

# 內地與港專家完善中藥標準 引領世界

連任世界中醫藥理專業委員會會長王寧生日前在廣州接受記者專訪時表示，發揮內地和香港專家各自優勢，計劃由廣州、四川及香港專家聯手，為中藥標準加以完善，令國家的中藥標準引領世界。【本報記者袁秀賢廣州專電】

## 標準要與國際接軌

慶祝《中藥新藥與臨床藥理》雜誌20周年刊慶和世中醫藥理專業委員會學術年會，日前在廣州舉行，來自全國各地及香港等專家出席。作為中國藥典執行委員會執行委員的王寧生認為，中藥標準要與國際接軌，讓世界認同，對中藥走出國門有好處。目前，中國藥典的一些標準，可能與國際也不太接軌，需要不斷補充、完善。國內有眾多人才及豐富的中藥資源，而香港是國際窗口，廣州、四川及香港專家與藥典委員會一起，共同聯手補充國家的中藥標準，優勢互補，大有可為。目前，中國藥典的中藥標準每五年出版一次，希望通過內地與香港兩地專家合作，為2015年中國藥典的中藥標準引領世界出力。

## 打造學術交流平台

世界中醫藥理專業委員會

日前在廣州選舉產生了第二屆理事會，廣州中醫藥大學副校長王寧生連任會長。該委員會副秘書長常文佐表示，中藥理專業委員會的建立，為中藥理工作者搭建了一個國際交流與合作的組織平台。新一屆理事會着力把世界中醫藥理專業委員會辦成一個推動中醫藥事業發展、有影響、有特色的專業委員會。

常文佐說，世界中醫藥非常重視學術交流平台的品牌化建設，積極打造三級學術交流平台。其中，世界中醫藥大會作為一級學術平台，已經成功地在中國北京、法國巴黎、加拿大多倫多、新加坡、中國澳門、澳洲墨爾本、荷蘭海牙舉辦了七屆，是世界中醫藥的品牌性學術會議，其影響力逐年增加。

2010年根據百度和谷歌搜索量的測算，在第三屆中國會議產業大會暨合作洽談會上發布的「中國最具影響力的100個會議」中，第七屆世界中醫藥大會排名第67位，是唯一入圍的中醫藥會議。今年第八屆世界中醫藥大會將於9月2-3日在英國倫敦威斯敏斯特中央大廳召開，2012年的第九屆世界中醫藥大會將在馬來西亞的沙撈越舉辦。



▲圖為世中醫藥理專業委員會學術年會現場  
▶王寧生表示，內地與香港專家聯手補充中藥標準，引領世界

## 梁秉中：發揮高校團隊力量

目前，內地與香港專家正着手做前期工作。參與研究的香港中文大學梁秉中教授認為，中藥非常複雜，如當歸如何確定是正貨還是不正貨，不容易。在南方、北方種植當歸，因各地氣候不同，藥效都會產生影響。在貴州一帶產出當歸最好，但不足夠，中藥要走出國門，標準完善頗為重要。若標準不完善，只靠摸，特別在毒性和臨床不足夠，在發展中藥有障礙。梁秉中表示，目前，常用藥材有四百種，還有常用但次要有二百種，加起來有六百種之多。香港與國際聯繫多，內地與香港專家合作可達雙贏甚至三贏的局面。香港中文大學、香港大學、浸會大學及理工大學都做中藥研究，可發揮這些高校的團隊力量，將會對中藥標準的研究有很大貢獻。

▶梁秉中表示，內地與香港專家合作可達雙贏甚至三贏的局面



## 世界中聯：規範中醫藥管理

作為中醫藥國際標準的研究基地，世界中聯通過研究、制定、發布與推廣中醫藥國際標準，達到規範中醫藥管理，提升中醫藥的國際地位，加速國際標準化進程，促進中醫藥在世界各國（地區）健康有序地發展，進入各國醫療衛生保健體系。世界中聯已經發布了《中醫基本名詞術語中英對照國際標準》、《世界中醫學本科（CMD前）教育標準》、《世界中醫（含針灸）診

所設置與服務標準》、《國際中醫藥師技術職稱分級標準》等8個國際組織標準，並成為國際標準化組織中醫藥技術委員會（ISO/TC249）的A級聯絡組織。世界中聯自2003年成立，目前已有來自五大洲58個國家和地區的201個學術團體加入，並在中國民政部註冊了49個專業委員會和工作委員會。世界中聯作為國際性學術組織，旨在增進世界各國（地區）中醫藥團體之間、中醫藥學與世界其他醫學學問的交流與合作，促進中醫藥學術的快速發展和業務水平的不斷提升。

