



اسانس‌ها در رایحه درمانی بالینی:

بررسی جامع (بخش سوم)

ترجمه: دکتر شیرین کاوه

مدیر ارشد رگولاتوری و مسؤول فنی شرکت نائوس ایرانیان

۶. دستورالعمل تنظیم اسانس

اسانس‌ها به شکل رقیق شده در گیاهان معطر وجود دارند. اسانس‌ها ۱۰۰ برابر بیشتر در تقطیر از مواد گیاهی تغلیظ می‌شوند و آن‌ها را به مواد بسیار قوی تبدیل می‌کند. روغن‌های ضروری، که توسط سازمان غذا و داروی ایالات متحده (FDA) به‌عنوان مواد آرایشی طبقه‌بندی می‌شوند، تحت آزمایش‌های دقیق مورد نیاز برای داروها

قرار نمی‌گیرند و این امر نیاز به استفاده دقیق و آموزش مصرف‌کنندگان را برجسته می‌کند. اگرچه این روغن‌ها از منابع طبیعی مشتق شده‌اند، می‌توانند واکنش‌های نامطلوبی مانند درماتیت تماسی آلرژیک و اولیه، واکنش‌های فتوتوکسیک، سمیت دهان و سوزش چشم ایجاد کنند. استفاده موضعی خطر واکنش آلرژیک، تحریک موضعی و حساسیت به نور را بیشتر می‌کند، در حالی

آروماتراپی بسیار مهم می‌باشد. هر چند مقررات قانونی اسانس مکرراً از یک رویکرد سازمان یافته پیروی نکرده‌اند، مقامات بین‌المللی و ملی دستورالعمل‌های اساسی برای استفاده از آن‌ها ایجاد کرده‌اند. آژانس‌های مختلف استفاده از اسانس‌ها را در کشورها یا مناطق مختلف تنظیم می‌کنند. سازمان بهداشت جهانی (WHO) اولین مرجع نظارتی جهانی برای استفاده ایمن از روغن‌های ضروری می‌باشد. برای ایجاد و اجرای قوانین و طرح‌هایی که تضمین کننده استفاده ایمن از اسانس‌ها در مقیاس جهانی است، با دولت‌های مختلف ملی همکاری می‌کند. در این راستا، یک رویکرد سه جانبه توسط WHO برای کمک به کشورهای عضو در ترویج استفاده ایمن از محصولات مشتق شده از گیاهان و همچنین طب مکمل و جایگزین (CAM) اتخاذ شده است. اولاً، WHO یک پورتال آنلاین (پورتال اطلاعاتی داروهای ضروری و محصولات بهداشتی WHO) را مدیریت می‌کند که ایمنی محصولات گیاهی، از جمله روغن‌های ضروری را مورد بحث قرار می‌دهد. این پلتفرم که ماهانه به روز می‌شود دارای ۵۴۸۰ دارو و اقلام بهداشتی است. دوماً، تولید بهینه (GMP) برای داروهای گیاهی توسط WHO صادر شد. ثالثاً، سازمان جهانی بهداشت چهار جلد کتاب به نام «منوگراف‌های WHO در مورد گیاهان دارویی انتخابی» را برای ارابه داده‌های علمی در مورد کیفیت، قابلیت اطمینان و اثربخشی اسانس‌ها منتشر کرد.

که اگر به‌طور تصادفی با چشم و بینی تماس پیدا کند، ممکن است قرمزی و اشک ریزش / تحریک یا ناراحتی تنفسی رخ دهد. تماس مستقیم پوست، به ویژه با روغن‌های رقیق نشده، ممکن است منجر به خارش، بدتر شدن بشورات، نیاز به آزمایش چسب و رقیق شدن برای کاهش خطرات گردد. روغن‌های مرکبات، به‌ویژه، می‌توانند باعث سمیت نوری شوند، که منجر به آسیب بالقوه دائمی پوست هنگام قرار گرفتن در معرض نور خورشید می‌شود، که بر نیاز به احتیاط در هنگام استفاده تأکید می‌کند. مصرف خوراکی روغن‌های ضروری بدون توصیه تخصصی می‌تواند منجر به مشکلات سلامتی شدید، از جمله ناراحتی‌های گوارشی، افسردگی شود. علاوه بر این، تماس تصادفی با چشم‌ها می‌تواند باعث تحریک قابل توجه و سوختگی‌های شیمیایی گردد که نیاز به شستشوی فوری و کامل برای جلوگیری از آسیب دارد. نکته مهم دیگری که در حین کار روی ایمنی اسانس باید در نظر گرفت، این است که آن‌ها مانند هر روغن دیگری که ممکن است محصولات جانبی سمی یا محصولات نهایی تولید کند، مستعد تخریب اکسیداتیو می‌باشند. این ملاحظات بر اهمیت رقیق‌سازی مناسب، کاربرد و درک جامع از مشخصات ایمنی هر روغن برای اطمینان از استفاده مفید آن و در عین حال به حداقل رساندن آسیب احتمالی تأکید می‌کند. از این رو، مقررات اسانس‌ها و بخش

کرده است. بسیاری از کشورها نیز علاوه بر توصیه‌های این نهادهای نظارتی بین‌المللی، اقداماتی را برای کنترل استفاده از اسانس‌ها اتخاذ کرده‌اند.

