

中医药膳与特膳食品产业融合发展思辨

Discussion on the integrated development of Chinese medicine diet and foods for special dietary industry

李 玲¹ 夏新斌^{1,2} 周良荣¹

LI Ling¹ XIA Xin-bin^{1,2} ZHOU Liang-rong¹

(1. 湖南中医药大学人文与管理学院, 湖南 长沙 410208;

2. 湖南省药食同源功能性食品工程技术研究中心, 湖南 长沙 410208)

(1. School of Humanities and Management, Hunan University of Chinese Medicine, Changsha, Hunan 410208, China; 2. Hunan Province Medicine & Food Homologous Functional Food Engineering Technology Research Center, Changsha, Hunan 410208, China)

摘要:中医药膳与特膳食品一样,均能为特定人群系统地提供特殊或针对性的生理物质与营养成分,从而改善特定人群的营养基础代谢,减少不必要的代谢负担。文章提出在健康中国战略背景下加强特膳食品与中医药膳产业融合发展的必要性及发展的瓶颈,并指出两者融合发展的有效路径。

关键词:特膳;中医药膳;治未病;产业融合

Abstract: Chinese medical diet, like foods for special dietary uses, can provide special or targeted physiological substances and nutrients for specific groups with scientific methods, so as to improve the basic nutrition metabolism of specific groups and reduce unnecessary metabolic burden. This article suggests that the traditional Chinese medicine diet with national characteristics and a long history should be integrated with the special diet food industry, so as to promote the rapid growth of the special diet industry with Chinese characteristics and enhance the international competitiveness of China's special diet food.

Keywords: foods for special dietary; Chinese medicine diet; preventive treatment of disease; industry convergence

特殊膳食用食品(简称特膳食品)是与普通食品不同的一个食品类别,其针对的是特定人群的特殊营养需求,因而又称为定向性食品,学术上称为特殊适应性食

品^[1-2]。特膳食品是近年全球食品工业领域新兴的一个产业,全球的市场销售额已逾千亿美元,吸引了许多国家和地区投入巨大的人力、物力在此领域进行研发和生产。据预测^[3],未来十年,特膳食品的全球市场份额将以每年10%的速度增长,远超其他食品年均2%的增长速度。

中医药膳是以中药和食物为主要原料,以中国传统医学为理论基础,以中国烹饪工艺为基本手段,以养生健身、防病治病为根本目的的食品^[4]。中医药膳是中华民族的宝贵文化遗产,作为传统中医学的重要组成部分,数千年来以其方便、有效、价廉、可口而广为流传,深受社会各个阶层喜爱,并为中华民族的健康与繁衍作出了不可磨灭的贡献。但是,随着近代西方医学的普及与发展,独立于西方科学实证性体系之外的中医药体系难以用有限的现代科技手段进行验证或阐释。自五四运动以来传统中医不断受到冲击和污名化,再加上现行食品及保健食品管理政策的限制,导致传统中医药膳产业生存环境劣化,与目前蓬勃发展的特膳食品产业相比,中医药膳的发展严重滞后,与中国庞大的食品产业规模极不相称。

随着经济的发展,以健康养生、精准营养为主的大健康产业受到了政府、科学界和普罗大众的重视。全球特膳食品(含特医食品)产业横空出世并展现出极其广阔的前景,但作为全球最大的食品消费国与生产国,中国在全球特膳食品产业中的份额很小。将极具民族性与历史积淀的中医药膳与特膳食品产业进行融合发展,以促进具有中国特色的特膳产业的快速壮大,提升中国特膳食品的国际竞争力,应引起相关部门的重视及相关产业企业与科研人员越来越多的关注。

基金项目:中央引导地方科技发展专项(编号:2019XF5062);湖南省社科基金决策咨询重大专项(编号:16JCA004)

