

基于《圣济总录》探讨妊娠病的 食疗方法与规律

杨长红¹, 杨新鸣²

¹黑龙江中医药大学研究生院, 黑龙江 哈尔滨

²黑龙江中医药大学附属第一医院, 黑龙江 哈尔滨

收稿日期: 2023年9月23日; 录用日期: 2023年10月17日; 发布日期: 2023年10月23日

摘要

食疗作为一门中医药理论体系中重要的摄生疗病的学科, 在中华民族的兴盛和发展中做出了突出贡献。它是中医理论为指导, 通过食物或配合药物, 以食借药力, 药助食威, 进行防病治病和养生保健的一门古老而广为人们所接受的学科。妇女在妊娠期间的特殊生理情况决定了妇科妊娠疾病治疗的有限性, 在这种情况下对于妊娠病的食疗则显得尤其重要。《圣济总录》专设“食治门”, 继承并首创了许多食疗方, 尤其在妇科妊娠病的食治方中更加明显。在当下的医疗环境中, 中医药对食疗治病的重视程度日益提升, 但相对而言, 仍缺乏中医理论的正确指导, 本文旨在通过对《圣济总录》“食治门”的研究, 使医者更加系统地掌握食治理论, 并应用于临床工作中, 为守护母胎健康做出贡献。

关键词

《圣济总录》, 食治, 妊娠病

A Study on the Methods and Regularity of Dietary Therapy for Pregnancy Disease Based on *Sheng Ji Zonglu*

Changhong Yang¹, Xinming Yang²

¹Graduate School, Heilongjiang University of Chinese Medicine, Harbin Heilongjiang

²First Affiliated Hospital of Heilongjiang University of Chinese Medicine, Harbin Heilongjiang

Received: Sep. 23rd, 2023; accepted: Oct. 17th, 2023; published: Oct. 23rd, 2023

Abstract

As an important subject in the theoretical system of traditional Chinese medicine, food treatment has made outstanding contributions to the prosperity and development of the Chinese nation. Guided by the theory of traditional Chinese medicine, it utilizes food or combines with medicinal herbs to prevent and treat diseases, as well as promote health and well-being. The special physiological conditions of women during pregnancy determine the limited treatment of gynecological pregnancy diseases; in this case, the diet of pregnancy diseases is particularly important. *Sheng Ji Zonglu* set up a special “food treatment door”, and inherited and pioneered many food treatment prescriptions, especially in the gynecological pregnancy disease food treatment prescriptions more obvious. In the current medical environment, Chinese medicine pays more and more attention to food therapy, but relatively speaking, it still lacks the correct guidance of traditional Chinese medicine theory. This paper aims to make doctors master the theory of food therapy more systematically and apply it in clinical work through the study of “food treatment door” in *Sheng Ji Zonglu*, so as to make contributions to the protection of maternal and fetal health.

Keywords

Sheng Ji Zonglu, Food Treatment, Pregnancy Disease

Copyright © 2023 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

妊娠病是指妊娠期间发生与妊娠有关的疾病, 又称“胎前病”, 妊娠病不但影响孕妇的身体健康, 妨碍妊娠的继续和胎儿的正常发育, 甚则威胁生命。因此, 必须重视妊娠病的预防和发病后的治疗。妇女妊娠时血聚脏腑以养胎, 为保证孕妇身体健康和妊娠的继续, 以及胎儿的健康发育, 妊娠病在治疗过程中选药和用量均需极尽细致[1]。《圣济总录》食治统论中载“一有疾, 资以治疗者, 十去其九, 全生永年, 岂不有余裕哉。”虽芪黄之辈, 亦有偏性。若在未病之时或病初即以食调之, 纠其气血之偏, 达到阴阳的平衡, 则对守护母胎健康做出贡献。因此, 妇科妊娠病相对于其他疾病更适合采用中医食疗治疗和调理。

