两组小学生在这两个期间感冒发生率及发病后临床症状的差异,探索小学生佩戴中药香囊预防感冒的效果。**结果:**两组在香囊佩戴期间感冒发生率、临床症状积分方面比较,差异有统计学意义( $P<0.05$ );在香囊摘除期间,两组感冒发病率比较,无统计学差异( $P>0.05$ ),鼻塞、流涕、头痛症状积分比较,差异具有统计学意义( $P<0.05$ ),其他临床症状积分比较无统计学差异( $P>0.05$ )。**结论:**小学生佩戴香囊期间可以有效预防感冒发生,减轻临床症状,摘除香囊后仍有一定的远期效果。

**关键词** 香囊;感冒;预防;效果

感冒是感受风邪,引起肺卫失调的常见外感性疾病。《素问·骨空论》云:“风从外入,令人振寒,汗出头痛,身重恶寒。”感冒一般分为普通感冒和时行感冒,前者症状轻,一般可自愈;后者症状重,且具有一定的流行性和传染性。本病虽为自限性疾病,但儿童机体免疫屏障尚未健全,易传易变,如遇气候变化、调护失当则易变生他疾,加至近三年新型冠状病毒肆虐,病毒不断变异,传染性不断增强,导致人群普遍易感,故目前在全球流行的时行感冒和普通感冒夹杂的大环境下,如何对学龄期儿童这一弱势群体做好防护就显得尤为重要。中医外用疗法在预防感冒方面有着丰富的实践经验,因其操作方便,不良反应小,易被小学生接受,故研究小学生佩戴香囊预防感冒具有可行性和一定的实用价值。佩戴香囊属于中医的香佩疗法,其源自中国古代的“衣冠疗法”,是通过药物挥发的芳香气味、药物本身的治疗作用和对局部经络穴位的刺激来防治疾病的一种外用疗法<sup>[1]</sup>。现代研究表明,香佩疗法在杀灭细菌或病毒、促进人体的新陈代谢、提高人体的免疫力方面均具有一定作用<sup>[2]</sup>。

## 1 资料与方法

**1.1 一般资料** 样本量估算:根据前人的成果,中药香囊干预组(Pe)有效率 89%,对照组(Pc)有效率 77%,干预组和对照组按同等数量匹配样本,(取单侧检验, $\alpha=0.05$ , $1-\beta=0.80$ ),根据计数资料样本计算,本研究的样本数 $n=(u\alpha+u\beta)2(1+1/K)P(1-P)/(Pe-Pc)2^{[3]}$ ,计算出本研究每组最少需要样本 121 例,两组共需 242 例,考虑研究过程中可能有 20% 脱落的样本,所以研究人数应高于 270 人。该研究样本选择上海市松江区洞泾镇某小学一年级,8 个班共 342 名学生全部纳入研究,按照教室分布楼层,以班为单位分成干预组和对照组两组,两组均完成了 5 个月观察期,无一例脱落。干预组即香囊佩戴组共 171 名学生,男 95 例,女 76 例;年龄最小 6 岁,最大 8 岁,平均年龄为(7.22±0.60)岁。对照组即未佩戴香囊组共 171 名学生,男 93 例,女 78 例;年龄最小 6 岁,最大 8 岁,平均年龄为(7.26±0.62)岁。两组小学生的性别、年龄比较均无显著性差异( $P>0.05$ ),具有可比性。

**1.2 诊断标准** 中医诊断标准参照《中医内科常见病诊疗指南·中医病证部分》<sup>[4]</sup>,感冒主症为:鼻塞、流涕、咽痒或痛、咳嗽、发热、恶寒、无汗或少汗、头痛、肢体酸痛,且排除其他疾病引起的上述症状。

**1.3 纳入标准** (1)年龄为 5~10 岁且有自主行为能力的小学生;(2)经家长和本人自愿同意加入,由家长签署知情同意书者。

※基金项目 上海市松江区科技攻关项目(医疗卫生类)(No.224)

▲通信作者 胡娣,女,主治医师。主要从事社区公共卫生工作。E-mail:zhushouhui@163.com

• 作者单位 1.上海市松江区洞泾镇社区卫生服务中心中医科(上海 201619);2.上海市松江区洞泾镇社区卫生服务中心公卫科(上海 201619)

**1.4 排除标准** (1)对香囊药物成分过敏者;(2)合并心脑血管、肝肾或造血系统疾病患者。

**1.5 脱落标准** (1)因重大疾病无法完成者;(2)对香囊药物过敏或不适者;(3)因转学、外出、请假等客观因素无法完成实验者;(4)主动退出该项研究者。

**1.6 干预方法** 为了避免戴香囊班级的中药气味影响对照的班级,所以把处于一楼的一年级教室相连的 1、2、3、4 班统一设为干预组,处于二楼的一年级教室相连的 5、6、7、8 班设为对照组。

**1.6.1 干预组** 佩戴自制中药香囊:把中药藿香、佩兰、石菖蒲、苍术、艾叶,用中药粉碎机分别打成粗药粉,然后按 1:1:1:1:1 的比例配置粗药粉,充分混匀后装入中号茶包(10 g),茶包装入香囊空袋备用,茶包和香囊均具有良好的透气性。在每位受试学生书包侧面各放置一个防感香囊,每 4 w 换一次香囊内部中药茶包,余生活、学习如常。其间出现感冒症状,及时扫码填写感冒调查问卷,课题组成员及时跟进记录感冒发病情况。观察期分为佩戴香囊期 3 个月(2021 年 10 月 8 日—2022 年 1 月 7 日)和摘除香囊期 2 个月(2021 年 1 月 8 日—2021 年 3 月 7 日)