作者简介:李玲,女,湖南中医药大学讲师,博士研究生。

通信作者:周良荣(1963—),男,湖南中医药大学教授,博士生导师,博士。E-mail: zlr966@sina.com

收稿日期:2019-06-30

1 特膳食品的定义及其特殊属性

1.1 特膳食品的定义

目前,包括国际食品法典委员会、美国、欧盟及中国等都在不断地修订及完善对特膳食品的定义。

(1) 国际食品法典委员会:特膳食品是指特殊加工或配方,满足由于特定身体或生理状态下和/或特定疾病和紊乱时的特殊膳食需求的食品^[5]。

(2) 美国:特膳食品是指任何特定用途(区别于一般)的食品都是特殊膳食用,不管这种食物是否可以用于一般人群,如:① 满足因身体、生理、病理或其他条件下的特殊饮食需要,包括但不限于疾病、妊娠、哺乳、食物过敏、低体重和超重;② 满足特殊年龄的特殊膳食需求,包括但不限于婴儿和儿童;③ 补充或强化普通膳食中的维生素、矿物质或其他膳食属性^[5]。

(3) 欧盟:特膳食品是指由于其特殊的成分或制造工艺而与普通消费的食品明显不同的食品,这类产品应符合其声称的营养目的且在销售时标明其适用性^[5]。

(4) 中国:GB 13432—2013《食品安全国家标准 预包装特殊膳食用食品标签》中将特膳食品定义为满足特殊的身体或生理状况和(或)满足疾病、紊乱等状态下的特殊膳食需求,专门加工或配方的食品。这类食品的营养素和(或)其他营养成分的含量与可类比的普通食品有显著不同,包括婴幼儿配方食品、婴幼儿辅助食品、特殊医学用途配方食品(特殊医学用途婴儿配方食品涉及的品种除外)和其他特殊膳食用食品(包括辅食营养补充品、运动营养食品,以及其他具有相应国家标准的特殊膳食用食品)四类^[1]。

1.2 特膳食品的特殊属性

尽管各个国家和地区对特膳食品的具体定义有所不同,但均体现出了特膳食品的针对性、多样性、系统性及安全性等特殊属性。

(1) 针对性:特膳食品是为了满足特殊身体或生理状况,或满足疾病、紊乱而专门加工或配方的食品。即根据特殊人群的生理和病理状态,针对性地确定其生理和营养需要^[5]。

(2) 多样性:平衡营养是改善衰弱状态和慢性疾病的重要条件,而食物种类多样、数量合理,是平衡营养的基础^[6]。特膳食品在针对性基础上多样化营养,通过平衡营养来改善特殊人群的生理和病理状态,而且特膳食品的生理与营养成分的来源广泛且多样。

(3) 系统性:即建立在针对性及多样性基础上的系统性营养,特膳食品的生理与营养成分,是通过特殊的工艺科学配比来弱化或去除某些无益或有害成分,强化或添加某些关键或有益成分,并进行科学系统的定量配比。

(4) 安全性:相对于保健食品、普通食品,特膳食品具

有更高的生物利用度和安全性,即代谢负担低,生化指标更严格、没有毒副作用。

2 中医药膳的定义及其特殊属性

2.1 中医药膳的定义

中华民族素有饮食养生的传统。早在 3 000 多年前,中国的先祖们就已经认识到饮食与人体健康的密切关系。中国最早的药理学专著《神农本草经》,共收载有“轻身延年”功效的药用食物约 50 种。中国第一部食疗学专著《食疗本草》,汇食物与中药于一体,详细记录了 241 种食物的性味和保健功效,以及各自独特的加工与烹调方法,甚至偏食、过食可能导致的副作用,说明古人对食物的药用价值已经给予重视和肯定。

中医药膳是现代“药食同源”的起源、肇始,在中药学看来,绝大多数食品都具有调节人体机能(代谢)的功能。中医经典著作《黄帝内经》中共有 13 首方剂,其中有 8 首属于药食并用的方剂。如《素问·脏气法时论篇》提出“五谷为养、五果为助、五畜为益、五蔬为充、气味合而服之、以补精益气”^[7]。就是要求将多种动、植物食物互相配合,综合运用,取长补短,充分发挥饮食营养对人体的积极影响功效,最终达到调整人体机能的治愈目的。

早在西周时代,中国就拥有了丰富的药膳知识和食疗原则。据成书于战国时期(公元前 475 年—公元前 221 年)的《周礼·天官》记载,早在周代宫廷中就设置有“食医、疾医、疡医、兽医”4 种医官,食医居首,专职从事宫廷中药膳炮制与运用,其职责是“掌和王之六食、六饮、六膳、百馐、百酱、八珍之齐。”可见,食医所从事的工作与现代医院营养科医生所从事的工作类似。该书中还涉及了一些有关食疗的内容,如用“五味、五谷、五药养其病”“以酸养骨,以辛养筋,以咸养脉,以苦养气,以甘养肉,以滑养窍”等,这些主张都是极为成熟的食疗原则。