در ایالات متحده آمریکا، اسانس‌ها توسط سازمان غذا و داروی آمریکا (FDA) بر اساس کاربرد مورد نظرشان، یعنی لوازم آرایشی، دارویی، لوازم خانگی و... تنظیم می‌شوند. FDA در مورد استفاده مورد نظر از یک محصول براساس متغیرهایی مانند وعده‌های داده شده در برچسب‌گذاری، در وب سایت‌ها و تبلیغات و همچنین آنچه که مصرف‌کنندگان پیش‌بینی می‌کنند، تصمیم می‌گیرد. یک محصول در صورتی آرایشی است که هدف آن تنها بهبود ظاهر افراد یا پاک‌سازی بدن آن‌ها باشد، به‌عنوان مثال، ادکلن، ژل دوش، عطر و غیره. مجوز FDA برای فروش لوازم آرایشی طبق قانون الزامی نیست. با این وجود، اگر FDA شواهدی داشته باشد مبنی بر این که یک محصول آرایشی هنگام استفاده طبق دستورالعمل برچسب، همان‌طور که مرسوم است یا انتظار می‌رود، ایمن نیست، یا اگر به درستی برچسب‌گذاری نشده باشد، FDA ممکن است اقدامات اجرایی انجام دهد. یک فرآورده دارویی است اگر برای کاربردهای درمانی مانند استفاده پیشگیرانه و درمانی باشد. به‌عنوان مثال، ادعاهای دارویی شامل این هستند که یک محصول اضطراب یا افسردگی را درمان می‌کند، درد را کاهش می‌دهد، عضلات را آرام می‌کند یا قولنج

سایر نهادهای نظارتی در سطح بین‌المللی عبارتند از: سازمان غذا و کشاورزی (FAO) سازمان ملل متحد، کمیسیون (CAC) FAO/WHO Codex Alimentarius و سازمان بین‌المللی استاندارد (ISO). قانون غذا و کشاورزی (FAOLEX)، انتشاراتی از فائو، حاوی جزئیاتی در مورد معاهدات، قوانین و مقررات مربوط به مواد غذایی، کشاورزی و منابع گیاهی از سراسر جهان است (سازمان، n.d.). کمیته مشترک تخصصی FAO/WHO در مورد افزودنی‌های غذایی (JECFA) توسط WHO و FAO با مأموریت ارزیابی ایمنی افزودنی‌های غذایی، از جمله اسانس‌ها، ایجاد شد. وب سایت کمیته امکان دسترسی به این اطلاعات را برای عموم مردم فراهم می‌کند. CAC، سرمایه‌گذاری مشترک دیگر WHO و FAO، مسوول ایجاد استانداردها، دستورالعمل‌ها، کدها و مقررات جهانی برای افزودنی‌های غذایی و مسوول نظارت بر اجرای برنامه استانداردهای غذایی مشترک (Fao-who, n.d.) FAO/WHO است. ایزو نمایندگان از کشورهای عضو خود را برای خدمت در کمیته‌های فنی که استانداردهای شناخته شده جهانی را ایجاد می‌کنند، منصوب می‌نماید. کمیته فنی ISO 54 با الزامات مقررات اسانس‌ها، به ویژه آن‌هایی که مربوط به خصوصیات، بسته‌بندی، برچسب‌گذاری و ذخیره‌سازی آن‌ها هستند، سروکار دارد. چند روش تجزیه و تحلیل و مشخصات اسانس را استاندارد

ایمنی یکسانی مطابقت داشته باشند. کمیسیون تجارت فدرال ادعاهای تبلیغاتی را کنترل می‌کند، در حالی که FDA بر پرچسب زدن داروها و لوازم آرایشی نظارت دارد. همه اسانس‌هایی که به‌طور کلی توسط FDA برای استفاده مورد نظرشان ایمن در نظر گرفته می‌شوند، در یک پلت‌فرم آنلاین که به روز می‌شود، فهرست شده‌اند (عنوان 21، بخش 182.20). عوارض نامطلوب یا مشکلات ناشی از هرگونه مواد آرایشی یا دارویی حاوی اسانس‌ها را می‌توان تحت اطلاعات ایمنی و برنامه گزارش عوارض نامطلوب ایجاد شده توسط FDA گزارش کرد.