**1.6.2 对照组** 不佩戴香囊,不给予任何干预措施,观察期间出现感冒症状及时跟进记录。

**1.7 观察指标** 香囊佩戴期 3 个月及香囊摘除后 2 个月两组的感冒发病率、感冒轻重程度(于病程第 1 d 进行临床症状积分<sup>[5]</sup>评定,临床症状按无、轻、中、重度分别评为 0、1、2、3 分)。

**1.8 统计学方法** 采用 SPSS 23.0 软件进行分析,计量资料以( $\bar{x} \pm s$ )表示,两组间比较采用方差分析;计数资料以百分数表示,采用 $\chi^2$ 检验。 $P<0.05$ 为差异具有统计学意义。

2 结果

**2.1 两组感冒发病率比较** 香囊佩戴期(前 3 个月)两组感冒发病率比较,干预组小于对照组,差异具有统计学意义( $P<0.05$ );香囊摘除期(后 2 个月)两组感冒发病率比较无显著性差异( $P>0.05$ )。见表 1、表 2。

**2.2 两组感冒症状轻重程度比较** 香囊佩戴期(前 3 个月)两组在发热、恶寒、流涕、咽痛、咳嗽、口渴、鼻

表 1 香囊佩戴期两组小学生感冒发病率比较

组别	总人数	感冒人数	发病率(%)
干预组	171	20	11.70
对照组	171	37	31.62

注:两组间比较, $\chi^2=290.070, P<0.05$

表 2 香囊摘除期两组小学生感冒发病率比较

组别	总人数	感冒人数	发病率(%)
干预组	171	27	15.79
对照组	171	39	22.81

注:两组间比较, $\chi^2=2.704, P>0.05$

塞、肢体酸痛、头痛方面的症状积分比较,干预组均小于对照组,差异有统计学意义( $P<0.05$ ),在汗出方面两组的症状积分比较差异无统计学意义( $P>0.05$ );香囊摘除期(后 2 个月)两组在鼻塞、流涕、头痛方面的症状积分比较,差异具有统计学意义( $P<0.05$ ),两组在发热、恶寒、咽痛、咳嗽、口渴、肢体酸痛、汗出方面的症状积分比较无统计学差异( $P>0.05$ )。见表 3、表 4。

表 3 香囊佩戴期两组感冒症状积分比较( $\bar{x} \pm s$ ,分)

感冒症状	干预组	对照组	P 值
发热	0.08±0.38	0.24±0.71 <sup>①</sup>	0.008
恶寒	0.07±0.32	0.22±0.58 <sup>①</sup>	0.004
流涕	1.15±0.75	1.76±0.90 <sup>①</sup>	0.012
咽痛	0.09±0.36	0.20±0.52 <sup>①</sup>	0.016
咳嗽	0.70±0.80	1.16±0.76 <sup>①</sup>	0.037
口渴	0.02±0.17	0.15±0.42 <sup>①</sup>	0.000
鼻塞	0.16±0.50	0.38±0.82 <sup>①</sup>	0.003
肢体酸痛	0.04±0.23	0.20±0.55 <sup>①</sup>	0.000
头痛	0.05±0.24	0.20±0.53 <sup>①</sup>	0.001
汗出	0.03±0.20	0.07±0.32	0.155

注:与干预组比较,<sup>①</sup> $P<0.05$

表 4 香囊摘除期两组感冒症状积分比较( $\bar{x} \pm s$ ,分)

感冒症状	干预组	对照组	P 值
发热	1.15±1.03	1.21±1.08	0.831
恶寒	0.78±0.80	0.97±0.90	0.366
流涕	1.15±0.60	1.82±0.91 <sup>①</sup>	0.001
咽痛	0.81±0.62	1.13±0.66	0.056
咳嗽	0.70±0.72	0.46±0.56	0.129
口渴	0.44±0.64	0.64±0.63	0.219
鼻塞	1.04±0.52	1.74±0.91 <sup>①</sup>	0.001
肢体酸痛	0.48±0.75	0.85±0.84	0.076
头痛	0.48±0.64	0.97±0.63 <sup>①</sup>	0.003
汗出	0.30±0.47	0.18±0.45	0.311

注:与干预组比较,<sup>①</sup> $P<0.05$

3 讨论

感冒主要因六淫、时行病毒侵袭人体而致病,体虚者因免疫力低下而易发病。又小儿“肝常有余,脾常不足”“心常有余,肺常不足”,肺脾两虚多见,故儿

(下转第 68 页)