“药膳”一词最早出现在《后汉书·列女传》中的“母亲调药膳恩情笃密”的记载,其发展脉络可概括为:形成于秦汉,发展于晋唐,兴盛于宋元,成熟于明清^[8-9]。

根据传统中医药膳理论,结合现代中医药膳的进化,可以将中医药膳定义为:在中医学、烹饪学和营养学理论指导下,针对不同中医人体类型的生理需求,将不同中药或具有药用价值的食物进行合理的配伍,并采用传统炮制方法或现代科学加工技术进行研制的具有独特色、香、味、形、效的食品。

2.2 中医药膳的独特思想

中医药膳将药物与食物融为一体,取药物之性,用食物之味,食借药力,药助食功,相得益彰。同时,中医药膳体现出了治未病、辨证施膳、整体观念及民族性等独特思想。

(1) 治未病:“治未病”是早在《黄帝内经》中就提出来

的防病养生谋略:“不治已病治未病”,包括未病先防、已病防变、已变防渐等多个方面的内容。治未病至少包含3种意义:一是防病于未然,强调摄生,预防疾病的发生;二是既病之后防其传变,强调早期诊断和早期治疗,及时控制疾病的发展演变;三是愈后防止复发及后遗症^[10]。这里的“未病”包含了“未病先防”与“亚健康状态”,当前疾病医学逐渐出现向健康医学转变的趋势,医学关注的对象也正在从“已病”人群逐渐向“未病”人群扩展^[11]。

(2) 辨证施膳:体现出因人施膳、因地施膳、因时施膳、因病施膳等方面,即根据不同的人群、地域、季节和疾病的特殊性制定个性化、全面化的药膳指导方案。

(3) 整体观念:以中医的阴阳五行、脏腑理论、中药药性及配伍等理论为指导来配制的中医用膳,长期以来,已形成了一套较为系统的理论体系。

(4) 民族性:不同民族都有着其独特的传统养生经验,中华民族素以其博大精深的饮食养生传统文化而闻名世界,许多食疗药膳的方法得以传承至今并为大众推崇,据不完全统计,至今流传较广的相关药膳著作共计311余部。

总而言之,中医药膳是一门不断实践、总结、完善、发展的科学,其功效至少是经过上百年的食用历程筛选,已被数以千万计人群食用及验证,被广泛认可而形成的食用习惯^[12]。

3 特膳食品与中医药膳产业融合发展的必要性

3.1 相似的产业发展理念

特膳食品的针对性、多样性及系统性的特殊属性与中医药膳的辨证施膳、整体观念、民族性及治未病的独特思想是非常相似的,均体现出“多元、天然、活性、安全、益生及营养”的客观属性,均能够为特定人群,系统定量地提供特殊或针对性的生理物质与营养成分^[13]。从而改善特定人群的营养基础代谢,减少不必要的代谢负担,使人体能够更安全、更确切、更完整地消化、吸收和利用所需生理营养。即在保证高水准和安全的生物利用价值的前提下,获得丰富而具特殊指向性的营养价值和生理功能价值^[14]。

3.2 相互补充的功效成分

尽管现代科学技术已经证明了相当多食品原料中含有的一些活性成分具备调节人体机能(代谢)的功能,但还有许多被现代西方医学认为是普通食品的物质,中医却发掘了其的药用功效。

同时,许多现代科学技术认定的普通食品,中医却发现并不适合所有人群。例如,燥热体感人群不适于使用羊肉,寒症人群不宜食用绿豆、苦瓜等。再例如,现代食

品营养学推崇的通过水果补充人体维生素、果糖、膳食纤维等,对一般人群没有太多的摄入限制,而中医则发现不是所有的水果适合大量摄入,比如荔枝摄入过多会“上火”,尽管“上火”的机理还有待于研究,但是荔枝食用过量引起的“口舌生疮”“体内血液毒素水平上升”确是不容置疑的现象。而且药膳中使用的中药多为应用历史悠久、疗效显著且安全的常用品种,近年来关于这些中药的活性成分和药理作用的相关机制已逐渐被阐明^[15-16],越来越多的中药材被列入“药食同源”名单。