در استرالیا، اداره فرآورده‌های درمانی (TGA) مقررات استفاده از اسانس‌ها و رایحه درمانی را تنظیم می‌کند. دستورالعمل‌های نظارتی برای اسانس‌ها و رایحه درمانی در دستورالعمل‌های تنظیم مقررات استرالیا برای داروهای مکمل، بخش ۴ - رایحه درمانی بیان شده است. TGA مقررات اسانس‌ها را بر اساس ادعاهای درمانی (تبصره 4.1) یا عنوان مواد اولیه (تبصره 4.2) تنظیم می‌کند. تبصره 4.1 بیان می‌دارد که «محصولاتی که حاوی روغن‌های ضروری هستند، در صورتی که برای استفاده درمانی در نظر گرفته شده باشند، باید در فهرست فرآورده‌های درمانی استرالیا (ARTG) فهرست یا ثبت شوند (به‌عنوان مثال، ادعاهای درمانی در مورد محصول مانند: «تسکین علایم قبل از قاعدگی» یا «تسکین بی‌خوابی»).

را تسکین می‌دهد. ادعاهای مشابهی گه‌گاه در زمینه مواردی مانند صابون، روغن ماساژ و لوسیون‌هایی که حاوی اسانس هستند و به‌عنوان «رایحه درمانی» تبلیغ می‌شوند، مطرح می‌گردد. هیچ محصول یا ماده‌ای از مقررات دارویی مستثنی نیست، فقط به این دلیل که حاوی عطر یا سایر مواد با منشاء گیاهی باشد. مجوز FDA برای اثربخشی و ایمنی طبق قانون برای فروش داروها در بازار الزامی است. محصولاتی که هم دارو و هم لوازم آرایشی هستند، باید الزامات مربوط به داروها و لوازم آرایشی را رعایت کنند. به‌عنوان مثال، یک اسانس که پوست را تمیز می‌کند و همچنین جوش‌ها را بهبود می‌بخشد یا یک لوسیون کودک که ادعا می‌کند پوست را مرطوب می‌کند و همچنین قولنج را کاهش می‌دهد.

کمیسیون ایمنی محصولات مصرفی (CPSC) محصولات عطری مانند شمع‌های معطر، خوشبوکننده‌های هوا و پاک‌کننده‌های خانگی را بررسی می‌کند. اسانس‌های گیاهی یا سایر مواد مؤثره، طبیعی و ارگانیک هستند، اما این بدان معنا نیست که آن‌ها لزوماً بی‌خطر می‌باشند. آن‌ها ممکن است در صورت استفاده موضعی تحریک کننده، حساسیت زا یا حتی سمی باشند. FDA مقرراتی برای لوازم آرایشی «ارگانیک» یا «طبیعی» تعریف نمی‌کند. با این حال، صرف نظر از منبع، همه لوازم آرایشی و مواد تشکیل دهنده آن‌ها باید با استانداردهای

۷. آزمایشات بالینی و ملاحظات

رایحه درمانی بالینی شامل استفاده از روغن‌های ضروری است که به دلیل خواص ضد اضطراب، ضد درد، ضد عفونی‌کنندگی و سایر خواص مفید برای کاهش علائم بیماران مشهور است. این روش اغلب به‌عنوان مکمل درمان‌های دارویی استفاده می‌شود و توسط متخصصان مراقبت‌های بهداشتی آموزش دیده در تکنیک‌های آروماتراپی توصیه می‌گردد.

اگرچه اثرات مثبت رایحه درمانی هم توسط بیماران و هم توسط ارائه دهندگان مراقبت‌های بهداشتی قابل تصدیق است، حکایتی منحصر به فرد برای ایجاد اعتبار در بین هم‌تایان، مقامات نظارتی و جامعه گسترده‌تر کافی نیست. پایبندی به اصول پزشکی مبتنی بر شواهد (EBM) می‌تواند به‌طور قابل توجهی اعتبار و پذیرش رایحه درمانی را افزایش دهد.

در سال‌های اخیر، افزایش قابل توجهی در تعداد پزشکان مراقبت‌های بهداشتی ایجاد شده که رایحه درمانی بالینی را در مداوای خود گنجانده‌اند. این روند با افزایش تعداد درخواست‌های کمک هزینه ارسال شده برای ترکیب چنین پروتکل‌هایی در محیط‌های مراقبت‌های بهداشتی مشهود است، که نشان‌دهنده علاقه روزافزون به ادغام آروماتراپی در قلمرو پزشکی یکپارچه است. علیرغم مزایای مشاهده شده برای بیماران، برخی

تصبره 4.2 بیان می‌کند که «اسانس‌هایی که صرفاً به‌عنوان مواد اولیه به متخصصان عرضه می‌شوند، عموماً از شرط گنجاندن در ARTG قبل از عرضه معاف هستند»، به‌عنوان مثال، برای روغن‌هایی که به قصد توزیع یا ترکیب شدن بعدی عرضه می‌شوند. همچنین بیان می‌کند که شرایط GMP برای اسانس‌هایی که برای استفاده به‌عنوان مواد خام برای تولید فرآورده‌های درمانی تولید می‌شوند، اعمال نمی‌گردد، اما سازندگان فرم دوز نهایی باید از شرایط GMP پیروی کنند (زیر بخش 4.2.2). (حمایت، ۲۰۱۱).