2. 承古——食治统论详述食治理念

全文短短三百余字, 其中蕴含的中医理论及中医临床思维方式却引人深思, 充分论证了食治在疾病预防和治疗中的重要地位。“食治门”认为在自然界中生长的动植物都受天地之气的滋养, 其种类丰富, 气味齐全, 只要人们的饮食符合规律, 节制口腹之欲, 不偏嗜某物, 那么饮食物进入人体, 必然会充养气血津液, 使各脏腑功能协调, 精气神都达到最佳状态, 这就是人能维持健康状态的根本原因, 而这一认识也与《黄帝内经》中阐述的人体之精受先天生殖之精和后天水谷之精的充养相一致[2]。倘若身体刚出现疾病, 便用诸多峻猛药物进行治疗, 就算最终疾病治愈, 也会损伤人体正气, 打破阴阳平衡, 对病后恢复至疾病前的身体状态产生极大影响。所以在选择食物种类的过程中, 必须先辨别其对机体的作用, 如果饮食气味与人体本身的状态相违背, 便会损形伤精。“故曰, 安身之本, 必资于食, 不知食宜, 不足以存生, 又曰, 食有成败, 百姓日用而不知, 苟明此道, 则安腑脏, 资血气, 悦颜爽志, 平去疾。”

而“药王”孙思邈也认为药物性多刚烈,治病必须先辨明病因,然后以食治之法治,在食疗不能治愈的情况下再用药物治疗。先食后药,或食药相佐才是正确的治病选择。

3. 通今——食治妊娠诸病

3.1. 妊娠恶阻

妊娠早期,出现严重的恶心呕吐,头晕厌食,甚则食入即吐,又称“妊娠呕吐”“子病”“病儿”“阻病”等,是妊娠早期常见的病症之一。本病的发病机理是冲气上逆,胃失和降。多因胃虚、肝热、痰滞所致。《圣济总录》“食治门”下列食治妊娠恶阻方麦门冬粥、半夏拔刀方、山芋面方共三首[3]。

1) 【方药】: 麦门冬粥方: 治妊娠胃反呕逆不下食。

【组成】: 生麦门冬(去心洗净切碎研烂绞取汁一合), 白粳米(净淘二合), 薏苡仁(拣净去土一合), 生地黄(肥者四两洗净切碎研烂绞汁三合), 生姜汁(一合)。

生麦冬养阴润肺, 清心除烦, 益胃生津; 白粳米健脾养胃; 薏苡仁健脾止泻; 清热凉血, 养阴生津; 生姜汁温中止呕。全方共奏健脾温中, 和胃止呕之功。

2) 【方药】: 半夏拔刀方: 治初妊娠恶阻, 择食痰逆, 服诸汤药并皆无效。

【组成】: 半夏(以汤洗七遍后以生姜汁半盏煮半夏令汁尽再炒干一两), 人参(半两)。

3) 【方药】: 山芋面方: 治妊娠恶阻呕逆, 及头痛食物不下。

【组成】: 生山芋(一尺于沙盆内研令尽以葛布绞滤过), 苧麻根(一握去皮烂研)。

又方: 木瓜(一枚切大者), 蜜(二两)。

上二味。以水一处煮, 令木瓜烂, 于沙盆内细研, 入小麦面三两, 搜令相入, 薄捍, 切为棋子, 每日空心用白沸汤煮强半盏, 和汁淡食之。

在治疗妊娠恶阻诸方中多用白粳米、生山芋、蜂蜜等食材, 在现代药理学研究中白粳米富含维生素B族和矿物质, 营养丰富; 生山芋富含蛋白质、果胶、纤维素、氨基酸等; 蜂蜜含有多种维生素, 无机盐及微量元素, 在妊娠初期促进配以适量的降逆止呕, 生津健脾药物, 可以有效地治疗妊娠期呕吐并促进胎儿健康发育。然而, 在麦门冬粥方的组成中薏苡仁在药理学研究中具有可以兴奋子宫平滑肌, 大量食用时可能引起子宫过度收缩, 引起流产, 需谨慎使用。

3.2. 胎动不安

妊娠期间出现腰酸、腹痛、小腹下坠, 或伴有阴道少量流血者, 本病的发病机理是冲任气血失调, 胎元不固。多因气虚、血热、血瘀、湿热所致。《圣济总录》“食治门”下列食治胎动不安方鲤鱼粥方、阿胶粥方、鲤鱼羹方、鸡子羹方、苧麻粥方、葱粥方共六首。

