



(12) 发明专利

(10) 授权公告号 CN 103719670 B

(45) 授权公告日 2015. 02. 25

(21) 申请号 201410021455. 1

审查员 都薇

(22) 申请日 2014. 01. 17

(73) 专利权人 鲁春妮

地址 276600 山东省临沂市莒南县天桥路
156 号莒南县人民医院

(72) 发明人 鲁春妮 陈洪芳 胡茂德

(51) Int. Cl.

A23L 1/09(2006. 01)

(56) 对比文件

CN 103169925 A, 2013. 06. 26,

陈明源. 脏腑用药规律. 《常用中药》. 云南
科技出版社, 2010, (第 1 版), 第 272 页.

李浩等. 九香虫为主治疗性神经衰弱 46
例. 《湖北中医杂志》. 2006, 第 28 卷 (第 4 期),
第 39 页.

权利要求书1页 说明书7页

(54) 发明名称

一种补气养血的保健药膳及其制备方法

(57) 摘要

本发明涉及一种补气养血的保健药膳, 主要
取下述重量配比的原料制备而成: 黄芪 2-8 份, 党
参 2-7 份, 当归 2-8 份, 枸杞子 3-8 份, 大枣 2-8
份, 首乌藤 2-6 份, 阿胶 1-4 份, 木瓜 3-9 份, 炙甘
草 1-4 份, 九香虫 1-4 份, 白芍 2-6 份, 生姜 50-150
份, 冰糖 15-50 份, 醋 50-200 份, 猪蹄 500-2000
份. 本发明保健药膳具有补血补气、温经散寒、滋
阴养肝肾、理气调经的功效; 能够治疗由血虚、气
虚、气血两虚、气虚血瘀引起的面色苍白、头晕目
眩、疲惫乏力、少气懒言病症. 能够调和阴阳, 还可
起到防病保健的作用. 是一种安全有效的补气养
血的保健药膳。

1. 一种补气养血的保健药膳的制备方法,其特征在于,取下述重量配比的原料:黄芪 3-6 份,党参 3-5 份,当归 2.5-5 份,枸杞子 3.5-6 份,大枣 3-6 份,首乌藤 3-4 份,阿胶 1.5-2.5 份,木瓜 3-6 份,炙甘草 1.2-2.5 份,九香虫 1.5-2.5 份,白芍 3-5 份,生姜 80-120 份,冰糖 25-40 份,醋 70-150 份,猪蹄 800-1500 份;步骤如下:

①将黄芪、党参、当归、首乌藤、木瓜、炙甘草、九香虫、白芍加水煎煮 2 次,第一次煎煮 1.3-1.8 小时,过滤,得滤液,滤渣加水再煎煮 30 分钟,过滤得滤液,把 2 次滤液混合备用;

②将猪蹄放入沸水在大火熬煮 4-6 分钟,捞出后沥水备用;

③将步骤②中沥水后的猪蹄和姜一起放入砂锅中,加水文火炖 1.5-2.5 小时,水温不得低于 70℃,然后加入醋和四分之一份的冰糖,继续文火炖 1 小时;

④将步骤①所得的滤液与枸杞子、大枣、阿胶一同加入步骤③的猪蹄中,文火炖 35-45 分钟,加入剩余四分之三份冰糖,再炖 20 分钟,捞出猪蹄,汤液过滤备用;

⑤将步骤④中所得过滤汤液,置于温度为 7-9℃的冰箱中冷藏 11-13 小时,形成汤冻。

2. 根据权利要求 1 所述的制备方法,其特征在于,各原料:黄芪 3.5 份,党参 4 份,当归 3 份,枸杞子 4 份,大枣 5 份,首乌藤 3.5 份,阿胶 2 份,木瓜 4 份,炙甘草 1.5 份,九香虫 2 份,白芍 3.5 份,生姜 100 份,冰糖 35 份,醋 120 份,猪蹄 1000 份。

