

# 来自自然的力量——“内喝外照”非药物自然疗法

□ 刘加林



从出生起,无时无刻不在接受环境中各种自然环境因素的影响,如水、阳光、空气等。这些自然因素直接影响着人体内部器官组织的功能变化,影响着人体生长和发育<sup>[1]</sup>。

## 一、自然环境因素与人的作用

水,无论是生命的起源,还是生命的维持、生长和进化都离不开水。在人类探索宇宙的历史上,一般认为哪里有水,哪里就可能有生命,美国好奇号探测器登上火星展开寻找外星生命之旅,也是将有水存在作为有无生命或曾有生命存在的证据和标志<sup>[2]</sup>。水是地球上包括人类在内的所有生物生存的必要条件。人类从胎儿期就生活在母亲的羊水之中,一生中又生活在有水气的大气中。人可以数天、甚至一周以上不吃不喝仍存活,但如果3—5天不喝水,就可能死亡。正常成年人体内水大约占体重的三分之二,其中血液中主要成分是水,大脑内水的含量约占85%,骨骼、牙齿中含水量在20%左右。

同时,体内水分减少是人体衰老的主要表现或原因之一。研究发现,胎儿的水分约占体重的90%,婴儿约占80%,成年人约占70%,中年人约占60%,老年人约占50%左右,可见人体的水分会随着年龄的增长而减少,人体衰老的过程是水分不断丧失的过程<sup>[3]</sup>。水质的好坏对于人的健康和寿命有着重要的关系。世界卫生组织调查表明<sup>[4]</sup>:全球80%的疾病和30%的死亡率源于水污染和不卫生,全球50%的儿童死亡原因是由于饮用污染水;全球每年有2500万5岁以下儿童死于饮用污染水所引发的疾病。饮用被污染的水可能导致肿瘤、癌症、肝病、肾病、结石、婴幼儿身体和智力发育迟缓等疾病的发生。

又如阳光,万物生长靠太阳,没有太阳就没有生命。我们的生活离不开太阳,阳光是健康所必需的因素之一。阳光是太阳核反应“燃烧”发出的光。到达地球时,太阳光谱主要包括可见光、红外线和紫外线等。其中紫外线是日光中对人体作用最强的光谱,具有消炎、止痛、杀菌、抗佝偻病等治疗作用,紫外线可促进维生素D的合成,此外紫外线是一种天然消毒剂,适当的接受紫外线的照射,可以有效清除皮肤上或衣服、被褥上的各种微生物。可见光,是人眼可以看见的电磁波谱,给人类带来了光明,是植物光合作用的能量来源;红外线具有温热作用,对人体有着积极的影响。所以说“阳光是上帝派来的医生”,是人类机体不可或缺的健康保障<sup>[5]</sup>。

再说空气,地球周围包围着一层厚厚的“被子”——空气,也叫大气层,人类就居住在这层大气的底部。大气中的氧气是向身体提供能量的关键物质,人的生命可以暂时离开阳光、水和各种营养物质,但一刻也离不开氧气。呼吸停止,也即停止供氧,俗称“断气”,意味着人的生命终止<sup>[6]</sup>。负离子被誉为“空气维生素”,对人体7个系统,近30多种疾病具有辅助治疗作用,对人体的保健作用更为明显<sup>[7]</sup>。

除了阳光、水、空气外,还有许多物理因子,如磁场、电场、重力等等,都与人体有着重要的关系,形成了人们赖以生存的自然环境。自然环境对人体的作用有两个方面:有利的一面和有害的一面。如适宜的阳光、空气、水、食物(某些植物和动物),都是人体新陈代谢不可缺少的,人体通过新陈代谢,与自然界进行着物质交换和能量交换,维持着人的生命活动,这是有利作用的一面;而有害作用的一面,如烟尘遮蔽的昏暗日光,充斥雾霾的混浊空气,有害物质超标的饮用水,过多化学添加剂的食品以及化学药品的毒副

作用等,以上种种因素严重影响人们的健康,并造成许多疾病的高发,缩短了人们的生存寿命。因此人类尤其是都市人群的生存质量需求及医疗质量需求的深化和提高,迫切呼唤更为自然、有效的治疗方法<sup>[8]</sup>。

