



(12) 发明专利

(10) 授权公告号 CN 103907933 B

(45) 授权公告日 2015. 04. 29

(21) 申请号 201410118810. 7

(22) 申请日 2014. 03. 27

(73) 专利权人 张磊

地址 276000 山东省临沂市兰山区陵园东街
1 号

专利权人 马金玲 陈欣

(72) 发明人 张磊 马金玲 陈欣

(74) 专利代理机构 北京风雅颂专利代理有限公司
11403

代理人 田欣欣 李雪花

(51) Int. Cl.

A23L 1/29(2006. 01)

A61K 36/815(2006. 01)

A61P 1/14(2006. 01)

A61K 35/60(2006. 01)

审查员 刘自琴

权利要求书1页 说明书7页

(54) 发明名称

一种补肾益气的药膳及其制备方法

(57) 摘要

本发明公开了一种补肾益气的药膳,取下述重量配比的主要原料制备而成:黄鳝 100-300 份,豆腐 200-500 份,核桃仁 3-9 份,黑芝麻 1-4 份,枸杞子 1-5 份,熟地黄 1-4 份,杜仲叶 2-7 份,茯苓 2-6 份,肉苁蓉 1-3 份,八角茴香 1-4 份,花椒 0.5-3 份。本发明具有补肾益气的功效,对肾虚引起的腰酸腰痛、怕冷、性欲冷淡等症状有很好的治疗效果。

1. 一种补肾益气的药膳,其特征在于,取下述重量配比的原料:黄鳝 100 份,豆腐 200 份,核桃仁 3 份,黑芝麻 1 份,枸杞子 1 份,熟地黄 1 份,杜仲叶 2 份,茯苓 2 份,肉苁蓉 1 份,八角茴香 1 份,花椒 0.5 份;制备方法步骤如下:

(1) 将枸杞子、熟地黄、杜仲叶、茯苓、肉苁蓉、八角茴香、花椒置于砂锅内加水煎煮 20-40 分钟,用水量为原料药总重量的 2-5 倍,过滤得滤液;

(2) 将黄鳝去头,去内脏,切成长 0.4-0.6cm,宽 0.3-0.5cm 的条,置于沸水中氽烫 1-3 分钟捞出备用;

(3) 将步骤(2)加工好的黄鳝与步骤(1)所得滤液混合,置于高压锅内隔水蒸炖 10-15 分钟后,所得混合物,取出备用;

(4) 将豆腐置于细网纱布内,用擀面杖按压推碾,制成豆腐泥;

(5) 将步骤(4)所得豆腐泥加入步骤(3)所得混合物中,搅拌均匀后,再次置于高压锅内隔水蒸炖 2-6 分钟,所得混合物,取出备用;