نظارت بر روغن‌های ضروری در کانادا، قانون غذا و دارو و مقررات محصولات بهداشتی طبیعی، توسط اداره محصولات بهداشتی طبیعی و بدون نسخه (NNHPD) تنظیم می‌شود. آژانس پزشکی اروپا تحت دستورالعمل EC/83/2001 و EC/24/2004 دستورالعمل‌های نظارتی را برای اسانس‌ها در اتحادیه اروپا ارائه می‌دهد. در هند، قانون داروها و لوازم آرایشی (D و C) در سال ۱۹۴۰ و قوانین سال ۱۹۴۵، بخش AYUSH دستورالعمل‌هایی را در مورد روغن‌های ضروری وضع کرده است. به‌طور کلی، دستورالعمل‌های نظارتی برای روغن‌های ضروری تضمین می‌کند که مصرف‌کنندگان به محصولات ایمن و موثر دسترسی دارند.

بنیاد گاتفوس مقاله سفید را با ملاحظات و دستورالعمل‌های کلیدی برای محققان با هدف کمک به شواهد ارزشمند در زمینه آروماتراپی بالینی تهیه کرد.

ملاحظات مربوط به آزمایشات بالینی آگاهانه در رایحه درمانی:

الف - پروتکل ترکیب شیمیایی دقیق: ارایه یک توصیف جامع از مشخصات آروماتراپی بسیار مهم است. این پروتکل شامل تعیین نام علمی، منشأ جغرافیایی، روش استخراج، ترکیب شیمیایی، تولیدکننده و تامین‌کننده و ترکیب دقیق اسانس‌های استفاده است. پروتکل‌های دقیق، تکرارپذیری را تضمین می‌کنند و مطالعات مقایسه‌ای و متاآنالیز را تسهیل می‌نمایند.

ب - انتخاب روش ارزیابی: تمایز بین مطالعات بالینی و پیش‌بالینی مهم است. هدف آزمایش‌های بالینی ارزیابی ارزش درمانی و ایمنی در انسان، با استفاده از روش‌هایی است که از مطالعات مشاهده‌ای تا کارآزمایی‌های تصادفی‌سازی و کنترل‌شده (RCTs) را شامل می‌شود. RCTs، به ویژه آزمایشات دوسوکور، استاندارد طلایی در نظر گرفته می‌شوند، اگرچه به دلیل ماهیت حسی مداخلات، اجرای آن‌ها با رایحه درمانی می‌تواند چالش برانگیز باشد.

ج - تطبیق طرح‌های روش‌شناختی: مداخلات غیردارویی مانند آروماتراپی نیاز

از سیاست‌گذاران به دلیل آشنایی ناکافی با آن و کمبود شواهد بالینی قوی، در تأیید این درمان مکمل مردد هستند.

این تردید تا حد زیادی به کاستی‌های روش‌شناختی مشاهده شده در مطالعات بالینی موجود در رایحه درمانی نسبت داده می‌شود. بررسی‌های سیستماتیک، مانند آن‌هایی که توسط شبکه‌های تحقیقاتی به خوبی مورد توجه قرار گرفته‌اند، اغلب نشان داده‌اند که شواهد ارایه شده توسط بسیاری مطالعات آروماتراپی با استناد به مسایلی مانند طراحی ناقص مطالعه، ارایه و قدرت آماری ناکافی، کیفیت پایینی دارد یا بی‌نتیجه است. به‌عنوان مثال، بررسی اخیر با هدف ارزیابی شواهدی که از استفاده از رایحه درمانی در پرستاری از سال ۲۰۰۵ حمایت می‌کند، تنها تعداد محدودی از مطالعات را شامل می‌شود. برای این که رایحه درمانی بالینی به‌عنوان یک درمان مکمل قابل اجرا مورد پذیرش و شناخت قرار گیرد، برای محققان و پزشکان بسیار مهم است که این محدودیت‌ها را در تلاش‌های تحقیقاتی بالینی خود بشناسند و آن‌ها را ارزیابی کنند.

انجام کارآزمایی‌های بالینی با کیفیت بالا در رایحه درمانی برای تعیین اثربخشی و ایمنی اسانس‌ها به‌عنوان درمان‌های مکمل بسیار مهم است. هیئت علمی

گزارش‌دهی تثبیت‌شده مانند استانداردهای تلفیقی گزارش کارآزمایی‌ها (CONSORT) ("شبكة EQUATOR" افزایش کیفیت و شفافیت تحقیقات سلامت"، n.d.) برای مداخلات گیاهی و گزارش شفاف برای مطالعات روغن‌های ضروری و عطر درمانی (TREATS) پیروی کنند که ابزاری برای ارزیابی کیفیت مطالعات منتشر شده‌اند.