## 二、非药物自然疗法—物理治疗

物理治疗简称“理疗”,在希腊语中是“用自然的力量治病”。简言之物理治疗就是运用大自然中的声、光、电、磁、热和水治疗疾病<sup>[9]</sup>。在现代医学中,把应用天然或人工的物理因子作用于人体,引起体内一系列生物学效应,通过神经、体液、内分泌和免疫等生理调节机制,达到保健、预防、治疗和康复目的的方法,称为物理治疗<sup>[10]</sup>。

物理治疗在我国已有几十年的发展历史,是一门涉及多种知识的学科。现代物理学促进了医学的发展,也使物理治疗学的内容得以不断的完善充实,解决了医学中的有关重大问题,保障人类健康,为疾病的预防、诊断、治疗和康复服务。它是现今世界上除了药物和手术以外的第三种治疗手段,也是非侵入手段。很多医疗界的专家都呼吁用自然的力量治病,物理治疗是无痛苦、无创伤治疗,很少引起身体的不适反应,副作用小,效果持久,反复多次的治疗方法还可以产生治疗效果的叠加和累积作用。可同时运用多种物理治疗手段,具有确切、治疗费用低等优点,是康复医学的重要治疗手段之一,为临床各科广泛使用,物理治疗不仅用于各种常见病多发病急性病的辅助治疗,甚至是某些疾病的首选治疗,并且已进入到医院诊断疑难病及抢救治疗的行列<sup>[11]</sup>。

随着现代科学技术的发展,物理治疗已从陈旧、单一的传统方法如:简单的阳光晒烤、火烤、热敷等单纯地用升温促进血液循环和新陈代谢,利用灯光照射作为光疗,利用高频电疗进行电疗等逐步发展为利用传导、对流、辐射等方式应用电磁波、超声波、激光等现代手段对人体进行治疗<sup>[12]</sup>。物理治疗包括光疗、电疗、磁疗、声疗、水疗、力疗等。光疗法即利用光线的辐射能治疗疾病的物理法,是一种操作简便,相对安全的非药物治疗手段,可与药物治疗、心理治疗同时使用,具有无创、经济、安全和良好的依从性,既方便在医院中使用,也可在家中治疗,其包括可见光、红外线、紫外线及激光疗法等<sup>[13]</sup>。

其中,红外线治疗已得到广泛的应用<sup>[14]</sup>,主要应用于治疗和辅助治疗关节炎、软组织损伤、促进伤口愈合、镇痛等方面。红外线的生物学应用已经过了近百年的历史,并不断的发展着,大量的科研及临床单位都开展着红外线生物学应用研究,当然有很多企业将科研成果推广应用到人们日常生活中,其中广东骏丰频谱股份有限公司从事该事业二十多年,其拥有多个自主知识产权的医疗器械产品,做了大量的理化、生物医学研究,提出了“内喝外照”非药物自然疗法。

## 三、“内喝外照”非药物自然疗法

“内喝外照”是指内喝骏丰频谱水治疗保健仪制作成的骏丰频谱水,外照骏丰频谱治疗保健房(仪)。频谱水是由广东骏丰频谱股份有限公司研制的医疗器械骏丰频谱水治疗保健仪制作的优化水,经大量的实验研究表明,其理化性质发生优化,骏丰频谱治疗保健房(仪)是广东骏丰频谱股份有限公司与国家重点实验室合作,利用新材料、新技术和新工艺,研制的具有红外线生物学效应的医疗器械,其采用特殊的新材料和微米纳米工艺技术提升了红外辐射射

效,将红外线效应与负离子的作用高效结合,再加上其采用红外辐射涂层室温成形技术使产品功能更加稳定,在红外辐射技术方面有着自己的优势,在一定程度上推动着红外辐射技术的发展<sup>[15]</sup>。

红外线对人体皮肤及皮下组织有一定的穿透能力,用红外线照射皮肤,远红外线能量被组织吸收后主要引起分子动能增加,引起皮肤及皮下组织细胞内外分子振动加剧,产生热效应和非热效应,激活生物大分子和水分子,从而激活细胞,热可以加速反应过程,使毛细血管扩张,血流加快,血液循环改善,物质代谢增强和营养状态改善,并提高免疫功能,产生积极的生物学效应,这是红外线治疗作用的基础<sup>[16]</sup>。研究证明,红外线的生物学效应主要表现在以下几个方面:改善局部血液循环,促进肿胀消退,具有消炎作用;降低肌张力,缓解肌痉挛;镇痛;促进细胞组织的修复再生,促进伤口的愈合;表面干燥作用等。