3.3 相互补充的治疗方式

在临床疾病的调理和治疗过程中,应用中医药膳理念,针对性地为每一位患者提供合理的食疗药膳,可以更好地为临床营养服务。如,临床上绝大部分药剂口感苦涩异味,而病患者往往胃纳低下、食欲不振,长期服药痛苦不堪。而中医药膳多为药食结合,注重食材性味的选择与搭配,以传统烹饪为基础,经独特的炮制与加工,不仅去除或掩盖了食材中的不良风味,而且能充分发挥食材的功效成分,病患者乐于接受并长时间服用。

3.4 传承的民族文化

中医药膳是在传统的中医理论指导下,通过食物或配合药物,以食借药力、药助食威,进行养生保健和防病治病的一门古老而新兴的学科^[17]。该学科被国际医学界誉为“人类药理学的原始资料”,它不仅可以防病于未然,又可强身健体,作为中华民族的珍贵文化遗产而备受推崇。同时,中医药膳具有的独特养生经验、历史和资源优势也为发展具有中国民族特色的特膳食品产业提供了素材。

4 产业融合发展的路径瓶颈

(1) 现代科学技术手段的缺乏,导致对中医以及中医药膳的误解,认识不深入。用西方的解剖学难以解释传统中医。

(2) 中国政府在食品安全监管及认证机构人员组成中中医药人才匮乏,由长期接受西方医学或基于西方医学、营养学的专家主导行业,难免忽视中国传统中医文化。在制定食品安全管理制度或特膳、保健食品认证制度过程中,国家中医药管理局的参与度过低,严重削弱了源远流长的传统中医文化的传承与发展。

(3) 对保健品及特膳的认证遵循现代医学中的毒理学和营养学手段,侧重某一独立元素或成分的功效验证。实际上,近年来的食品科学、药学的基础研究中也开始意识到不同成分之间的相互影响。中医的“五行学说”不仅注重不同药物之间“五行生克”辩证配伍,还注意到环境、季节等外界因素对人体的影响,而且中医中药尤其是中医药膳食品是经过数百年乃至数千年无数前人食用并确证了的,已被民间广泛认可并一直食用至今。其临床验

证时间和人数岂是现代特膳验证方法可比拟的?

(4) 对传统中医药膳的认识不足。一是无数例中医药膳调理人体机能甚至治疗疾病的成功案例,以及近年来各地方兴未艾的食疗产业,都被有意或无意忽视,明显违背科学精神。二是中医药膳食品其适口性甚至作为美食的载体,是其他特膳所不具备的优点。三是国内外对特膳的规范主要注重其配方的组分和组成,极少有对加工过程、工艺条件的要求。而药膳作为一种特殊的食品,在烹制方法上也有其特点,除了一般的食品烹制方法外,还要根据中药炮制理论来进行原料的处理。四是传统中医药膳食品有着极其广泛的民间基础和认知,其产品的市场推广将明显易于新开发的那些特膳产品,是将中医药膳食品快速融入特膳产业、壮大中国特膳行业极为有利的基础条件。

5 产业融合发展的路径

(1) 组织中国知名中医专家从现有的传统药膳方剂中筛选公认、临床验证过的、无毒副作用、有显著养生或治疗作用的药膳方剂,并针对这些方剂制定原材料标准、炮制工艺标准。同时,允许其直接作为特膳食品进行生产及销售。药膳使用者要求经中医四诊诊断后,由中医师开具药膳配方。严格药膳食用的剂量和使用时间。

(2) 借助现代毒理学、药理学、营养学,以及生物膜技术、超临界萃取、超微粉碎等高新技术以及先进的剂型及辅料技术,引进现代分析、现代信息技术等手段,促进中医药膳产业的现代化^[18],实现中医药膳“食疗”的实用目标。

(3) 在各级食品安全机构、相关药膳评审委员会中增加资深中医学专家委员,尤其是中西医结合的跨界专家的介入,可以增强中医中药界在特膳产业中的话语权。

(4) 设立专项基金,鼓励西医、中医及食品科学家联合组建团队开展中医药膳的基础研究及临床应用研究的工作。例如,可以在医院食堂设置药膳灶,可以科室病房药膳食疗灶为重点,通过药膳食疗调理患者的体质,配合临床治疗,来提高疾病的治愈率,在临床上充分发挥作用。