1) 【方药】: 鲤鱼粥方: 治妊娠安胎。

【组成】: 鲤鱼(一头治如食法), 糯米(一合), 葱(二七茎细切), 豉(半合)。

鲤鱼健脾和胃, 利水安胎; 糯米补中益气, 健脾养胃; 葱壮阳补阴; 豉除烦解表。全方共奏健脾和中, 益气安胎之功。

2) 【方药】: 阿胶粥方: 治妊娠胎动不安。

【组成】: 阿胶(一两捣碎炒令黄燥捣为末), 糯米(半升)。

阿胶补血滋阴, 润燥止血; 糯米补中益气, 健脾养胃。全方共奏补血益气, 止血安胎之功。

3) 【方药】: 鲤鱼羹方: 治妊娠伤动, 胎气不安。

【组成】: 鲜鲤鱼(一头理如食法), 黄芪(锉炒), 当归(切焙), 人参, 生地黄(各半两), 蜀椒(拣十粒炒), 生姜(一分), 陈橘皮(汤浸去白一分), 糯米(一合)。

鲤鱼健脾和胃, 利水安胎; 黄凉血逐瘀; 当归补血活血, 人参大补元气, 补脾益肺, 生津养血; 生地黄清热凉血, 养阴生津; 蜀椒温中止痛; 生姜温中; 陈橘皮理气健脾, 燥湿化痰, 行气止痛; 糯米补中益气, 健脾养胃。

4) 【方药】: 鸡子羹方: 治妊娠胎不安。

【组成】: 鸡子(一枚), 阿胶(炒令燥一两)。

鸡子滋阴润燥, 养血安胎; 阿胶补血止血, 滋阴润燥。全方共奏补血止血, 滋阴安胎之功。

5) 【方药】: 苕麻粥方: 治妊娠胎不安, 腹中疼痛, 宜常食。

【组成】: 生苕麻根(一两净洗煮取汁二合), 白糯米(二合), 大麦面(一合), 陈橘皮(浸去白炒半两末)。

苕麻根凉血止血, 清热安胎; 白糯米补中益气; 大麦面清热健脾补中; 陈橘皮理气健脾, 燥湿化痰, 行气止痛。全方共奏凉血止痛, 健脾安胎之功。

6) 【方药】: 葱粥方: 治妊娠数月未损动。

【组成】: 葱(三茎), 糯米(三合)。

在治疗胎动不安的诸多方剂中多用鲤鱼、阿胶、鸡子、糯米等食材, 在现代药理学研究中鲤鱼富含蛋白质, 脂肪氨基酸以及多种维生素, 可以缓解妊娠期间食欲不振, 周身浮肿的症状, 补充所需的营养物质, 促进胚胎健康发育; 阿胶富含大量铁元素, 且易被人体吸收, 其补血作用远远优于其他铁剂其保胎安胎功效显著, 可用于治疗妊娠期胎动不安、先兆流产、习惯性流产等。鸡蛋中含有丰富的卵磷脂, 固醇类、蛋黄素、以及微量元素不仅能补充人体消耗的能量, 还能作为机体的营养储备, 且参与人体的新陈代谢, 修复人体组织, 提高妊娠期妇女的免疫力; 糯米中的蛋白质、脂肪、糖类、钙、磷、铁及维生素对于妊娠期气短乏力, 小腹坠胀等症状有良好的治疗作用。通过精确的理法方药配伍并加入以上富含营养价值和安胎作用的血肉有情之品, 可以有效治疗妊娠期妇女出现的腰酸、腹痛、小腹下坠等症状, 呵护母胎健康。

3.3. 胎漏

妊娠阴道少量流血, 时出时止, 或淋漓不断, 而无腰酸、腹痛、小腹坠胀者, 亦称“胞漏”或“漏胎”。本病的发病机理是气虚、血虚、兼见血热、肾虚、血瘀者多见。《圣济总录》“食治门”下列食治胎漏方生地黄粥方、小豆饮方、鸡子黄酒方、丹雄鸡肉索饼方共四首。

