



药食同源新观察②

五大瓶颈待破解,产业遭遇“成长的烦恼”

近些年,药食同源产业迎来了前所未有的发展机遇,但在快速发展的背后,也暴露出一些深层次的矛盾和问题。其中,以下五大问题尤为突出,成为制约发展的主要瓶颈。

1. 基础研究不足,制约产业深度发展

目前我国在药食同源领域的基础研究仍相对薄弱,存在“知其然不知其所以然”的瓶颈。如黄精、茯苓等常见的药食同源物质,虽然被广泛应用于保健食品和药品中,但其具体的功效成分和作用机理仍有待进一步阐明。这导致产品的功效评价缺乏科学依据,难以进行精准的质量控制和功效验证;同时也难以进行二次开发和创新,限制了产业的技术升级和产品迭代。

循证医学证据是评价产品健康干预效果的金标准。然而,我国药食同源产品的临床研究普遍不足,缺乏高级别的循证医学证据。如在功能性食品和保健品领域,许多产品虽然声称具有多种健康功效,但由于缺乏充分的临床证据,其功效难以得到消费者的信任,也面临着监管部门的严格审查。

2. 产学研协同不够,成果转化效率低下

目前我国药食同源产业的产学研协同机制尚不完善,存在创新链条脱节、成果转化效率低下等问题。

一方面,高校和科研院所的研究成果与市场需求脱节,许多研究成果停留在实验室阶段,难以转化为实际生产力。例如,一些研究成果虽然在理论上具有创新性,但在实际生产中却面临着工艺复杂、成本高昂、市场接受度低等问题,难以实现产业化。另一方面,企业作为技术创新的主体,其研发投入和创新能力普遍不足,难以承接高校和科研院所

的科研成果。

产学研合作平台缺乏,合作机制不健全,也制约了科技成果的有效转化。一方面,高校、科研院所与企业之间的合作多为短期、项目式的合作,缺乏长期、稳定的合作关系。另一方面,产学研合作平台的功能单一,在人才培养、信息共享、技术咨询等方面的服务不足。此外,由于缺乏有效的利益分配机制和风险分担机制,产学研合作的积极性不高,合作效果也难以保证。

3. 科普宣传不足,市场认知与接受度不高

目前我国消费者对药食同源的认知还存在一些偏差,市场接受度有待提高。

一方面,公众对药食同源的概念认知模糊,对“食养”与“药疗”的界限不清,容易产生误解和滥用。如一些消费者盲目相信“药食同源”产品的功效,过量食用,导致身体不适。因此,加强对药食同源知识的普及,非常有必要。

另一方面,市场上存在一些夸大宣传、误导消费的现象,损害了消费者的合法权益,也影响了行业的整体信誉。如一些产品在宣传中,夸大其功效,声称可以“包治百病”,甚至使用一些不科学的术语和概念,误导消费者。因此,加强对市场的监管,严厉打击虚假宣传等违法违规行为,是保障产业健康发展的重要举措。

4. 质量标准缺失,影响产品质量与安全

目前,我国尚未建立起一套涵盖药食同源原料种植、采收、加工、成品等全产业链的科学、统一的质量标准体系和鉴定方法。

在原料环节,缺乏对道地药材的产地、品种、种植方式等的规范,导致原料质量参差不齐。在加工环节,缺乏对生产工艺、

质量控制等的规范,导致产品质量不稳定。在成品环节,缺乏对产品的功效成分、含量、安全性等的检测标准,导致产品质量难以保证。

此外,一些企业为了降低成本,使用劣质原料,或者在生产过程中偷工减料,导致产品质量不合格。如一些中药材产品存在农药残留、重金属超标等问题,严重威胁消费者的健康安全。因此,建立完善的质量标准体系,加强市场监管,是保障产品质量、维护行业信誉的当务之急。

5. 研发投入有限,制约产业创新升级

目前我国药食同源产业的资金投入普遍不足,制约了产业的创新升级。

一方面,企业作为技术创新的主体,其研发投入普遍不足,创新能力弱。许多企业仍停留在“原料初级加工”的模式,缺乏核心技术和高附加值产品。这导致企业缺乏核心技术和自主知识产权,产品同质化严重,市场竞争力不强。

如在功能性食品领域,许多企业的产品配方和生产工艺大同小异,缺乏创新性和差异化,难以满足消费者的个性化需求。

另一方面,政府的资金支持力度也有待加强,特别是在基础研究、关键技术攻关、公共服务平台建设等方面,需要政府加大投入。如在基础研究方面,由于缺乏稳定的资金支持,许多重要的科学问题难以得到深入的研究。在关键技术攻关方面,由于缺乏有效的组织和支持,许多技术瓶颈难以得到突破。在公共服务平台建设方面,由于缺乏资金,许多平台的功能不完善,服务能力不强,难以满足企业的需求。

全国政协委员、湖南中医药大学教授 何清湖 湖南医药学院中医学院教授 骆敏

耳鸣久治不愈,看中医如何调治?