但是红外线的临床应用还在不断的研究。刘芳<sup>[17]</sup>等探讨了骏丰频谱治疗保健房(具有红外线的生物学效应)联合补肝肾汤等药物对膝关节炎的治疗作用,研究结果表明,骏丰频谱治疗保健房可以通过产生红外频谱使毛细血管扩张,促进血流、淋巴循环,增加新陈代谢,达到活血化淤、祛风除湿的疗效。该治疗疗效确切,用药简便、患者容易接受、费用较低,不良反应较少的特点,临床使用值得推荐。这对于膝关节炎的临床表现为膝关节疼痛、僵硬感、下蹲困难、关节畸形、丧失关节功能等有良好的作用,避免了目前主要是用药物治疗,存在见效慢、用药时间长、胃肠道反应多等缺点,给患者带来了福音。

岳峰<sup>[18]</sup>等也研究了骏丰频谱治疗保健房联合来氟米特、柳氮磺吡啶治疗强直性脊柱炎疗效观察,强直性脊柱炎属自身免疫性疾病,研究选取强直性脊柱炎患者120例,随机分成治疗组与对照组。治疗组给予骏丰频谱治疗保健房联合来氟米特、柳氮磺吡啶进行治疗;对照组采用来氟米特、柳氮磺吡啶进行治疗。研究结果表明,治疗四周后,治疗组在腰骶部疼痛、睡眠障碍、疲劳等症状改善等指标上较对照组有显著改善。治疗八周后,治疗组有效率高达95.0%,高于对照组的81.6%。说明骏丰频谱治疗保健房联合来氟米特、柳氮磺吡啶治疗强直性脊柱炎疗效明显,值得进一步推广。

红外线治疗作为一种非药物物理法,通过热效应和非热效应,激活生物大分子和水分子,使毛细血管扩张,血流加快,血液循环改善,物质代谢增强和营养状态改善,而作为血液的主要组成成分,物质代谢和运输的载体,水在新陈代谢过程中起着至关重要的作用,生命离不开水。

水是一种最好的溶剂,水具有参与人体内部营养物质的吸收、消化、运输、储备、代谢、利用、循环、排泄以及能量和信息的传导等功能。水具有调节体温、调节水与电解质平衡和酸碱平衡、滑润关节、组织和器官的浆膜腔以及滋润皮肤、口腔、眼睛等功能<sup>[19]</sup>。

因为水对于生命及维持生命过程的不可或缺,故自有医学以来,水就一直一直是现代科学和医学研究的对象,无论是在源于西方的现代医学中,还是在源于中国的传统中医学中都是一样的。人体需要不断的补充水分和元素,而又随时排除水分和元素。水和元素在体内不断地更新,并维持动态平衡。医生常规通过记录人体每天水的“出入量”来监测和维持水的平衡。每天水分的出入量应该等于入量,任何出入量大于入量或入量大于出量,就是一种病理现象。高热环境、发热、出汗、呕吐、腹泻、长时间禁食禁水情况下则会致不同程度的脱水。如果身体缺少1%—2%的水分,就会感到口渴。缺少5%的水分,就可能引起乏力感和体温升高。缺少10%的水分,就可能陷入昏迷。无疑,人体必须不断地得到水分的补充,力求避免脱水<sup>[20]</sup>。

水又是一种非常重要却容易被忽视的物质。我们对水的认识太少,就水对人体的生理功能的认识来说,仍然停留在“喝水就是解渴”。水在维护人体健康中,占有极其重要地位。饮水的质量和习惯决定着每个人的健康状况。据调查,大多数人不懂得喝水的重要性,不会正确喝水。如何饮水,饮用什么样的水,饮用多少水,已成为当前人类保健领域的重点课题。