参考文献

- [1] 中华人民共和国国家卫生和计划生育委员会. 预包装特殊膳食用食品标签[EB/OL]. (2014-05-02)[2019-03-15]. www.nhfp.gov.cn.
- [2] 中华人民共和国国家卫生健康委员会. 解读《解读中国防治慢性病中长期规划(2017~2025 年)》[EB/OL]. (2017-02-08)[2019-03-10]. www.nhfp.gov.cn.
- [3] 特膳食品产业潜力初现技术含量亟待提高[EB/OL]. (2010-07-08) [2019-03-10]. http://www.foods1.com/news/947898.
- [4] 钱姝静,徐建云.“上医治未病”在大健康时代中的学脉传承

与实践开新[J]. 中国中医基础医学杂志, 2018, 24(3): 337-338.

- [5] 韩军花. 中国特殊膳食用食品标准体系建设[J]. 中国食品卫生杂志, 2016, 28(1): 1-5.
- [6] 朱佳妮,张振宇,杨帆,等. 老年住院人膳食多样人与营养状况的关系[J]. 肠外与肠内营养, 2018, 25(3): 142-146.
- [7] 单峰,黄璐琦,郭娟,等. 药食同源的历史和发展概况[J]. 生命科学, 2015, 27(8): 1 061-1 069.
- [8] 安宜沛. 慢性心衰患者膳食现况调查及中医药膳调养研究[D]. 广州: 广州中医药大学, 2015: 4.
- [9] 龚光明,刘桢,张翕宇,等. 基于“治未病”理论以药膳馒头为主综合干预糖尿病前期的临床观察[J]. 成都中医药大学学报, 2018, 41(2): 25-28.
- [10] 赵军宁,华桦,杨安东,等. 广义中药学概论: 从中医“治未病”到中药大健康产业[J]. 中国中药杂志, 2018, 43(21): 4 177-4 181.
- [11] 王达,王雪翎,陈宝贵. 浅谈药膳食材按体质分类的具体方法[J]. 天津中医药, 2011, 28(1): 54-55.
- [12] 韩军花. 中国特殊膳食用食品标准体系建设[J]. 中国食品卫生杂志, 2016, 28(1): 1-5.
- [13] 徐瑞平,吴海磊,徐兴大. 特殊膳食用食品与保健食品的认知行为调查分析[J]. 旅行医学科学, 2011(1): 38-41.
- [14] 袁丽华,许静,仇锦春. 个体化肠外营养治疗中儿科临床药师的作用[J]. 实用药物与临床, 2018, 21(8): 940-943.
- [15] KAISER M J, BAUER J M, RAMSCH C, et al. Frequency of malnutrition in older adults: a multinational perspective using the mini nutritional assessment [J]. J Am Geriatr Soc, 2010, 58(9): 1 734-1 738.
- [16] 夏新斌,杨勇,吴玉冰,等. 中医药膳食品认证管理现状探讨[J]. 食品与机械, 2018, 34(8): 207-210.
- [17] 姚菊峰,郭艳,董怡,等. 中医食疗的研究进展[J]. 解放军护理杂志, 2012(3): 38-39, 59.
- [18] 郑帅,郑艳,刘张林. 中国药膳的发展与思考[J]. 现代药物与临床, 2009, 24(2): 95-97.

(上接第 150 页)

- [12] ARABOSSE P, RODIER E, FERRASSE J H, et al. Comparison between static and dynamic methods for sorption isotherm measurements[J]. Drying technology, 2003, 21(3): 479-497.
- [13] BARTON G. The mathematics of diffusion 2nd edn[J]. Physics Bulletin, 1975, 26(11): 500-501.
- [14] GUILLARD V, BROYART B, BONAZZI C, et al. Moisture diffusivity in sponge cake as related to porous structure evaluation and moisture content [J]. Journal of Food Science, 2003, 68(2): 555-562.
- [15] 程学雨,钱奕含,卢立新. 米威化饼干二组分食品的等温吸湿特性及模型表征[J]. 食品与机械, 2019, 35(5): 144-148.