

药食同源产品开发和策略研究

王玉梅

邢台医学高等专科学校

DOI:10.12238/fcmr.v6i3.9250

[摘要] 社会高速发展,人民的生活节奏加快,人群中处于亚健康状态者日益增多,药食同源类产品广受人们关注。本文通过分析我国药食同源类物质相关产品的开发和应用现状,并结合相关文献资源、政策法规及公开数据,提出药食同源类产品开发和策略,以期药食同源产业发展和药食同源产品的开发和研究提供参考。

[关键词] 药食同源; 中药; 开发应用; 策略

中图分类号: R286 文献标识码: A

Development and application strategy study of drug and food homologous products

Yumei Wang

Xingtai Medical College

[Abstract] With the rapid development of society, the pace of people's life is accelerated, the number of people in the sub-health state is increasing, and the medicine and food homologous products are widely concerned. This paper analyzes the development and application status of medicine and food homologous substances related products in China, combined with relevant literature resources, policies and regulations and public data, and proposes the development and application strategy of medicine and food homologous products, in order to provide reference for the development of medicine and food homologous industry and the development and research of medicine and food homologous products.

[Key words] medicine and food; Chinese medicine; development and application; strategy

中国人从古至今都非常重视饮食,随着人们生活水平的不断提高,对于食物的营养保健功能愈加重视。为了充分发挥我国中医药优势,更好地传承“药食同源”理念,开发创新药食同源产品,本文基于相关资料的整理与分析,总结药食同源类物质相关产品开发和应用现状,探讨药食同源类产品开发和策略。

1 药食同源物质的定义

“药食同源”物质是指既是食品又是中药材的物质。2021年,国家卫健委制定并发布了《按照传统既是食品又是中药材的物质目录管理规定》,明确了食药物质的定义和范围,目前名单中包括人参、肉苁蓉、黄芪、甘草等110种中药材,均按照食药物质管理。药食同源类产品是指主要以药食同源物质为主要原料,运用现代化制剂技术和食品生产加工技术研发和生产的相关产品,主要包括:保健食品、功能食品、普通食品、食品添加剂和日化用品等。

2 药食同源物质的应用

2.1 药食同源物质在保健食品中的应用

食疗是“药食同源”理念的核心内容之一。在古典书籍《黄

帝内经》、《备急千金要方》和《饮膳正要》中都有着相关内容的记载。从中医角度上讲食疗可以通过饮食来调整个人身体状况,使之达到阴平阳秘的平衡状态,保持身体健康^[1]。随着我国社会经济的发展,许多医药和食品生产加工企业也逐渐认识到了药食同源物质预防疾病、促进健康的功能,将药食同源物质与现在科学技术相结合,研发出多种具有保健功能的药食同源类产品。如中药枸杞子口感较好并且食用方便,因此在我国有着悠久的食用和药用历史。人们食用时可将其煮粥、煲汤、泡水喝或者直接嚼服。据研究资料显示,截止2023年,我国市场监督管理总局共收录以枸杞子为原料的保健食品有1711种,其保健品功能多集中在调节免疫、抗疲劳、延缓衰老(抗衰老)、辅助降血糖和缓解视力疲劳等方面^[2]。药食同源物质人参为我国传统的名贵中药材,具有大补元气,复脉固脱,补脾益肺,生津止渴,安神益智的功效。药理研究表明其具有增强免疫力、降血糖、改善睡眠和抗衰老等作用。研究学者余晗将人参作为原料药材,分离纯化出人参皂苷用来制备人参总皂苷胶囊,可以达到抗疲劳的保健作用^[3]。

2.2 药食同源物质在功能食品中的应用

药食同源类功能食品与保健食品相似,也是“药食同源”理念的重要体现。既传承和发扬了我国“药食同源”的传统文化,也改善了国民的营养健康状况。药食同源类功能性食品添加了特定的药食同源类物质成分,可以增强营养价值或改善口感。段晨晨等综述了药食同源类中药多糖在改善免疫功能、抗氧化、抗衰老、调节血糖和调节血脂等方面的药理作用机制,为以药食同源类中药多糖为天然原料研发功能性食品提供了理论依据^[4]。胡柿红等针对脾胃虚弱、肝气不舒人群,以佛手、山楂、茯苓和山药等为主要原料,研制了一款复合发酵型饮料。该饮料色泽均匀、口感酸甜爽口,制备工艺可操作性强,为研发药食同源类复合型饮料提供了参考^[5]。