3. 根据权利要求 1 所述的制备方法,其特征在于,步骤①第一次煎煮 1.5 小时。

4. 根据权利要求 1 所述的制备方法,其特征在于,步骤②将猪蹄放入沸水在大火熬煮 5 分钟。

5. 根据权利要求 1 所述的制备方法,其特征在于,步骤③加水文火炖 2 小时。

6. 根据权利要求 1 所述的制备方法,其特征在于,步骤④文火炖 40 分钟。

7. 根据权利要求 1 所述的制备方法,其特征在于,步骤⑤置于温度为 8℃的冰箱中冷藏。

8. 根据权利要求 1 所述的制备方法,其特征在于,步骤⑤冷藏 12 小时。

一种补气养血的保健药膳及其制备方法

技术领域

[0001] 本发明属于保健食品领域,尤其是涉及一种补气养血的保健药膳及其制备方法,主要用于治疗气血不足。

背景技术

[0002] 气血不足即中医学中的气虚和血虚。

[0003] 气是运行在人体内的一种精微物质。具有极强的能量的活动力,激发和推动机体器官的功能活动,因此也代表五脏之气和经脉之气。气的作用主要是温养机体和抵御外邪的入侵,同时参与脏腑功能的新陈代谢。

[0004] 血即流动于经脉中的红色液体。血的功能有两方面。其一,即调养脏腑形体经络和骨窍。血盛则形健,面红润、皮肤光滑、毛发润泽、关节灵活。其二,血液是精神活动的物质基础。血盛则神清气爽、思维敏捷,不足则精神恍惚、心悸不安。

[0005] 是否有气血不足的症状一般从以下几个方面可以观察得出:

[0006] 1、看眼睛。看眼睛实际上是看眼白的颜色,俗话说“人老珠黄”,其实指的就是眼白的颜色变得混浊、发黄,有血丝,这就表明你气血不足了。眼睛随时都能睁得大大的,说明气血充足;反之,眼袋很大、眼睛干涩、眼皮沉重,都代表气血不足。2、看皮肤。皮肤白里透着粉红,有光泽、弹性、无皱纹、无斑代表气血充足。反之,皮肤粗糙,没光泽,发暗、发黄、发白、发青、发红、长斑都代表身体状况不佳、气血不足。3、看头发。头发乌黑、浓密、柔顺代表气血充足,头发干枯、掉发、头发发黄、发白、开叉都是气血不足。4、看耳朵。现在人的耳朵小,看上去越来越僵硬、而且形状上看上去已有些变形。就是孩子和年青人都很少能看到圆润、肥大、饱满的大耳朵了。而这些大耳朵在老人那里却很多见,这说明以前人的身体素质明显强于现代人。小孩子看耳朵看形态,大人除了形态就主要看后天的情况了,主要看色泽、有无斑点、有无疼痛。如果呈淡淡的粉红色、有光泽、无斑点、无皱纹、饱满则代表气血充足。而暗淡、无光泽代表气血已经下降。如果耳朵萎缩、枯燥、有斑点、皱纹多,它代表了人的肾脏功能开始衰竭,你要注意了。5、摸手的温度。如果手一年四季都是温暖的,代表人气血充足,如果手心偏热或者出汗或者手冰冷,都是气血不足。6、看手指的指腹。无论孩子还是成人,如果手指指腹扁平、薄弱或指尖细细的,都代表气血不足,而手指指腹饱满,肉多有弹性,则说明气血充足。7、看青筋。如果在成人的食指上看到青筋,说明小时候消化功能不好,而且这种状态已一直延续到了成年后。这类人体质弱,气血两亏。如果在小指上看到青筋,说明肾气不足。如果掌心下方接近腕横纹的地方纹路多、深,就代表小时候营养差,体质弱,气血不足。成年后,这类女性易患妇科疾病,男性则易患前列腺肥大、痛风等症。8、看指甲上的半月形。正常情况下,半月形应该是除了小指都有。大拇指上,半月形应占指甲面积的1/4—1/5,其它食指、中指、无名指应不超过1/5。如果手指上没有半月形或只有大拇指上有半月形的说明人体内寒气重、循环功能差、气血不足,以致血液到不了手指的末梢,如果半月形过多、过大,则易患甲亢、高血压等病。9、看手指甲上的纵纹。只在成人手上出现,小孩不会有的。当成人手指甲上出现纵纹时,一定要提高警惕,这说明身体气血两亏、出现