1) 【方药】: 生地黄粥方: 治妊娠下血漏胎。

【组成】: 生地黄汁(一合), 糯米(淘净一合)。

生地黄汁清热凉血, 养阴生津; 糯米补中益气, 健脾养胃。全方共奏凉血健脾安胎之功。

2) 【方药】: 小豆饮方: 治妊娠漏胎, 血尽即子死。

【组成】: 赤小豆(半升), 蜀椒(去目并闭口炒出汗十四枚), 乌雌鸡(一只理如食法)。

赤小豆消肿通乳; 蜀椒温中止痛; 乌雌鸡补肝肾, 益气血, 退虚热。全方共奏温中益气止痛之功。

3) 【方药】: 治妊娠血下不止, 名曰漏胎, 血尽子死。

【组成】: 上取鸡子五枚取黄, 好酒一盞。

鸡子黄补中益气, 养肾益阴, 润肺止咳; 酒活血通脉, 以助药势。全方共奏补血益气, 活血一下胎之功。

4) 【方药】: 丹雄鸡肉索饼方: 治妊娠, 养胎脏, 及治胎漏下血, 心烦口干。

【组成】: 丹雄鸡(一只取肉去肚作), 白面(一斤)。

丹雄鸡主治崩中漏下, 能杀恶毒, 有辟邪的作用。且能温中补血, 具有治疗疮疡溃烂、久不收口, 补肺的功效; 白面养心益肾, 除烦止渴, 健脾厚肠, 全方共奏温中止血, 除烦止渴以安胎之功。

在治疗胎漏的方剂中选用了乌雌鸡、鸡子黄和丹雄鸡等食材, 在现代药理学研究中乌雌鸡含有蛋白质、

多种氨基酸、和微量元素、并含有丰富的铁元素, 具有良好的补血作用, 此外还能调节人体生理机能, 提高孕妇免疫力, 有显著的强身健体作用。鸡子黄中含有丰富的脂肪, 包括卵磷脂和胆固醇等, 可以提高人体血浆蛋白的含量, 促进机体新陈代谢, 其中的铁元素还具有补血作用。丹雄鸡中有丰富的蛋白质、多种氨基酸、和微量元素、并含有丰富的铁元素, 对于治疗女子在非经期阴道大量流血或持续少量流血, 以及阴道分泌物异常等, 具有补虚温中, 止血的食补作用。通过以上食物和诸多药物的配伍, 可以有效缓解妊娠期妇女阴道流血情况, 并及时通过食治补血, 从而纠正贫血, 为母体和胎儿提供充足的营养。

3.4. 妊娠伤寒

妊娠期间, 感受外邪, 出现发热或寒热往来。《圣济总录》“食治门”下列食治妊娠伤寒方葱豉汤方、陈橘皮粥方、豉心粥方共三首。

1) 【方药】: 葱豉汤方: 治妊娠伤寒头痛。

【组成】: 豉(一合), 葱白(一握去须切), 生姜(一两切)。

豆豉解表, 除烦, 调中, 宣发郁热; 葱白发汗解表, 通达阳气; 生姜解表散寒、温中止呕、温肺止咳、解毒。全方共奏解表散寒止痛之功。

2) 【方药】: 陈橘皮粥方: 治妊娠冷热, 气痛连腹不可忍。

【组成】: 陈橘皮(汤浸去白焙一两), 苈麻根(刮去土晒干一两), 高良姜(末三钱), 白粳米(择净半合)。

陈橘皮理气健脾, 燥湿化痰; 苈麻根凉血止血, 安胎, 清热解毒; 高良姜温中止呕, 散寒止痛; 白粳米健脾养胃。全方共奏散寒除热, 止痛安胎之功。

3) 【方药】: 豉心粥方: 治诸种疟疾, 往来寒热。

【组成】: 豆豉心(二合以百沸汤泡细研), 桃仁(汤浸去皮尖研三十枚), 柴胡(去苗三钱末)。

豆豉心和胃, 除烦, 解腥毒, 去寒热; 桃仁活血祛瘀, 润肠通便, 止咳平喘; 柴胡疏散退热, 疏肝解郁, 升举阳气。全方共奏除寒热, 解郁安胎之功。

在治疗妊娠伤寒的方剂中, 食疗方配伍简单, 通过常用的食材药性, 来治疗妊娠伤寒的症状是这类食疗方的特色。多选用豆豉、柴胡、葱、姜等轻清解表, 使解表而不伤正, 是妊娠病治疗原则“治病与安胎并举”的经典阐释。需要注意的是豉心粥方中桃仁在现代药理学研究中具有一定的抗凝作用, 可以抑制血液凝固, 促进初产妇产子收缩及子宫止血。但孕妇服用桃仁会促进子宫收缩, 容易造成先兆流产, 严重者会导致流产, 在临床用药时需要审慎。