2.3 药食同源物质在普通食品中的应用

药食同源类食品将传统中医理论与现代营养学相结合,以普通食品形态为载体,通过科学的加工方法和严谨制备工艺,将药食同源类中药的有效成分和营养物质应用于食品制作中。在确保食品保持美味的同时,又具备一定的药用价值。如山楂酥、八珍糕、山药薯片、芝麻丸等吸引了很多消费者购买。以药食同源物质制作而成的食品是我国食品工业健康转型的一个重要发展方向^[6]。

2.4 药食同源物质在食品添加剂和日化用品中的应用

药食同源物质在食品添加剂和日化用品中也有应用。如作为食品香料使用的小茴香、花椒和肉桂,作为甜味剂使用的甘草、罗汉果,牙膏中添加的薄荷、金银花,洗发水中添加的人参、五味子、当归和桔梗,护肤品中的芦荟、红花等均属于药食同源物质。

3 药食同源产品、产业存在的问题

目前我国药食同源类相关产品的种类虽然丰富多样,但是普遍存在着原料重复、功效重复和剂型重复等低水平利用开发的问题^[7]。未能充分发挥中医药的特色优势,缺少以传统中医药选方配伍为基础的保健食品创新品种。归根结底是因为不够重视产品的研发和创新,人力、资金投入不足。药食同源相关产业具有良好的发展基础,但是目前产业规模总体偏小、产业发展相对滞后,究其原因,标准化体系建设不足直接导致产业规模发展受限^[8]。

4 药食同源产品开发和策略

4.1 以创新为动力,强化产品研发,适应市场需求

药食同源产业作为我国具有发展潜力的朝阳产业之一,从事药食同源类产品研发的企业应该不断更新自身的技术开发理念,加强研发投入。以科学技术创新为准则,围绕药食同源基础性工作开展研究。可以从历代本草典籍记载和民间应用习惯中寻找药食同源新品种及新部位,努力开发出药食同源新产品,并提高产品的技术含量,强化产品质量,实现产品结构的提升。如药食同源物质枸杞子,来源于茄科植物宁夏枸杞的干燥成熟果实,主产于宁夏、甘肃、新疆等地。夏秋二季果实呈红色时采收,晒干,生用。具有滋补肝肾,益精明目的功效。枸杞子作为药食同源品种,其传统的药用和食用部位为果实,并且已经有两千多

年的应用历史。但实际上枸杞子最早见于《神农本草经》中,并未明确区分其药用部位。历代本草中也有枸杞叶药用的记载。目前在其主产区宁夏及周边地区也有用枸杞叶制备茶饮或食用的习惯。有研究表明枸杞叶含有丰富的黄酮类、酚酸类、多糖类和氨基酸类等生物活性物质,具有抗氧化、降血糖、调血脂和神经保护等作用^[9]。与此同时,山西省充分利用药食同源资源的优势,从历代本草著作中寻找药食同源物质的非传统药用和食用部位,大力发展药茶产业,前后研发出以山楂叶、沙棘叶、连翘叶等为主要原料的500多种药茶产品^[10]。由此得知,深入挖掘历代本草中所记载的药食同源信息,不仅可为传统非药用部位的开发利用提供理论依据,也可为药食同源品种资源的综合开发利用提供方向^[11]。

4.2 遵循中医药理论,发挥自身优势,拓展国外市场

中华民族五千多年的悠久历史使得中医药理论源远流长。早在我国第一本中医理论专著《黄帝内经》中就有“不治已病治未病”等未病先防、已病防变的防病养生方法,并明确提出了“五谷为养,五果为助,五畜为益,五菜为充,气味合而服之,以补精益气”的食药结合的理念,这也是药食同源理论的萌芽。目前,随着市场竞争的不断加剧,我国药食同源产业应充分利用中医养生理论的特色和优势,本着“整体观念”和“辨证施治”的原则,以传统中医药经典方剂为基础,对其配伍组方、煎服方法和食用、药用作用开展研究。并在药食同源类产品开发应用的过程中,以现代化产品为设计思想,运用先进的现代化制剂技术和食品生产加工技术确定药食同源类产品最适合的应用形式。例如研究学者程建明提出以桂枝汤为基础方,用桑葚替换白芍,同时降低桂枝用量,并添加粳米,就可以制作成具有益气补血,健脾和胃的功能性米糊。基于本草著作中方剂开发制作而成的药食同源类食品,不仅配伍严谨,用药得当,而且疗效可靠。既有坚实的中医理论基础,又有可行的加工技术,广大学者也认识到经方的功效与保健食品功能之间的密切联系,是药食同源类功能食品的主要发展方向。