و - تاکید بر مطالعات کیفی: با توجه به ماهیت ذهنی بسیاری از مزایای مرتبط با رایحه درمانی، تحقیقات کیفی نقش مهمی ایفا می‌کند. این رویکرد، که بر تجربیات و پیامدهای بیمار تمرکز دارد، مکمل متدولوژی‌های کمی است و می‌تواند طراحی مطالعات کمی هدفمندتر را ارائه دهد.

برای پیشرفت در تحقیقات آروماتراپی بالینی، توجه دقیق به نحوه انجام مطالعات، دقیق بودن در روش‌های تحقیق و همکاری با سایر محققان مهم است.

پیروی از این مراحل به ایجاد شواهد قوی کمک می‌کند که رایحه درمانی می‌تواند مکمل معتبری برای مراقبت‌های بهداشتی منظم باشد. به این ترتیب می‌توان آن را به‌عنوان یک درمان مکمل واقعی پذیرفت و استفاده کرد. نمونه‌هایی از مطالعات کارآزمایی بالینی را می‌توان در جدول (۶) مشاهده کرد.

به طرح‌های روش‌شناختی دارند که به‌طور سنتی برای ارزیابی داروها استفاده می‌شوند. این امر شامل رویکردهای عملگرایانه برای طراحی کارآزمایی است، با در نظر گرفتن این که آیا باید مداخله را با دارونما یا درمان دیگری براساس سؤال تحقیقی خاص مقایسه کرد.

د - انتخاب نقاط پایانی: انتخاب نقاط پایانی، چه کمی (نشانگرهای فیزیکی یا بیولوژیک قابل اندازه‌گیری) و چه کیفی (تجارب ذهنی بیمار)، اساسی است. استفاده از مقیاس‌ها و پرسشنامه‌های معتبر برای علایمی مانند درد، اضطراب و کیفیت بهبود شواهد را افزایش می‌دهند. بسیاری از مطالعات آروماتراپی از حجم نمونه کوچک رنج می‌برند که اهمیت آماری آن‌ها را کاهش می‌دهد. بنابراین، همکاری بین موسسات برای افزایش تعداد بیماران و استانداردسازی پروتکل‌ها می‌تواند قابلیت اطمینان نتایج را افزایش دهد. مطالعات چند مرکزی به ویژه برای شرایطی که برای درمان آروماتراپی مناسب هستند، توصیه می‌شوند.

ه - گزارش دقیق و تکرارپذیری: شایستگی علمی یک مطالعه به توانایی سایر محققان برای بازتولید نتایج آن بستگی دارد. این امر مستلزم گزارش واضح از شرایط مطالعه، از جمله توصیف دقیق اسانس‌ها و روش‌های تجویز مورد استفاده است. مطالعات باید از دستورالعمل‌های

جدول ۶ - کارآزمایی‌های بالینی روی اسانس‌ها در رایچه درمانی ضربهای

شماره NCT	اظهارات	سن	ثابت نام شده	فراورده	وضعیت
NCT05276505	قرص‌های رایچه درمانی و کنترل به بیماران مبتلا به سرطان پستان تجویز می‌شود. وضعیت اضطراب یا کمک مقیاس اضطراب حالت اسپیلیبرگر ارزیابی شد.	۱۸ تا ۸۵ سال	۱۵۰	قرص رایچه درمانی اسطوخودوس	وضعیت اضطراب سرطان پستان
NCT04840212	چوب‌های رایچه درمانی قبل از عمل جراحی و حتی بعد از ۷۲ ساعت جراحی برای تسهیل مدیریت درد در لباس بیمار قرار می‌گیرند.	۱۸ سال به بالا	۶۰۰	چسب رایچه درمانی اسطوخودوس و چوب معطر صنل	مدیریت درد
NCT05197569	می‌تواند به عنوان درمان مکمل در حفظ پارامترهای حیاتی و همودینامیک در بیمار COVID-19 استفاده شود. اقدامات فردی هنوز مورد مطالعه قرار نگرفته است.	۱۸ سال به بالا	۱۴۰	روغن اویشن	همکاری بیمار
NCT03445130	اسطوخودوس کانال کلسیم ولتاژدار را مهار می‌کند	۱۸ تا ۱۰۰ سال	۲۰۰	روغن اسطوخودوس روغن برگ میشلیا آلبا روغن بادام	اضطراب
NCT04798040	اثر قابل توجه در طیف وسیعی از دردها از جمله IUC، درد مزمن و کنترل درد زایمان، کمپرس سرد اسطوخودوس	۱۸ تا ۸۰ سال	۱۲۱	استنشاق روغن اسطوخودوس	جراحی بزرگ شکم
NCT01217424	بررسی تطبیقی رفلکسولوژی و رایچه درمانی. اندازه‌گیری شده توسط "مقیاس آنالوگ بصری (VAS)"	۱۸ تا ۱۲۰ سال	۱۰۰	روش رایچه درمانی و اسانس رفلکسولوژی	اثرات روانی-اجتماعی درد سرطان و درمان آن در تومور سخت نامشخص بزرگسالان، پروتکل خاص
NCT04819594	بررسی مدیریت علائم استرس شغلی در پرستاران	۱۸ سال به بالا	۳۱۹	قرص رایچه درمانی Elequil	استرس
NCT03130218	VAS در تشخیص احساس تهوع استفاده شد. برای هدف قرار دادن حالت تهوع و استفراغ ناشی از شیمی درمانی استفاده می‌شود.	۱۸ تا ۷۰ سال	۲۰۴	رایچه درمانی با روغن نعناع فلفلی	تهوع بعد از عمل در کاندید جراحی چاقی
NCT03583801	اتاق ریکآوری بیمار شامل ۲ قطره اسانس در کنار سر بیمار تا زمان ترخیص است. اضطراب توسط "مقیاس اضطراب قبل از عمل آمستردام (APAS)" ارزیابی می‌شود.	۱۸ تا ۹۰ سال	۲۹۴	رایچه درمانی بویایی	اضطراب
NCT04529395	ماساژ پا با اسانس هر ۸ ساعت یک بار با ۳ قطره برای هر پا انجام می‌شود.	۱۸ سال به بالا	۲۶۰	ترکیب اسانس‌ها یا روغن گیاهی زردآلو	هذیان در بخش مراقبت‌های ویژه
NCT05302583	هدف آن ارزیابی اثر استنشاقی رایچه درمانی در ثبت اختراعات HSCCT در روزهای اولیه است. هنوز برای بیماران کاربردی نشده است	۱۸ سال به بالا	۱۲۸	رایچه درمانی استنشاقی	درمان پریشانی در سرطان پیوند سلول‌های بنیادی خونساز با سرطان