了透支,是肌体衰老的象征。10、看牙龈。小孩子不明显,主要是成人。牙龈萎缩代表气血不足,只要发现牙齿的缝隙变大了,食物越来越容易塞在牙缝里,就要注意了,身体已在走下坡路,衰老正在加快。11、看睡眠。成人如果像孩子一样入睡快、睡眠沉,呼吸均匀,一觉睡到自然醒,表示气血很足;而入睡困难,易惊易醒、夜尿多,呼吸深重或打呼噜的人都是血亏。12、看运动。运动时如果出现胸闷、气短、疲劳难以恢复的状况,气血就不足,而那些运动后精力充沛、浑身轻松的人就很好。

[0007] 申请公布号 CN 102319410 A (申请号 201110269539.3) 的专利,公开了一种补气养血的中药组合物及其制备方法,它由下列组份组成:条参 20g-40g、玉竹 40g-60g、制首乌 40g-60g、田七 5g-15g、熟地 40g-60g、黄精 40g-60g、黄芪 40g-60g、茯苓 20g-40g、菟丝子 20g-40g、杜仲 20g-40g、复盆子 20g-40g、桑椹子 20g-40g、女贞子 20g-40g、天麻 20g-40g、生晒参 20g-40g、白术 5g-15g、陈皮 5g-15g、山药 20g-40g、淫羊藿 20g-40g、补骨脂 20g-40g、骨碎补 20g-40g、鸡血藤 40g-60g、当归 40g-60g、白芍 40g-60g、灵芝 40g-60g、大云 20g-40g、山萸 20g-40g、川芎 5g-15g、木瓜 5g-15g、莲子 40g-60g、黑豆 50g-150g、花生米 50g-150g、枸杞 50g-150g、黑芝麻 50g-150g、核桃肉 40g-60g、龙眼肉 40g-60g、红枣 40g-60g、阿胶粉 200g-300g、酒 450g-550g、生姜米 20g-40g、紫河车 40g-60g、冰糖 50g-150g。申请公布号 CN 102716409 A (申请号 201210223938.0) 的专利,公开了一种补气养血的中药组合物,由下述重量份的药材原料常温研磨制成:当归 15-25 份、西洋参 10-20 份、黄芪 20-30 份、陈皮 5-10 份、肉桂 5-10 份、知母 10-15 份、乳香 5-10 份、三七 5-8 份、柴胡 10-15 份、砂仁 5-8 份、茯苓 10-15 份、熟地黄 5-10 份、延胡索 5-10 份、白芍 10-15 份、香附 5-15 份。

[0008] 由此可见,在现有治疗气血不足的方法中,均以药物治疗为主,无论中药亦或是西药多有苦味,故民间有“良药苦口”之说,有些人,特别是儿童多畏其苦而拒绝服药。

发明内容

[0009] 针对现有的现状,本发明的目的之一在于提供一种补气养血的保健药膳,具有补气养血效果,食中有医,在享受美食中,使身体得到滋补,达到调理身体的目的,且本发明用料造价低廉,长期使用进补也不给使用者增加经济上的负担。

[0010] 本发明的另一目的就是提供上述补气养血的保健药膳的制备方法。

[0011] 本发明的上述目的是通过以下技术方案来实现的:

[0012] 一种补气养血的保健药膳,取下述重量配比的主要原料制备而成:黄芪 2-8 份,党参 2-7 份,当归 2-8 份,枸杞子 3-8 份,大枣 2-8 份,首乌藤 2-6 份,阿胶 1-4 份,木瓜 3-9 份,炙甘草 1-4 份,九香虫 1-4 份,白芍 2-6 份,生姜 50-150 份,冰糖 15-50 份,醋 50-200 份,猪蹄 500-2000 份。

[0013] 以上所述的保健药膳,优选的方案,取下述重量配比的主要原料制备而成:黄芪 3-6 份,党参 3-5 份,当归 2.5-5 份,枸杞子 3.5-6 份,大枣 3-6 份,首乌藤 3-4 份,阿胶 1.5-2.5 份,木瓜 3-6 份,炙甘草 1.2-2.5 份,九香虫 1.5-2.5 份,白芍 3-5 份,生姜 80-120 份,冰糖 25-40 份,醋 70-150 份,猪蹄 800-1500 份。

[0014] 以上所述的保健药膳,更佳优选的方案,取下述重量配比的主要原料制备而成:黄芪 3.5 份,党参 4 份,当归 3 份,枸杞子 4 份,大枣 5 份,首乌藤 3.5 份,阿胶 2 份,木瓜 4 份,