3.5. 妊娠小便淋痛

妊娠期间, 尿频、尿急、淋漓涩痛, 亦称“子淋”, 本病发病机理为膀胱郁热, 气化失司, 其热有虚实之分, 虚者阴虚津亏, 实证由心火偏亢, 湿热下注所致。《圣济总录》“食治门”下列食治妊娠小便淋痛方鲤鱼汁方共一首。

【方药】: 鲤鱼汁方: 治妊娠小便淋。

【组成】: 鲤鱼(一头重半斤者治如食法), 葵菜(六茎去根), 葱白(二茎细切)。

鲤鱼健脾和胃, 利水安胎; 葵菜清热解毒、止咳化痰; 葱白发汗解表, 通达阳气。全方共奏清热利水安胎之功。

3.6. 子肿

妊娠中晚期, 肢体、面目发生肿胀者, 亦称“妊娠肿胀”多由踝部开始, 渐延至小腿、大腿、外阴部、腹壁, 甚至全身水肿或有腹水。其发病机理多与脾虚、肾虚或气滞, 导致水湿痰聚有关。《圣济总录》“食治门”下列食治子肿方鸡方共一首。

【方药】：鸡方：治妊娠，四肢虚肿喘急，兼呕逆不下食。

【组成】：黄雌鸡(一只去头足及皮毛肠胃等洗净去血于沸汤中掠过去腥水)，高良姜(一两)，桑根白皮(刮净锉一两半)，黄芪(锉拣一两)。

黄雌鸡治五脏虚损、肢体乏力，填精补髓，助阳；高良姜温中止呕，散寒止痛；桑白皮泻肺、平喘、利水、消肿；黄泻下攻积，凉血解毒，利湿，全方共奏泻肺平喘，利水补虚之功。在现代药理学研究中黄雌鸡含有蛋白质、多种氨基酸、和微量元素，还有良好的利尿作用，可以用于治疗消渴、小便频繁、泄泻痢疾，通过配伍可以有效消除妊娠期妇女肢体、面目以及全身的水肿。

3.7. 子烦

又称妊娠心烦，是以妊娠期间，孕妇自觉烦闷不安，郁郁不乐，或烦躁易怒为特征的一种疾病。其发病机理多与禀赋不足、饮食不节、情志失调等因素相关。若治疗不当，可并发其他病症，影响胎儿的生长。《圣济总录》“食治门”下列食治子烦方竹沥粥方共一首。

【方药】：竹沥粥方：治妊娠常苦烦闷，此名子烦。

【组成】：淡竹沥(三合)，粟米(三合)。

淡竹沥清肺降火，滑痰利窍；粟米和中，益肾，除热，解毒，全方共奏清肺豁痰，解郁除烦之功。

4. 致用——发展妊娠食治

全书载食治妊娠诸病方共 21 首，从其中不难看出《圣济总录》食治妇科妊娠诸病的辨病辨证理论。主要包含以下几个方面。

4.1. 调补气血

气血的相对平衡是维持机体健康的重要前提条件，而在妇女妊娠之后，胞胎赖阴血以养而逐日生长，这造就了妊娠生理的特殊性：精血耗而阴亏，胞胎阻而气滞[4]。“子居母腹，以母气为气，以母血为血。”妊娠以母体气血为用，所以在养胎和治疗妊娠病的过程中首重调补气血，胎孕全赖气血滋养，胎前当以调气补血为主，气血的调和对胎儿的发育极为重要，气血充实胎自安，而滑胎早产等病也是由于气血充养不足引起的。所以妊娠期食疗尤其注重调理气血，饮食物的水谷精微是气血化生之源，食疗除供养水谷精微外，还可以通过适当的配伍来调理气血。尤其是食治妊娠病诸方中添加了丹雄鸡，鲫鱼，鲤鱼等血肉有情之品对气血的调补大有裨益。通过食疗达到预防和治疗妊娠病的效果。妊娠期重视气血的调理是中医指导妊娠期保健的重要原则之一。养血则胎得养，调气则胎气固。养血在于平补，在补养精血时，用性平味甘的药物以防止机体阴阳平衡[5]。调气贯穿妊娠病治疗的始终，调气法主要分为两个方面：一是妊娠初期冲气上逆而病阻的调养，二是妊娠后期的顺气保胎。在整个妊娠期中气机的调畅有重要意义，对妊娠气机的调理，主要体现在对肺和肝的调节中。