4.3 加强监督管理,完善产业标准,打造品牌效应

目前,我国药食同源产业还处于发展的初始阶段,健全、完善的法律法规和监管体制都有利于促进药食同源产业的发展。因此,相关政府部门应该明确职责,加强对市场的监督管理,严格对药食同源行业的日常监督检查工作,在监督队伍的人员构成中可以采取行业部门与社会公民相结合的方式,开展定期与不定期对其生产和经营企业实施现场检查和抽查工作,确保药食同源类产品从原料选取、生产加工、成品储存、广告宣传和市场营销等方面,符合相关法律法规和行业要求,并加强食品安全性检测,以此规范企业生产,维护市场秩序^[12]。从而保障产品质量,确保药食同源类产品产业的可持续发展。

同时要建立完善的药食同源产业标准化体系,使得药食同源类产品具有严格的质量标准和等级划分,逐渐建立完善的产业链来取代散户和小作坊的加工方式,这样不仅在国内市场中可以形成优良的品牌形象,而且也会得到国际市场的广泛认可。

另外在消费者的传统观念中,普遍认为知名企业生产的产品无论从产品质量、产品安全还是售后服务方面都有保障。如果发现购买的产品有任何问题,也有渠道进行追溯和索赔。由此可见在一定程度上企业品牌不仅承载着消费者的信任更代表着企业和产品的形象。因此从事药食同源类产品生产和经营企业应以质量求发展,积极强化品牌形象,形成良好的品牌信誉,打造品牌效应,在提高产品市场活力的同时,提高产品的价值,促进企业的稳固发展^[13]。

5 结语

健康是促进人类全面发展的必然要求,随着社会文明的不断发展进步,虽然人们的生活方式发生了极大变化,但是人们对于健康的需求却在持续增加,同时对食物的营养保健功能的关注度越来越高,而药食同源类产品既有食品的属性,又具备药物的一定功能。我国部分地区集中资源大力培育绿色食品,促进大健康产业发展,相关政府部门对食疗养生保健和中医治未病等相关知识的推广普及,这些均使人们对于药食同源产品关注度持续增高。与此同时,中医药在疾病防治过程中所展现出的疗效也得到国际社会的高度认可和广泛关注。我国药食同源产业通过充分发挥自身优势,开拓创新,不断进取,一定能使药食同源类产品逐步走出国门,走向世界。

[项目来源]

邢台市重点研发计划自筹项目;项目名称:药食同源产品:从中药到食疗养生的开发和应用策略研究;项目编号:2023ZC358。

[参考文献]

[1]柴倩倩.“药食同源”背景下食用菌功能性食品研发与创新创业路径[J].食品安全导刊,2020,(36):37-38.

[2]松伟,段昊,赵健,等.枸杞原料在缓解视疲劳保健食品中的应用[J].食品科技,2023,48(08):59-64.

[3]余晗.“人参总皂苷胶囊”制备工艺和质量标准研究[D].湖北中医药大学,2019.

[4]段晨晨,赵文晓,吕琴,等.药食同源类中药多糖在功能性保健食品方面的药理作用研究进展[J].世界科学技术-中医药现代化,2022,24(10):3844-3850.

[5]胡柿红,胡效川,罗杨,等.佛手玫瑰复合发酵型饮料的研制[J].食品工业,2023,44(07):7-11.

[6]谢明勇.强化政产学研协同创新助推新兴食疗产业健康发展[J].中国科技产业,2022(04):14-15.

[7]胡思,王超,孙贵香,等.大健康产业背景下药食同源资源开发的现状与对策研究[J].湖南中医药大学学报,2021,41(05):815-820.

[8]唐雪阳,谢果珍,周融融,等.药食同源的发展与应用概况[J].中国现代中药,2020,22(09):1428-1433.

[9]宿树兰,郭盛,朱悦,等.枸杞叶现代研究进展与资源化利用展望[J].中国现代中药,2022,24(01):10-19.

[10]肖波.山西药茶产业发展状况分析及建议[J].农产品加工,2021,(16):69-71+74.

[11]郭盛,王园园,张芳,等.药食同源中药资源产业现状及其开发利用策略与研究实践[J].南京中医药大学学报,2023,39(9):801-808.

[12]王玲.关于促进药食同源产业发展的几点思考[J].中国新药杂志,2017,26(15):1755-1757.

[13]李京虎,张逸璇,高飞.“药食同源”类食品产业发展现状及对策研究[J].中国食物与营养,2023,29(09):5-11.

作者简介:

王玉梅(1985--),女,汉族,河北省邢台市人,硕士研究生,邢台医学高等专科学校,中医系讲师,从事中药学研究。