# 談中醫藥現代化(下)

中醫立足於傳統的理論和方法，引進借鑒現代科學技術手段，揭示其現代科學內涵，豐富和發展自己的學術，提高臨床診治能力。

例如，學生在學習28部脈的時候，看文字還是挺清楚，但是在真正去摸的時候卻難以掌握。我們研製了供學習用的脈象儀，學生可以通過儀器來學習28部脈象。

還有一個例子，中醫舌診也都是文字描述，缺少量化的度量。舌到底是紅還是暗紅，不同的醫生可能觀點不一致，這就缺乏規範性。結合現代顏色測量科學中的色度學，上個世紀80年代我們研製了一台基於色差式的舌色儀，可以對舌象顏色進行精確的度量，提供12個色度信息，還能同時把舌質、舌苔診斷出來，與傳統舌診符合率達70%以上。這就是中醫診法的現代化。

另外，很多中藥也可以採用現代化學、生物、物理等分析儀器進行深入研究，將藥效物質、作用機理基本講清楚。國家設立的重重大基礎研究計劃「973」項目中，一大批多學科的科學家在中醫藥現代化這一方面進行了有益的嘗試，取得了突出的進步，應該說中醫藥現代化是能夠實現的，我們對此很有信心。

## 中醫藥現代化的瓶頸及前景

中醫藥現代化是一個很漫長的過程，在這過程中，需要堅持中醫的理論基礎這一重要原則。中醫強調從宏觀、整體上來把握人體的健康狀況，但現代科學技術手段目前還不能完全應用到中醫上來，可以說，科學技術的滯後是中醫藥現代化的瓶頸之一。中醫藥要實現現代化，還有漫長的路要走，同時也給其他學科提出了研究命題。

目前，清華、浙大、北大、中科院等高校、研究所的很多科學家都加入到了中醫藥現代化的研究行列中來，他們被其中涉及的科學問題所吸引，並在解決科學問題的過程中，推動了科技進步。我國的中醫藥現代化在短短幾十年的時間取得了長足的進步，在未來還將取得更多的成績。

全球對現有醫學模式的反思，以及預防為主、治未病理念的深入人心，這些因素給中醫藥提供了發展的契機。中醫藥雖然具有良好的療效，但仍需要現代的科學方法提供高質量的療效證據，從而讓更多的人相信中醫藥、支持中醫藥，並加入到中醫藥的研究中來。

中醫藥的發展，臨床是基礎，同時還應該加強多學科的合作，將中醫與物理學、化學、生物學、計算機學、氣象學等多學科進行有機結合的研究，中醫藥就會出現一個新的局面，多學科交叉融合會推動中醫藥現代化的過程。

現在，世界各國都有人在研究中醫藥，世界衛生組織WHO也提出來要重視和推動傳統醫學的發展，全球已經有140多個國家和地區在應用中醫藥，已有多個國家將其納入醫療保險和報銷體系。

相信在不遠的將來，現代化的中醫藥將服務全人類，世界人民將共享中醫藥研究成果，中醫藥將為人類健康做出新的貢獻。

(全文完)

中國中醫科學院  
張伯禮院長

## 港首間涼茶文化館開幕

涼茶已被國家認可為非物質文化遺產。為推廣涼茶文化，香港一家涼茶生產商鴻福堂投資100萬元，建立了香港首間「涼茶文化館」。日前開始試營業的這間文化館內，市民可參觀涼茶的藥材原料、了解有關涼茶的應用等知識。文化館將向市民和旅客免費開放。

該文化館位於荃灣德士古道，面積約3000平方呎，分為10個小區，展出涼茶原材料、中草藥實物、國家級非物質文化遺產認證審批過程等，讓參觀者加深對涼茶的認識。

## 《廣東地產藥材研究》出版

由廣州中醫藥大學附屬中山醫院梅全喜教授主編的《廣東地產藥材研究》，於今年5月由廣東科技出版社出版發行。

該書是我國近年出版的一部有關廣東地產藥材研究的重要專著，共130多萬字，由總論、各論和附錄三部分組成，總論部分主要介紹廣東的地理生態特點及地產藥材資源、地產藥材發展歷史沿革、地產藥材應用的典範——廣東涼茶、論廣東地產藥材的研究與開發及開展廣東地產藥材研究應重視品種考證工作等方面內容。