4.2. 培补脾肾

脾肾两脏在整个妊娠生理和病理中占据重要地位，肾为先天之本，藏精而主生殖，脾为后天之本，主生化气血，胞胎赖精血以生，脾气健运，肾精充沛，血有所生，则胎得所养，若脾肾虚衰，则妊娠病丛生，所以在妊娠病的调治过程中，多重视脾肾两脏的培补，培脾益血之源，通过借助食物的补益之功来达到健体治病的目的[6]。脾脏在妊娠生理中有重要作用，体现在脾脏的生化气血和运化水湿的作用。脾主运化气血，脾脏健运，机体的消化机能才能健全，阴血得生，胎有所养，自然不会受到疾病所扰，而培补脾胃多借助谷类及豆类的补益作用，体现了“五谷为养”的思想。益肾以安胎元，药得食助以滋肾益肾。肾藏先天之精，主生殖，与妊娠生理密切相关，而调养妊娠疾病，特别是胎动不安，多用滋肾

益肾之法,“冲为血海,任主胞胎”冲任二脉协调,胎孕才能顺利进行。在补益肾脏时,多药食同用,食借药力,药助食威,共同作用于人体以达到补益肾脏而调病的目的[7]。

4.3. 统摄阴阳

胎儿以母体气血为用,易致母体脏腑虚损,血气失调,而药物多性峻力猛,容易损动胎儿。“药之所入,不若谷气之所达”通过应用具有药理作用的食物,对妊娠疾病进行调治,则更加适用于妊娠期妇女的体质[8]。《圣济总录》食治门食治妊娠诸病中推崇食疗调养顾护,由于妊娠以母体气血为用,易致母体出现“血感不足,气易偏盛”,从而导致母体阴阳平衡失调。在这种情况下统摄阴阳,使其达到动态平衡的状态,才可以调和气血,顾护母胎健康。

4.4. 药食相辅

药物和食物通过适当的配伍和适宜的烹饪方式可以达到事半功倍的效果。食助药威,药借食力,在整个妇女妊娠的过程中需要经历呕吐,腹胀,水肿,眩晕等诸多因妊娠引起的生理性症状,更有甚者,气血阴阳平衡失调,发为妊娠诸病[9]。《圣济总录》食治门食治妊娠诸病中通过药食相配的方式,减轻各种影响妊娠妇女身体健康和正常生活的症状,使母胎得安。同时,在妊娠后期如何避免临产异常状况的发生,保证胎儿顺利娩出,也是妊娠期食治的一个重要方面。“气血流畅,百脉和畅”是保证顺利分娩的必要条件,所以在妊娠后期应适当服用调理气血的食疗方剂,以助临产顺利。

4.5. 综合调养

受孕之后,即进入妊娠期,历时十个月,使胎儿各项机能发育完备,在这一时期,胎儿全赖母体气血的滋养,饮食调养对于母胎而言,不仅可以化生气血,以奉生身,而且饮食得宜可以预防妊娠疾病的发生,还可以固护胎儿,使妊娠过程顺利进行[10]。对于妊娠期的调摄,包含调气、补血、健脾、益肾、扶阴、抑阳等诸多方面。综合调养,不失偏颇才是治疗妇科妊娠病的关键所在。