炙甘草 1.5 份,九香虫 2 份,白芍 3.5 份,生姜 100 份,冰糖 35 份,醋 120 份,猪蹄 1000 份。

[0015] 根据前面任一所述的补气养血的保健药膳的制备方法,优选的方案在于,步骤如下:

[0016] ①将黄芪、党参、当归、首乌藤、木瓜、炙甘草、九香虫、白芍加水煎煮 2 次,第一次煎煮 1-2 小时,过滤,得滤液,滤渣加水再煎煮 30 分钟,过滤得滤液,把 2 次滤液混合备用;

[0017] ②将猪蹄放入沸水在大火熬煮 3-7 分钟,捞出后沥水备用;

[0018] ③将步骤②中沥水后的猪蹄和姜一起放入砂锅中,加水文火炖 1-3 小时,水温不得低于 70℃,然后加入醋和四分之一份的冰糖,继续文火炖 1 小时;

[0019] ④将步骤①所得的滤液与枸杞子、大枣、阿胶一同加入步骤③的猪蹄中,文火炖 30-50 分钟,加入剩余四分之三份冰糖,再炖 20 分钟,捞出猪蹄,汤液过滤备用;

[0020] ⑤将步骤④中所得过滤汤液,置于温度为 5-10℃的冰箱中冷藏 10-16 小时,形成汤冻。根据前面的制备方法,优选的方案在于,步骤①第一次煎煮 1.3-1.8 小时(优选 1.5 小时)。

[0021] 根据前面的制备方法,优选的方案在于,步骤②将猪蹄放入沸水在大火熬煮 4-6 分钟(优选 5 分钟)。

[0022] 根据前面的制备方法,优选的方案在于,步骤③加水文火炖 1.5-2.5 小时(优选 2 小时)。

[0023] 根据前面的制备方法,优选的方案在于,步骤④文火炖 35-45 分钟(优选 40 分钟)。

[0024] 根据前面的制备方法,优选的方案在于,步骤⑤温度为 7-9℃(优选 8℃)。

[0025] 根据前面所述的制备方法,优选的方案在于,步骤⑤冷藏 11-13 小时(优选 12 小时)。

[0026] 使用方法:为使本发明达到最佳效果,猪蹄趁热即食,一周食用 2-3 次,汤冻一天 1-2 次,每次取 1-2 勺兑入粥内一起食用。

[0027] 药膳不是食物与药物的简单相加,而是在中医辨证配膳理论的指导下,由药物、食物和调料三者精制而成的一种既有药物功效,又有食品美味,用以防病治病、保健强身、延年益寿的特殊食品。

[0028] 一种补气养血的保健药膳,各原料的药理功效分别为:

[0029] 黄芪:味甘,性温。功效:补气固表,利尿托毒,排脓,敛疮生肌。主治:气虚乏力,食少便溏,中气下陷表虚自汗,气虚水肿,痈疽难溃,久溃不敛,血虚萎黄。

[0030] 党参:味甘,性平。功效:补中益气,健脾益肺。主治:脾肺虚弱,气短心悸,食少便溏,虚喘咳嗽,内热消渴。

[0031] 当归:味甘、辛,性温。功效:补血活血,调经止痛,润肠通便。主治:血虚萎黄,眩晕心悸,月经不调,经闭痛经,虚寒腹痛,肠燥便秘,风湿痹痛,跌扑损伤,痈疽疮疡。

[0032] 枸杞子:味甘,性平。功效:滋补肝肾,益精明目。主治:虚劳精亏,腰膝酸痛,眩晕耳鸣,内热消渴,血虚萎黄,目昏不明。

[0033] 大枣:味甘,性温。功效:补中益气,养血安神。主治:脾虚食少,乏力便溏,妇人脏躁。

[0034] 首乌藤:味甘,性平。功效:养血安神,祛风通络。主治:失眠多梦,血虚身痛,风湿痹痛,外治皮肤瘙痒。

[0035] 阿胶:味甘,性平。功效:补血滋阴,润燥,止血。主治:血虚萎黄,眩晕心悸,肌痿无力,心烦不眠,虚风内动,肺燥咳嗽,劳嗽咯血,吐血尿血,便血崩漏,妊娠胎漏。