我国促进会健康饮用水专业委员会提出健康水的标准<sup>[21]</sup>:不含对人体有毒、有害及有异味的物质;水硬度适中;人体所需矿物质含量适中,比例适宜;pH值呈中性或弱碱性;水中溶解氧及二氧化碳含量适中;水的营养生理功能(渗透力、溶解力、氧化还原性等)较强。为了满足人们对健康饮用水的需求,广东骏丰频谱股份有限公司研制出骏丰频谱水治疗保健仪,符合国家标准的饮用水经骏丰频谱水治疗保健仪处理后,经权威机构检测其理化性质发生变化,水的介电常数增加、溶解力增加等。生物医学研究表明<sup>[22-24]</sup>,骏丰频谱水在提高机体免疫功能,改善微循环,改善血液流变学性质,促进肠道对食物的消化与吸收,抗氧化作用等方面有一定的作用。临床或人体观察研究表明频谱水在口腔溃疡、咽炎、扁桃体炎、泌尿系结石及便秘方面有着辅助治疗作用。

2015年12月《中国组织工程研究》发表的最新研究表明<sup>[25]</sup>,骏丰频谱水具有更好的渗透性,对骨骼肌细胞的葡萄糖利用,线粒体功能和细胞氧化平衡调节可产生积极作用。骨骼肌细胞糖脂代谢能力及线粒体功能与保证机体代谢正常和健康关系密切,与机体的运动能力更是有着密不可分的关系。(线粒体:细胞内的组成部分,除了遗传因素外,高强度运动、衰老、氧化应激等外界因素均可导致线粒体功能损伤,线粒体功能损伤导致一系列疾病的发生。)

此外,2016年《中医杂志》最新发表的论文表明<sup>[26]</sup>,

频谱水在一定程度上可以预防性减轻内毒素所致的肺组织损伤程度,降低血清中IL-8、TNF- $\alpha$ 水平,对肺组织具有保护作用。同时,以骏丰频谱水作为益气化痰解毒复方溶媒,对中药复方抗炎和减轻肺损伤的预防及治疗效果均有一定的提高作用。急性肺损伤(ALI)/急性呼吸窘迫综合征(ARDS)是一种常见危重症,病死率极高,严重威胁重症患者的生命并影响其生存质量。ALI发展到最严重阶段即为ARDS。如2003年爆发的“非典”SARS导致患者死亡的主要原因即为ARDS;2015年出现的中东呼吸综合征MERS与SARS病毒同属冠状病毒,临床症状也非常相似,比如发热、咳嗽、气短,快速进展为ARDS。该研究发现大鼠在被诱导急性肺损伤之前,连续饮用频谱水一段时间,可以对肺损伤具有一定预防保护作用,提示日常饮用频谱水在一些导致肺损伤的呼吸系统疾病中可能对肺组织具有一定的预防保护作用。

骏丰频谱水治疗保健仪符合国家标准的水质制作成骏丰频谱水后,提高了电导率,电导率更接近于人体血浆电导率谱,更容易匹配吸收;增加了水中的含氧量;降低了水中氯仿含量;提高了水对无机物的溶解力。不含任何药物成分,对一些疾病能起到保健和辅助治疗的作用。将内喝骏丰频谱水和外照骏丰频谱治疗保健房(仪)综合应用起来协同治疗,形成“内喝外照”非药物自然疗法,治疗保健作用更加凸显。

对于运动员来说,竞技体操动作的高难度、准确性和稳定性要求具备良好的身体素质和稳定的心理素质,还要求在训练中要全身心投入,注意力高度集中,神经始终处于高度紧张状态。同时由于体操运动员初训时间短,训练年限长、竞争激烈、训练难度大等原因,导致运动员常年超负荷和向极限挑战,以至于绝大多数运动员都留下不同程度的伤病。而广东骏丰频谱股份有限公司与国家体育总局的合作研究表明,运动员使用骏丰频谱内喝外照非药物自然疗法可以改善红细胞流变特性,提高机体携氧能力,维持红细胞良好再生状态,保持机体更好的机能状态。对机体理化环境调节,糖代谢酶系活性调整,具有良好调整作用,可促进运动员机体恢复,提高机体对高负荷训练的承受能力,进而提高运动能力的提高。对中枢化学介质调节与脑功能状态改善具有显著作用,有效改善中枢神经系统疲劳状况。可提升睡眠质量,缓解运动员心理疲劳状态。这对于运动员来说都是具有积极意义的作用。此外,广东省体育总局科教处及广东省省重竞技中心的研究也表明骏丰频谱内喝外照非药物自然疗法具有同样的效果。