جدول ۶ - کارآزمایی‌های بالینی روی اسانس‌ها در رایحه درمانی ضربه‌ای (ادامه)

شماره NCT	اظهارات	سن	ثبت نام شده	فراورده	وضعیت
NCT00754286	اثر بخشی مدیریت آروماتراپی برای عوارض جانبی مختلف مرتبط با شیمی درمانی مانند تهوع و استفراغ. هیچ نتیجه‌ای ارسال نشد	۷ تا ۲۱ سال	۱۳۳	عصای معطر رایحه درمانی	تومورهای مغزی، لوسمی سارکوم، نورویلاستوما لنفوم، بیماری هوچکین
NCT05622383	به مدیریت اضطراب، درد و ترس از مرگ در بیماران آنژیوگرافی عروق کرونر کمک می‌کند.	۱۸ تا ۷۵ سال	۱۲۰	رایحه درمانی، کنسرت، رایحه درمانی و موسیقی	اضطراب درد
NCT04882501	مدیریت حالت تهوع در بیماران VAS برای تشخیص احساس تهوع استفاده می‌شود.	۱۸ تا ۹۹ سال	۱۸۰	دسترس سریع رایحه درمانی	حالت تهوع، بعد از عمل
NCT05032664	هیچ راهنمایی روشنی در مطالعه شرح داده نشد.	۶۰ سال به بالا	۱۷۶	برنامه آروماتراپی خانگی	علایم رفتاری و روانی زوال عقل
NCT04237285	پرستاران روغن اسطوخودوس را در دقیقه اول و ۳۰ بعد از پانسمان افزودند که با دارونما مقایسه می‌شود. به کاهش احساس درد همراه با کاهش فشار خون، ضربان قلب و فشار متوسط شریانی کمک می‌کند.	۲ ماه تا ۷ سال	۱۰۸	رایحه درمانی استنشاقی	سوختگی
NCT02732379	تغییر در احساس تهوع و استفراغ پس از عمل به مدت ۲۴ ساعت ثبت شد. مقیاس توصیف کلامی (VBC) برای تشخیص حس استفاده شد.	۱۸ تا ۶۵ سال	۱۸۴	رایحه درمانی با اسطوخودوس، گل رز، زنجبیل	تهوع و استفراغ بعد از عمل
NCT03576170	مدیریت علائم BPSD با کمک رایحه درمانی بررسی تطبیقی بین لمس و بو در رایحه درمانی	۶۰ سال به بالا	۱۱۲	رایحه درمانی	زوال عقل
NCT03561844	بررسی تطبیقی بین لمس و بوی رایحه درمانی برای بررسی تغییر درد از مقیاس رتبه‌بندی عددی (NRS) استفاده شد.	۸۰ سال به بالا	۱۰۰	رایحه درمانی	درد مزمن
NCT03449511	مخلوط روغن زنجبیل، اسطوخودوس، پرتقال، جوجوبا در کاهش علائم ناشی از شیمی درمانی مانند مشکلات خواب، بی‌اشتهایی، اضطراب، استفراغ، خستگی، حالت تهوع و درد موثر است. درمان به مدت ۷ روز ادامه یافت.	۸ سال به بالا	۱۰۸	رایحه درمانی با زنجبیل، پرتقال، اسطوخودوس، جوجوبا	سرطان
NCT05599594	دردهای پیش از قاعدگی، هم از نظر روانی و هم از نظر جسمی توسط اسانس‌های مختلف مانند گل رز، مریم گلی، اسطوخودوس، ساردینیا برطرف می‌شود.	۱۸ تا ۳۰ سال	۱۲۰	رایحه درمانی	سندروم پیش از قاعدگی