[0036] 木瓜:味酸,性温。功效:平肝舒筋,和胃化湿。主治:湿痹拘挛,腰膝关节酸重疼痛,吐泻转筋,脚气水肿。

[0037] 炙甘草:味甘,性平。功效:补脾和胃,益气复脉。主治:脾胃虚弱,倦怠乏力,心动悸,脉结代。

[0038] 九香虫:味咸,性温。功效:理气止痛,温中助阳。主治:胃寒胀痛,肝胃气痛,肾虚阳接,腰膝酸痛。

[0039] 白芍:味苦、酸,性微寒。功效:平肝止痛,养血调经,敛阴止汗。主治:用于头痛眩晕,胁痛,腹痛,四肢挛痛,血虚萎黄,月经不调,自汗,盗汗。

[0040] 生姜:味辛,性温。功效:解表散寒,温中止呕,化痰止咳。主治:用于风寒感冒,胃寒呕吐,寒痰咳嗽。

[0041] 冰糖:味甘,性平,为白砂糖的结晶再制品。功效:养阴生津,润肺止咳。主治:肺燥咳嗽,干咳无痰,咯痰带血。

[0042] 醋:味酸、苦,性温,又名苦酒(出自《伤寒论》)、淳酢(出自《本草经集注》),是以米、麦、高粱等酿成的含有乙酸的液体。功效:散瘀,止血,解毒,杀虫。主治:产后血晕,吐血衄血,阴部瘙痒,痈疽疮肿。

[0043] 猪蹄:味甘、咸,性平,又名猪四足(出自《本草经集注》),为猪科动物猪的蹄。功效:补血,通乳。主治:妇人乳少,痈疽,疮毒。

[0044] 本发明药膳“注重整体”、“辩证施食”,既可治病,又可强身防病,这是有别于药物治疗的特点之一。本发明药膳中选用的药材尽管多是平和之品,但其防治疾病和健身养生的效果却是比较显著的。

具体实施方式

[0045] 下面结合实施例和实验例详细说明本发明的技术方案,但保护范围不被此限制。

[0046] 实施例1 一种补气养血的保健药膳,取下述重量配比的主要原料制备而成(每份取20g):黄芪2份,党参2份,当归2份,枸杞子3份,大枣2份,首乌藤2份,阿胶1份,木瓜3份,炙甘草1份,九香虫1份,白芍2份,生姜50份,冰糖15份,醋50份,猪蹄500份。

[0047] 上述补气养血的保健药膳的制备方法,步骤是:

[0048] ①将黄芪、党参、当归、首乌藤、木瓜、炙甘草、九香虫、白芍加水煎煮2次,第一次煎煮1小时,过滤,得滤液,滤渣加水再煎煮30分钟,过滤得滤液,把2次滤液混合备用;

[0049] ②将猪蹄放入沸水在大火熬煮3分钟,捞出后沥水备用;

[0050] ③将步骤②中沥水后的猪蹄和姜一起放入砂锅中,加水文火炖1小时,水温不得低于70℃,然后加入醋和四分之一份的冰糖,继续文火炖1小时;

[0051] ④将步骤①所得的滤液与枸杞子、大枣、阿胶一同加入步骤③的猪蹄中,文火炖30分钟,加入剩余四分之三份冰糖,再炖20分钟,捞出猪蹄,汤液过滤备用;

[0052] ⑤将步骤④中所得过滤汤液,置于温度为5℃的冰箱中冷藏10小时,形成汤冻。

[0053] 典型案例一王XX,女,28岁,山东烟台人,自述每年到了天气转寒时,手脚冰凉,全身发冷,即使坐在暖气房里与身边人相比,手脚体温仍然偏低。初次之外也没什么其他的病

症,去看医生医生说没什么大病,就是气血虚,服用的补气益血保健药品就没事了,但是一般的保健药都很贵,王女士舍不得长期服用,经朋友介绍得知本发明保健药膳,价格也不贵就买了 2 个月的药膳服用。

[0054] 服用本发明实施例 1 所得药膳半个月时,患者感觉自己全身有力气了,手脚冰冷的症状有所改善,又继续服用本发明实施例 1 所得药膳一个月时手脚冰凉的症状消失,证明本发明药膳对于气血不足确实有效。