各論部分收載廣東地產藥材170多種，附有170多張藥用植物圖片，按別名、來源、性味、功能主治、用法用量

、藥用歷史、化學成分、藥理作用、臨床應用、附註、參考文獻等11個欄目內容來描述。其中最為重點的欄目是藥用歷史、化學成分、藥理作用和臨床應用。書的附錄部分列舉了本書編寫涉及到的參考書目、藥物中文名稱索引及藥物植物、動物、礦物學名索引，方便讀者查考閱讀。

出版團隊先後開展了廣東土牛膝、三角草、廣昆布、三丫苦、蛇鱗草、布渣葉、蛇泡勒、黑面神等廣東地產藥材研究達10多項，以廣東地產藥材為主業研製出醫藥新產品10多種，獲國家發明專利4項，獲廣東省科技進步二、三等獎各一項，中山省市科技進步一、二、三等獎近10項。

## 深圳推快遞中藥便市民

【本報記者王一梅深圳電】為節省患者取藥時間，本月初，深圳市中醫院就診後可以不用到取藥窗口排隊取藥，直接將取藥單交給郵政快遞員，24小時內藥品將快遞到家。據郵政速遞工作人員介紹，目前服務點每天的投遞量在5至10件左右，選擇中藥快遞的多為上班族。

記者了解到，深圳市中醫院設計日門診量為1400人次，但目前該院的平均日門診量已經突破6000人次，醫院長期處於超負荷運轉。該院目前中藥飲片平均每天（含周六日）有1160人次取藥，共計8000劑左右，並且還在以每月15%的比例在增長。其中，代煎中藥平均每天800劑以上。隨着近幾年就診的患者逐步增加，患者排隊取藥等候時間長的問題日益凸顯。尤其是周一至周五就診高峰時段，時間長的要等三四個小時，即使是非就診高峰，取藥等上1.2個小時也很常見。

今年，深圳市中醫院主動與多家快遞公司洽談，擬推出中藥同城快遞服務，並最終敲定與廣東省郵政速遞物流有限公司深圳市分公司合作，於7月1日起試點該項服務。

目前，快遞公司已經在深圳市中醫院一樓門診大廳設立郵政現場便民服務點，每天工作時間安排兩名工作人員受理市民的中藥快遞服務需求。一般情況下，投遞地址為福田區、羅湖區、南山區、鹽田區的，上午交寄，下午送達；下午交寄，次晨送達。投遞地址為寶安區、龍崗區的，隔日送達。

▶深圳推快遞中藥方便市民



## 氣虛體質的食療養生

註冊中醫 侯平

氣虛體質的人說話沒勁，經常出虛汗，容易呼吸短促，經常疲乏無力，這種人一般性格內向，情緒不穩定，比較膽小，不愛冒險。沒有工作的人、學生和長期從事體力勞動的人容易氣虛，且抗病能力弱，容易感冒，生病後難以痊癒，還易患內臟下垂等氣虛的疾病；胃下垂、子宮下垂等等。

氣虛多表現為全身或某一臟腑機能衰退的症狀，而以心、脾、肺、腎氣虛較為多見，可分為心氣虛、脾氣虛、肺氣虛、腎氣虛。如心悸怔忡、胸悶氣短，活動後加重，面色淡白或恍白，或有自汗、舌淡苔白、脈虛等則為心氣虛；食慾不振，噯氣腹脹，容易噁心嘔吐，腹痛腸鳴，肌肉消瘦，大便溏薄，或易腹瀉，排便不暢等則為脾氣虛；咳嗽遲延日久，容易感冒，呼吸氣短，遇冷則鼻塞，流鼻涕，氣喘聲音低微則為肺氣虛；肌肉筋骨酸痛，小便頻數，色清量多，夜尿多則為腎氣虛。

氣虛體質是以氣虛，氣息微弱，臟腑功能狀態低下為主要特徵的體質狀態。其形成的原因多由於先天稟賦不足，後天失養，如孕育時父母體弱、早產、人工餵養不當，偏食，厭食，或因病後氣虧，年老氣弱等等。