جدول ۶ - کارآزمایی‌های بالینی روی اسانس‌ها در رایحه درمانی ضربه‌ای (ادامه)

شماره NCT	اظهارات	سن	ثبت نام شده	فراورده	وضعیت
NCT04767737	ترس یا فوبیا سوزن در بیماران دیابتی همراه با خاصیت ضد درد استفاده موضعی روغن اسطوخودوس، رفع می‌شود.	۱۸ سال به بالا	۱۸۰	رایحه درمانی موضعی اسطوخودوس، استعمال موضعی آب	درد در تزریق زیر جلدی
NCT04648215	مطالعه چهار روزه تأثیر خواب در طول بستری در بیمارستان را بررسی کرد. برای ارزیابی چرخه خواب بیمار از مقیاس خواب Snyder-Halpern و Verran استفاده شد.	۱۸ سال به بالا	۱۰۸	روغن اسطوخودوس روغن هسته انگور	بستری شده به خاطر خواب
NCT04848350	اسانس اسطوخودوس به کاهش سطح اضطراب در موج شوک بیماران سنگ شکنی کمک می‌کند. مشاهده شد که بیماران مبتلا به اضطراب درد بیشتری را تجربه کردند (که می‌توان آن را از طریق استنشاق نیز با اسطوخودوس کاهش داد).	۱۸ تا ۶۰ سال	۱۲۰	اسانس اسطوخودوس	درد، رایحه درمانی رویه‌ای اضطراب
NCT04549857	بیماران آرتری روماتوئید مشکل در کیفیت خواب، اختلالات روانی و کاهش درد را تجربه می‌کنند. مطالعه سعی می‌کند تأثیر ماساژ ۱۰ دقیقه‌ای با اسانس را به مدت سه بار در هفته به مدت سه هفته بررسی کند. درد توسط NRS بررسی شد، کیفیت خواب با کیفیت خواب پیش‌سورگ و استرس روانی با کمک مقیاس اضطراب و افسردگی بیمارستان تشخیص داده شد.	۲۰ سال به بالا	۱۰۲	رایحه درمانی	آرتری روماتوئید
NCT04822844	هیچ جزیاتی درج نشده است.	۱۸ سال به بالا	۲۰۰	اسانس اسطوخودوس اسانس زنجبیل	تهوع و استفراغ بعد از عمل (PONV)
NCT04156009	اضطراب قبل از جراحی می‌تواند مانع موفقیت درمان شود، روغن اسطوخودوس قبل از عمل ستون فقرات استفاده می‌شود.	۱۸ تا ۸۵ سال	۱۰۰	اسطوخودوس، فعال Elequil aromatabs® (#372) رایحه اسطوخودوس غیرفعال Elequil® (#372)	صدمات و اختلالات ستون فقرات کمر درد
NCT04478630	به بیماران آموزش داده شد که ۳ نوبت استنشاق اسانس سه بار در روز مصرف کنند و کاهش احساس تهوع و استفراغ به مدت ۲۴ ساعت (حاد) و ۷۲ ساعت (مزمن) مشاهده شد. برای بررسی احساس مربوطه از مقیاس ارزیابی علایم وابسته به حافظه استفاده شد.	۲۱ تا ۸۰ سال	۱۴۴	اسانس نعناع، اسانس زنجبیل یا عصاره خالص وانیل	تهوع استفراغ

جدول ۶ - کارآزمایی‌های بالینی روی اسانس‌ها در رایحه درمانی ضربه‌ای (ادامه)