有些朋友被耳鸣困扰多年,耳朵里总是嗡嗡响、像蝉叫,或者有流水声,看了不少医生效果却不好。湖南省中西医结合医院(湖南省中医药研究院附属医院)耳鼻咽喉科主任、主任医师彭波表示,中医调理、治疗耳鸣有妙招。

中医怎么看耳鸣

中医不把耳鸣单纯看作耳朵的问题,而认为是身体内部失调的信号,主要有以下几种情况。

1. 肾虚型耳鸣

中医说“肾开窍于耳”,就像树根好才能枝叶茂盛。长期劳累、熬夜、年纪大,都可能让肾精不足,耳朵得不到足够营养,就会像电量不足的收音机一样“沙沙”响。这种耳鸣声音细小,劳累后会加重,常伴腰酸腿软、记性差。

2. “上火”型耳鸣

长期压力大、爱生气、情绪不好,容易让肝“上火”,火气往上冲到耳朵,就会引起轰轰响的耳鸣,像火车开过。这类朋友平时容易心烦、口苦、睡眠差。

3. 痰堵型耳鸣

喜欢吃油腻、甜食,或消化不良的人,体内容易生痰湿,这些垃圾堵在耳朵通道,耳鸣声音多沉闷,像耳朵里塞了棉花,还会感觉头重、胸闷。

中医怎么治疗耳鸣

1. 喝中药——个性化调理

对于肾虚型,常用枸杞子、熟地黄、山茱萸等补肾。如果是“上火”,可用菊花、夏枯草、栀子等清火。如果是痰堵,可用陈皮、半夏、茯苓等化痰。

2. 扎针灸——疏通“电线”

在耳朵周围(如听宫、听会穴)和手脚上选穴扎针,就像疏通堵塞的电路,让气血能顺利到达耳朵。很多患者反映,针灸后耳朵会感觉轻松,声音也变小了。

3. 按耳朵——自己在家做

用手掌搓热后捂耳朵,一捂一松做10次。用手指轻轻揉按耳朵前后。提拉耳尖、耳垂各20次。这些小动作能促进耳朵血液循环,简单易行。

通讯员 郑辉



湖南道地药材②

湘艾

湘艾来自菊科植物艾的干燥叶。药典记载的名称为艾叶。夏季花未开时采摘,除去杂质,晒干。

湘艾历史悠久。南北朝时期的《荆楚岁时记》即有描写艾灸和门户悬挂艾叶的习惯。《艾草的应用与研究》记载的艾草道地产地包括湖南临湘市。1995年,日本山正株式会社在调研湖南、湖北、江西等省份艾草状况后,选择湖南所产艾叶作为出口,可见湘艾品质优良。

湘北、湘南、湘西皆有较大面积艾草种植,是湖南省大宗药材。湘艾的道地产区包括临湘市、临武县、华容县、醴陵市以及湘西州等地。

根据2020年版《中国药典》规定,艾叶性味辛、苦,温;有小毒。归肝、脾、肾经。具有温经止血、散寒止痛之功效。外用可祛湿止痒。用于吐血、衄血、崩漏、月经过多、胎漏下血、少腹冷痛、经寒不调、宫冷不孕;外治皮肤瘙痒。醋艾炭温经止

血,用于虚寒性出血。

湘艾可广泛应用于中成药和中药方剂中。在2020年版《中国药典》中,14个成方制剂含有艾叶,例如艾附暖宫丸、药艾条、无烟灸条等,均是以艾叶为主要原料配方而成。在中成药中,复方热敷散、白花蛇膏、富康宝口服液等中成药中都含有艾叶。需要注意的是,艾叶有小毒,不要随意食用。

湖南省中医药研究院中药资源研究所所长 二级研究员 张水寒

手脚冰凉,服附子理中丸

手脚出现冰冷、麻木,多是属于气血的毛病。当人体阳气不足的时候,血不能很好地被气推动到四肢末端,就会出现手脚冰凉。

附子理中丸的主要成分是附子、党参、白术、干姜、甘草,辅料为蜂蜜。主要功效是温中健脾,用于脾胃虚寒和手足不温等病证,特别适合手脚发凉、容易拉肚子、腹部冷痛、大便常夹杂不消化食物的人服用。一般建议在饭前服用,利于药物的吸收。服用一段时间后,感觉到身体回暖,手脚不冰凉了,就可以停药了。

四川省彭州市通济镇姚家村卫生所 主治医师 胡佑志