[0055] 实施例 2 一种补气养血的保健药膳,取下述重量配比的主要原料制备而成(每份取 10g):黄芪 3 份,党参 3 份,当归 2.5 份,枸杞子 3.5 份,大枣 3 份,首乌藤 3 份,阿胶 1.5 份,木瓜 3 份,炙甘草 1.2 份,九香虫 1.5 份,白芍 3 份,生姜 80 份,冰糖 25 份,醋 70 份,猪蹄 800 份。

[0056] 上述补气养血的保健药膳的制备方法,步骤是:

[0057] ①将黄芪、党参、当归、首乌藤、木瓜、炙甘草、九香虫、白芍加水煎煮 2 次,第一次煎煮 1.3 小时,过滤,得滤液,滤渣加水再煎煮 30 分钟,过滤得滤液,把 2 次滤液混合备用;

[0058] ②将猪蹄放入沸水在大火熬煮 4 分钟,捞出后沥水备用;

[0059] ③将步骤②中沥水后的猪蹄和姜一起放入砂锅中,加水文火炖 1.5 小时,水温不得低于 70℃,然后加入醋和四分之一份的冰糖,继续文火炖 1 小时;

[0060] ④将步骤①所得的滤液与枸杞子、大枣、阿胶一同加入步骤③的猪蹄中,文火炖 35 分钟,加入剩余四分之三份冰糖,再炖 20 分钟,捞出猪蹄,汤液过滤备用;

[0061] ⑤将步骤④中所得过滤汤液,置于温度为 7℃的冰箱中冷藏 11 小时,形成汤冻。

[0062] 实施例 3 一种补气养血的保健药膳,取下述重量配比的主要原料制备而成(每份取 15g):黄芪 6 份,党参 5 份,当归 5 份,枸杞子 6 份,大枣 6 份,首乌藤 4 份,阿胶 2.5 份,木瓜 6 份,炙甘草 2.5 份,九香虫 2.5 份,白芍 5 份,生姜 120 份,冰糖 40 份,醋 150 份,猪蹄 1500 份。

[0063] 上述补气养血的保健药膳的制备方法,步骤是:

[0064] ①将黄芪、党参、当归、首乌藤、木瓜、炙甘草、九香虫、白芍加水煎煮 2 次,第一次煎煮 1.8 小时,过滤,得滤液,滤渣加水再煎煮 30 分钟,过滤得滤液,把 2 次滤液混合备用;

[0065] ②将猪蹄放入沸水在大火熬煮 6 分钟,捞出后沥水备用;

[0066] ③将步骤②中沥水后的猪蹄和姜一起放入砂锅中,加水文火炖 2.5 小时,水温不得低于 70℃,然后加入醋和四分之一份的冰糖,继续文火炖 1 小时;

[0067] ④将步骤①所得的滤液与枸杞子、大枣、阿胶一同加入步骤③的猪蹄中,文火炖 45 分钟,加入剩余四分之三份冰糖,再炖 20 分钟,捞出猪蹄,汤液过滤备用;

[0068] ⑤将步骤④中所得过滤汤液,置于温度为 9℃的冰箱中冷藏 13 小时,形成汤冻。

[0069] 实施例 4 一种补气养血的保健药膳,取下述重量配比的主要原料制备而成(每份取 10g):黄芪 8 份,党参 7 份,当归 8 份,枸杞子 8 份,大枣 8 份,首乌藤 6 份,阿胶 4 份,木瓜 9 份,炙甘草 4 份,九香虫 4 份,白芍 6 份,生姜 150 份,冰糖 50 份,醋 200 份,猪蹄 2000 份。

[0070] 上述补气养血的保健药膳的制备方法,步骤是:

[0071] ①将黄芪、党参、当归、首乌藤、木瓜、炙甘草、九香虫、白芍加水煎煮 2 次,第一次煎煮 2 小时,过滤,得滤液,滤渣加水再煎煮 30 分钟,过滤得滤液,把 2 次滤液混合备用;

[0072] ②将猪蹄放入沸水在大火熬煮 7 分钟,捞出后沥水备用;

[0073] ③将步骤②中沥水后的猪蹄和姜一起放入砂锅中,加水文火炖 3 小时,水温不得低于 70℃,然后加入醋和四分之一份的冰糖,继续文火炖 1 小时;