شماره NCT	اظهارات	سن	ثبت نام شده	فراورده	وضعیت
NCT05164354	موسیقی و رایحه درمانی می‌تواند به کودکان کمک کند تا خواب بهتری داشته باشند و از این رو زمان کافی برای بهبودی و مبارزه با سرطان دارند. مطالعه تطبیقی بین رایحه درمانی و قرار گرفتن در معرض موسیقی در کودکان انجام شد	۱ ماه تا ۱۸ سال	۱۰۵	رایحه درمانی، کنسرت موسیقی	سرطان کودکان خواب
NCT01816360	رایحه درمانی گرگرفتگی را کاهش می‌دهد و اثربخشی درمانی با عوارض جانبی کمی در هنگام استنشاق دارد.	۴۵ تا ۶۰ سال	۱۰۸	رایحه درمانی یوبایی یوگا درمانی	گرگرفتگی یا تنگی
NCT04969900	سقط چنین قبل از ۱۰ هفته بر سلامت روان بیمار تأثیر می‌گذارد. روغن اسطوخودوس به رضایت بیمار کمک می‌کند و با مقیاس بررسی رضایت و بیهوشی اندازه‌گیری می‌شود.	۱۸ تا ۵۰ سال	۲۲۰	روغن اسطوخودوس	رضایت بیمار در جراحی سقط جنین درد بیهوشی
NCT05464602	لاپاراسکوپی کوله سیستکتومی بر کیفیت خواب و پارامترهای فیزیولوژیکی تأثیر منفی می‌گذارد که با تجویز روغن اسطوخودوس و شمع‌دانی قابل کاهش است. مقیاس خواب ریچارد کمبل برای جمع‌آوری اطلاعات از هر بیمار استفاده شد.	۱۸ سال به بالا	۱۵۰	اسانس اسطوخودوس، شمع‌دانی	رایحه درمانی کوله‌سیستکتومی
NCT02592044	اثر ضد اضطراب و ضد درد روغن اسطوخودوس در حین و بعد از PVC مشاهده شد.	۱۸ تا ۶۵ سال	۱۰۶	رایحه درمانی کاتولاسیون و ریدهای محیطی (PVC) با اسانس اسطوخودوس	درد
NCT01214304	تجربه هیجانی منفی و اضطراب در بیماران تحت غربالگری سرطان دهانه رحم مشاهده شد. روغن اسطوخودوس وضعیت روانی را پس از کولیوسکوپی بهبود می‌بخشد.	۱۸ سال به بالا	۲۶۲	اسانس اسطوخودوس رایحه اسطوخودوس	کولیوسکوپی

۸. نتیجه‌گیری

این بررسی جامع، دنیای چند وجهی رایحه درمانی و استفاده آن از روغن‌های ضروری را برای افزایش رفاه کلی نشان می‌دهد. این مقاله با آمیختن دانش تاریخی با تحقیقات معاصر، بر تجدید علاقه

به اسانس‌ها به‌عنوان ابزارهای درمانی ارزشمند در مراقبت‌های بهداشتی مدرن تأکید می‌کند. بررسی روش‌های مختلف استخراج و تأثیر آن‌ها بر خواص اسانس، اهمیت کیفیت و خلوص را در دستیابی به اثرات درمانی مطلوب نشان می‌دهد. استانداردسازی و

که درمان‌های مکمل به رسمیت شناخته می‌شوند، این بررسی مشوق تحقیقات بالینی بیشتری است تا از پتانسیل کامل اسانس‌ها در ارتباط با شیوه‌های پزشکی معتبر استفاده شود.

این بررسی به‌عنوان یک منبع ارزشمند برای پزشکان، محققان و علاقه‌مندان که به دنبال کاوش در دنیای رایحه درمانی و روغن‌های ضروری هستند، عمل می‌کند. با ادغام دانش سنتی و شواهد علمی مدرن، از ترکیب مسؤوولانه و مبتنی بر شواهد اسانس‌ها در اقدامات مراقبت‌های بهداشتی حمایت می‌کند و وضعیت آن‌ها را به‌عنوان داروهای طبیعی و قوی برای طیف گسترده‌ای از بیماری‌ها تقویت می‌کند. همان‌طور که ما به ارائه مزایای درمانی روغن‌های ضروری ادامه می‌دهیم، ادغام آن‌ها در مراقبت‌های بهداشتی اصلی ممکن است نویدبخش عصر جدیدی از رفاه کل نگر و افزایش مراقبت از بیمار باشد.

صدور گواهینامه به‌عنوان عوامل اساسی در تضمین استفاده ایمن و مؤثر ظاهر می‌شوند. ارزیابی جامع اثرات درمانی اسانس پتانسیل آن‌ها را در رسیدگی به طیف وسیعی از شرایط سلامت نشان می‌دهد و مزایای امیدوارکننده‌ای مانند اثرات ضد میکروبی، ضد درد، ضد اضطراب، ضد التهابی و غیره را ارائه می‌دهد. کارآزمایی‌های بالینی و مطالعات پیش‌بالینی شواهد قابل توجهی برای حمایت از اثربخشی آن‌ها در کاربردهای فیزیکی و روان‌شناختی ارائه می‌کنند. اهمیت اساسی ملاحظات ایمنی هنگام استفاده از روغن‌های ضروری مورد تأکید قرار می‌گیرد و این بررسی به اثرات نامطلوب و موارد منع مصرف می‌پردازد. با تشریح بهترین شیوه‌ها، هدف آن ترویج استفاده مسؤوولانه و جلوگیری از عواقب ناخواسته است.

علاقه روزافزون به ادغام اسانس‌ها با طب سنتی، ارزش رویکردهای بهداشتی مشترک را برجسته می‌سازد. همان‌طور

منابع

Vora LK, Gholap AD, Hatvate NT, Naren P. Essential oils for clinical aromatherapy: A comprehensive review. *J Ethnopharmacology* 2024;330: 118180