4.6. 防病于未然

“圣人不治已病治未病”,“治未病”的中医基本原则,在《黄帝内经·素问》中早已提出,即在疾病未发之前就采取调护措施,以防止其发生发展,由于妊娠期妇女的生理特殊性,更应该注重日常的饮食调养,以防止妊娠诸病的发生[11]。在妊娠调护中,包含未孕之时的调护和受孕之后的食疗两个方面,中医素有预培其损的思想,对于气血亏损而有子常堕者,应该预先调养。使气血充盈,才可使受孕之后胎气牢固,无堕胎之患。对于妊娠期的调养,也应当辨证施食,根据素体差异和寒热虚实论治,不可偏于一方,才能使孕妇机体阴阳调和,气血充实,从而达到保健安胎的目的[12]。

5. 小结

在当今丰富的医疗资源和多样化的治病医疗大环境下,应当适度推崇中医食疗,在计划妊娠初期即开始通过食疗调整身体的阴阳平衡,使机体达到最佳状态,为受孕提供良好的环境;受孕之后,及时调整食疗方案,为母体和胎儿提供充足的多种营养供应,并随着妊娠的发展不断通过食疗解决各种妊娠期疾病所带来的影响,最终使胎儿健康发育,妊娠顺利完成[13]。并在分娩之后通过食疗保证产妇健康是中医食疗治疗妊娠疾病的主要发展方向,也是其最终目的。总之,通过综合运用上述中医理论思想,秉承《圣济总录》食治门食治妊娠诸病思想,通过系统的理论研究和精确的辨病辨证方法,以及适当的药食配伍和炮制烹饪方式,将食疗灵活应用于临床工作中保护孕妇妊娠顺利进行和胎儿健康发育的重要方式,也是临床治疗妊娠病的重要手段[14]。

参考文献

- [1] 张雯. 清代盱江医家食疗方运用研究[D]: [硕士学位论文]. 南昌: 江西中医药大学, 2021.
<https://doi.org/10.27180/d.cnki.gjxzc.2021.000086>
- [2] 陆媛媛. 中药药膳食疗在临床营养治疗中的应用[J]. 临床医药文献电子杂志, 2019, 6(12): 71.
<https://doi.org/10.16281/j.cnki.jocml.2019.12.047>
- [3] 穆琳娜, 穆笑娜. 浅谈妊娠恶阻的中医食疗[J]. 黑龙江中医药, 2016, 45(5): 8.
- [4] 王亚红, 谭溶. 中医食疗在妊娠病用药范围与剂型[J]. 新疆中医药, 2016, 34(1): 125-126.
- [5] 孟玺. 《圣济总录·食治门》学术思想研究[D]: [硕士学位论文]. 济南: 山东中医药大学, 2018.
- [6] 娄梦. 北宋食疗方特点的研究[D]: [硕士学位论文]. 郑州: 河南中医药大学, 2016.
- [7] 皮阿琼, 朱晨晨, 吴李征, 曾诚. 傅青主“有故无殒”理论治疗妊娠病探析[J]. 中国中医急症, 2021, 30(4): 726-728+752.
- [8] 何承殷. 基于岭南地区文献研究探讨妇科常见病的食疗方法与规律[D]: [博士学位论文]. 广州: 广州中医药大学, 2017.
- [9] 邓琳雯, 周航, 杨翼. 论月经不调清补二法之食疗[J]. 成都中医药大学学报, 2022, 45(2): 25-29.
- [10] 朱晓霞, 贺宁, 孟斌, 等. 中医食疗干预痰湿体质高血压病的临床疗效观察[J]. 中华中医药杂志, 2021, 36(8): 5106-5109.
- [11] 孟凯华, 齐涵, 陈民. 基于数据挖掘探讨《养老奉亲书》中食疗治疗老年疾病用药规律[J]. 河南中医, 2021, 41(4): 537-541. <https://doi.org/10.16367/j.issn.1003-5028.2021.04.0124>
- [12] 苏婷, 安士菊, 贾敏. 从“冲脉隶属阳明”理论浅谈苏叶黄连汤加味在妊娠恶阻中的应用[J]. 现代中医药, 2023, 43(5): 59-62.
- [13] 左海红, 程文君, 郜丽晓, 施灵美. 中药穴位贴敷联合西药治疗痰湿阻滞型妊娠恶阻临床研究[J]. 新中医, 2023, 55(16): 164-168.
- [14] 陆媛媛. 中药药膳食疗在临床营养治疗中的应用[J]. 临床医药文献电子杂志, 2019, 6(12): 71.