總體特徵：元氣不足，以疲乏、氣短、自汗等氣虛表現為主要特徵。

形體特徵：肌肉鬆軟不實。

常見表現：平素語音低弱，氣短懶言，容易疲乏，精神不振，易出汗，舌淡紅，舌邊有齒痕，脈弱。

心理特徵：性格內向，不喜冒險。

發病傾向：易患感冒、內臟下垂等病，病後康復緩慢。

適應能力：不耐受寒邪、暑邪。

氣虛體質的飲食調養原則：可選用具有健脾益氣作用的食物食用，亦可選用補氣藥膳調養身體。一般不宜過食肥甘厚味，注意節制飲食。

運動：以柔緩運動，散步，打太極拳等為主，不宜做大負荷運動和出大汗的運動，忌用猛力和長久憋氣。

### 蓮藕煲豬手



### 百合蓮子紅棗粥



## 氣虛的食療調養：

一、主食的選擇：粳米、糯米、燕麥、大麥等穀類食物。其性味甘平，入脾胃經，其製成的食品多可以用於脾胃病。

中醫理論認為，脾胃為後天之本，氣血生化之源，脾胃功能正常則人體正氣足，所以，穀類食物一般能起到強壯益氣的功效。同時也是維生素B族和礦物質的來源，其製成的膳食既經濟又有利於健康。

二、豆類配合：除了主食以外，我們還需補充豆類食品，以補充蛋白質，以達到滿足氣虛營養的需求。

三、肉類的選擇：有畜肉類：豬肉、牛肉、牛肚等。禽肉類：雞肉、雞蛋、兔肉、鵝肉等。

四、水產類選擇：鯽魚、鱈魚、泥鰍、銀魚、青魚、鱸魚、鱒魚、鱧魚等。

畜肉性味甘鹹溫，其中甘能補，助陽益氣，適用於先天、後天不足或諸虛百損之人的補益。

禽肉性味甘平較多，甘溫次之，甘平益氣，甘溫助陽補益作用不遜於畜肉類，病後、產後及老幼皆宜。

水產類有助陽益氣的作用。

肉類食品雖屬「有情之品」，對人體有強健的補益作用。但畢竟屬於「膏腴厚味」，易生痰濕，脾虛、脾濕之人不可多食。

五、蔬菜的選擇：蔬菜類的食品雖大多性味寒涼，但亦有不少可用於調養氣虛體質的食物，如：山藥、土豆、胡蘿蔔、南瓜、甘薯、蘑菇、蘿蔔、芡實、蠶豆、豇豆、扁豆等。蔬菜所包含的營養價值非常豐富，含有大量的水分外，有豐富的維生素、纖維素、多種無機鹽，是人體某些維生素、纖維素、無機鹽的重要來源。

其中菌類食物是一種高蛋白、低脂肪、含天然維生素和礦物質的食品，並含抗炎、防癌的有效成分的健康食品。

蔬菜的營養價值與其顏色密切相關，因此除了綠葉蔬菜外，各色蔬菜要均衡搭配食用，以使蔬菜中的各種營養素得到互補。

六、水果的選擇：水果性味偏於甘涼或甘酸，偏於滋陰生津，但部分乾果具有健脾補腎的作用，甚至代穀充飢。其中可以用於補氣的食物有：櫻桃、荔枝、椰子、葡萄、大棗、菱角、花生、栗子等。

註：作者為國際藥膳食療學會會長、世界中聯藥膳食療研究專業委員會副會長、國家認證食療養生培訓課程導師。

## 氣虛體質的食療養生方：

### 1、桂圓金米板粟粥

配料：小米100克、玉米粒50克、桂圓肉50克、板栗肉適量、紅糖適量。  
以上配料煮成稠食用。  
效用：增強記憶力，消除疲勞。

### 2、蓮藕五花肉煲

配料：蓮藕500克、豬五花肉300克（或豬手一至二隻）、蔥段適量、鹽、醬油、白糖適量，水500克。熱油鍋爆五花肉塊轉入砂鍋內加蓮藕煲1小時（豬手煲湯或燉製時間約兩小時）後加配料。  
效用：消除疲勞，淨化血液及涼血、補血。

### 3、紅棗杞子煲雞

配料：紅棗10枚、枸杞子30粒、雞肉500克、生薑10片、鹽適量，用小火燉2個小時。  
效用：溫中補氣、填精補血、明目。

### 4、百合蓮子紅棗粥

配料：新鮮百合2瓣、蓮子50克、紅棗10枚、大米200克、冰糖適量，煲粥。  
效用：補氣、養血、安神、滋潤肌膚。



紅棗杞子煲雞湯

桂圓金米板粟粥

辨症施食

國際藥膳食療學會專欄

《中華醫藥》與國際藥膳食療學會合作

編者按：中華醫藥版遠涉國際藥膳食療學會合作，於每月第四個周五刊出《辨症施食》專欄（公眾假期順延），由本地中醫專家撰寫臨床對證食療。

國際藥膳食療學會的成員來自本地大學中醫藥學院的專家、教授、本地中醫師及營養師，學會致力提倡和推動藥膳食療文化的普及。