## 四、结语

随着中国社会老龄化,人们生活水平的提高,对健康的需求增加,随着科学技术的发展,人们的观念也不断更新。而康复医学的目的,在于能综合、协调地采用各种措施,预防、减轻或恢复患者身、心和社会功能障碍,使其活动能力和生活质量达到尽可能高的水平。为了满足人们的需求,新的物理治疗手段和方法不断更新。医学模式和当代医疗技术、方法都发生了根本性变化,已由过去的生物学医学模式转变为生物、心理的、社会的医学模式。医疗技术也在过去药物和手术刀治疗基础上,发展产生了物理治疗、免疫治疗、心理治疗等多种治疗技术和方法。

特别是随着医疗保健与家庭医疗保健设备的兴起,包括了家庭日常检测、监护、保健、治疗、康复、急救设备及家庭患者病理信息的通讯与传递系统。它不仅被用于术后病人、慢性病人、老年病患者的治疗和康复,而且被广泛用于社会与家庭的日常疾病预防、保健、康复治疗,功能恢复、健身以及生态环境的

改善等,用于提高和改善人们的生活质量和生存质量。可见康复治疗在提高人们身体健康水平,保障人们生活质量方面有着重要的意义,且有着广泛的应用前景。骏丰频谱“内喝外照”非药物自然疗法利用物理因子达到治疗保健作用,其产品作为医疗器械,安全可靠,无药物副作用,适于在家庭使用。这与国家“十三五”规划的建议,促进医疗资源向基层流动是一致的,为减轻社会医疗负担,提高人们生活质量有着重要的积极作用。

(本文作者单位系暨南大学附属第一医院康复制科)

### 参考文献

- [1] 乔志恒,范维铭等,物理治疗学全书,科学技术文献出版社,引论,P614—644
- [2] 曲进,水灵的生命,山西中医学院学报,2013,14(1)
- [3] 徐南图,生命之源:阳光、空气、水—水篇(一),心血管病防治知识,2012
- [4] 杨懿,水污染及对人体健康的影响,中国煤炭工业医学杂志,2009,12(9):1427—1428
- [5] 徐南图,生命之源:阳光、空气、水—阳光篇,心血管病防治知识,2012
- [6] 徐南图,生命之源:阳光、空气、水—空气篇(一),心血管病防治知识,2012
- [7] 包冉,空气负离子与人体健康,科学之友,2010
- [8] 邱慧艳,综合医院开展物理治疗的现状与对策,西部医学,2011年,第24卷,第8期
- [9] 齐丽晶,浅谈物理治疗设备的风险与对策,中国医疗器械信息,2011年
- [10] 陈旭,现代医学中物理治疗的综合概述,医疗装备,2007年,第5期
- [11] 吕晓宇,李鸣皋,远红外线生物学效应及其在组织修复中的临床应用,中国组织工程研究与临床康复,第13卷,第46期
- [12] 范广宏,任明伟,吴元德等,技术创新促红外线医疗保健作用凸显,科技日报. 2014年5月8日
- [13] 李冠芳,杨子彬,远红外线的生物学效应及其应用,天津医药,2007年,第35卷,第1期
- [14] 鹿小峰,生命体吸收的红外光的非热生物效应的研究,2001年,第30卷,第9期
- [15] 刘芳,内红外透法治疗系骨关节炎的临床研究,中国地方病防治杂志,2014,29(1):98
- [16] 岳峰,攀红,王秀静等,频谱房联合来氟米特、柳氮磺吡啶治疗强直性脊柱炎疗效观察,2014,8(8):135—136
- [17] 李复兴,水,是药还是毒? 中国市场出版社,2007,p83—87
- [18] 刘育英,赵秀梅,刘凤英等,频谱水对大鼠白细胞粘附和微循环的影响. 中华实用医药杂志,2002,2(6):489—490
- [19] 刘育英,韩岳,郑世荣等,频谱水对大鼠全血粘度和红细胞变形性的影响. 微循环学杂志,2003,13(1):23—24
- [20] 刘育英,赵秀梅,刘凤英等,频谱水对大鼠胃肠电位及蠕动功能的影响. 中国临床康复,2004,8(3):479—481
- [21] 封卓群,徐晓阳,潘红英等,超低频电磁场处理水对骨骼肌细胞糖脂代谢及线粒体功能的影响,中国组织工程研究,第19卷,第51期
- [22] 李雁,王双,李昕等,益气化痰解毒复方联合超低频电磁场处理水对内毒素诱发大鼠急性损伤的影响. 中医杂志,2016年(网络出版)