[0074] ④将步骤①所得的滤液与枸杞子、大枣、阿胶一同加入步骤③的猪蹄中,文火炖 50 分钟,加入剩余四分之三份冰糖,再炖 20 分钟,捞出猪蹄,汤液过滤备用;

[0075] ⑤将步骤④中所得过滤汤液,置于温度为 10℃的冰箱中冷藏 16 小时,形成汤冻。

[0076] 典型案例二田 XX,男,50 岁,山东济南人,患者最近这几年身子骨一年不如一年了,常常有种力不从心的感觉,走路也没有力气,就连 2 岁的外孙抱着都有点费力气,由于老伴去世的早,儿女也不在身边,自己也不经常做饭,随便吃点剩饭,长此以往造成了严重的贫血,气血两虚等症状,儿女们见父亲的病症,就去买了本发明实施例 4 所得药膳,给老人服用。

[0077] 服用本发明实施例 4 所得药膳 10 天时,患者感觉自己全身有力气了,饭量大增,见有好转,又继续服用本发明实施例 1 所得药膳一个月,田先生现在身体强壮,能干农活了。

[0078] 实施例 5 一种补气养血的保健药膳,取下述重量配比的主要原料制备而成(每份取 30g):黄芪 3.5 份,党参 4 份,当归 3 份,枸杞子 4 份,大枣 5 份,首乌藤 3.5 份,阿胶 2 份,木瓜 4 份,炙甘草 1.5 份,九香虫 2 份,白芍 3.5 份,生姜 100 份,冰糖 35 份,醋 120 份,猪蹄 1000 份。

[0079] 上述补气养血的保健药膳的制备方法,步骤是:

[0080] ①将黄芪、党参、当归、首乌藤、木瓜、炙甘草、九香虫、白芍加水煎煮 2 次,第一次煎煮 1.5 小时,过滤,得滤液,滤渣加水再煎煮 30 分钟,过滤得滤液,把 2 次滤液混合备用;

[0081] ②将猪蹄放入沸水在大火熬煮 5 分钟,捞出后沥水备用;

[0082] ③将步骤②中沥水后的猪蹄和姜一起放入砂锅中,加水文火炖 2 小时,水温不得低于 70℃,然后加入醋和四分之一份的冰糖,继续文火炖 1 小时;

[0083] ④将步骤①所得的滤液与枸杞子、大枣、阿胶一同加入步骤③的猪蹄中,文火炖 40 分钟,加入剩余四分之三份冰糖,再炖 20 分钟,捞出猪蹄,汤液过滤备用;

[0084] ⑤将步骤④中所得过滤汤液,置于温度为 8℃的冰箱中冷藏 12 小时,形成汤冻。

[0085] 实验例 为了验证本发明药膳对气血不足的具体疗效,选取有气血不足症状的 100 人,男女各半,平均年龄为 36 岁,观察期限 1 个月。根据症状将 100 例气血不足的划分为两组:实验组和对照组。入选标准:有气血不足一个或数个症状并持续三个月以上者。实验组使用本产品实施例 5 所得药膳,汤冻一次 1 勺,一天 2 次,猪蹄一周 2 次,一次 500g。对照组使用其他针对气血不足的保健品。每 7 天定期查看并询问患者身体状况及感受,做好记录,判定标准,有效:不适症状明显改善;无效:不适症状无变化。结果如下表 1:

[0086] 表 1:

[0087]

组别	人数	有效人数	无效人数	有效率(%)	第一周感觉有明显改善的人数	第三周感觉有明显改善的人数
对照组	50 人	20 人	30 人	40%	1 人	8 人
实验组	50 人	47 人	3 人	94%	10 人	30 人

[0088] 效果分析:实验组(服用本发明实施例 5 所得药膳)有效率为 94%,比对照组有效率高出 54%,且效果较为快速,初期(第一周)有效人数高出对照组 9 人,且使用期间无一人出现不适应现象,证明本发明药膳无毒副作用,本发明保健药膳具有补血补气、温经散寒、滋阴养肝肾、理气调经的功效;能够治疗由血虚、气虚、气血两虚、气虚血瘀引起的面色苍白、

头晕目眩、疲惫乏力、少气懒言病症。能够调和阴阳,还可起到防病保健的作用。是一种安全有效的补气养血的保健药膳。