(6) 将核桃仁碾碎,与黑芝麻一起加入步骤(5)所得混合物中即可。

2. 根据权利要求 1 所述的药膳,其特征在于:步骤(1)加水煎煮 25-35 分钟。

3. 根据权利要求 1 所述的药膳,其特征在于:步骤(1)用水量为原料药总重量的 3-4 倍。

4. 根据权利要求 1 所述的药膳,其特征在于:步骤(2)置于沸水中氽烫 1-2 分钟。

5. 根据权利要求 1 所述的药膳,其特征在于:步骤(3)置于高压锅内隔水蒸炖 11-14 分钟。

6. 根据权利要求 1 所述的药膳,其特征在于:步骤(5)置于高压锅内隔水蒸炖 3-5 分钟。

一种补肾益气的药膳及其制备方法

技术领域

[0001] 本发明涉及了一种补肾益气的药膳及其制备方法,属于保健食品领域,主要用于肾虚。

背景技术

[0002] 肾虚指肾脏精气阴阳不足。肾虚的种类有很多,其中最常见的是肾阴虚、肾阳虚。肾阴虚,主要症状是腰膝酸软,两腿无力,心烦易怒,还会有以下诸症:眩晕耳鸣、形体消瘦、失眠多梦、颧红潮热、盗汗、咽干、男子阳痿或阳强不倒、性欲亢进,遗精早泄,妇女经少、经闭、崩漏、不孕、尿短赤黄。肾阳虚,表现为面色白或黧黑、腰膝酸痛、筋骨萎软、神疲乏力、精神不振、身体沉重、性欲减退、手足冰冷、畏寒怕风、易受凉腹泻、身体浮肿等等。此外,女子会出现不孕、遗尿、浮肿,性欲低下等症状。肾阴虚、肾阳虚是中医理论中的一个术语,肾阴虚和肾阳虚也是中医的症。肾阴是物质的,肾阳和肾气是功能的。如果消耗的物质比较多,如肾精,或性生活过于频繁,或劳力(包括脑力、体力)过度,或生下来身体弱,物质基础比较低,出现腰膝酸软、四肢乏力、头晕耳鸣,脱发,牙齿松动,记忆力减退,性欲减退,遗精、早泄等等,为肾阴虚的症状。而肾阴虚容易出现虚热,中医理论阴虚生内热,容易出现五心烦热(就是两个手心,两个脚心,心口感觉热的感觉)。睡觉的时候容易盗汗。肾阳虚有和肾阴虚相同的症状,如,腰膝酸软,四肢乏力,还有性欲减退,因为是阳虚,中医理论阳虚生外寒,会出现怕冷的症状,面色虚白,畏寒怕冷,手脚冰凉、小便清长,大便稀薄。阳虚表现的是外在的,肾阴虚表现的是内在的。

[0003] 形成肾虚的原因多为以下几种:1、房事过度,或少年频繁手淫;2、思虑忧郁,损伤心脾,则病及阳明冲脉;3、恐惧伤肾;4、肝主筋,阴器为宗筋之汇,若情志不遂,忧思郁怒,肝失疏泄条达,则宗筋所聚无能;5、湿热下注,宗筋弛纵。

[0004] 肾虚的临床症状主要有:1、变胖:食量并没有增大,生活也一切如常,可是体重却在不停上升。即使你每天运动一、两个小时,效果也不尽理想。尽管很少人会把肥胖和肾虚联系到一起,但事实却是,你发胖的罪魁祸首之一就是肾虚,这个你是不得不承认的。2、脱发增多:你是否曾经拥有一头人见人爱的乌黑长发,可是在最近它是否渐渐干枯稀疏并且失去光泽,最好的洗发护发用品,一星期一次的专业护理,挽救不了你头顶的尴尬局面。那么你就要考虑一下自己的问题是不是与肾功能减退有关了。3、眼睑浮肿:在早晨起床时,眼睛干涩,或许你会认为是前一天在电脑前工作太久的缘故,且慢,仔细观察一下,你的下眼睑是否浮肿得厉害,小心,这些可是肾虚的信号呀,说明肾脏不能够借助尿液的生成及时排出身体内的毒素,功能正在减退中。4、性欲冷淡:三十出头的年纪本该是如狼似虎,你却成了庙里的尼姑,肾虚可能就是罪魁。5、更年期提前骚扰:潮红、盗汗、月经周期拖后,情绪波动……这些更年期症状如果找上了30岁的你,就该去检验一下你的肾是否有问题了。中医认为虚证的本质就是衰老。久劳伤肾,“肾虚”之人衰老速度较快。6、怕冷:在办公室里别人觉得合适的温度是否总让你直打哆嗦,使得你与同事在空调温度问题上难以达成一致。还有你穿的衣服是否总是比别人多,你是否一受凉就拉肚子。中医认为这些都是肾虚

造成的。

[0005] 肾虚的预防：如病因与恣情纵欲有关的，应清心寡欲，戒除手淫；如与全身衰弱、营养不良或身心过劳有关的，应适当增加营养或注意劳逸结合，节制性欲。肾虚多为积累成疾，切不可用急于求成而用大补之药进补，应当慢慢调理。

[0006] 公开号为CN1403112的中国专利文献于2002年公开了一种名为“一种治疗肾虚的药”，其主要由人参、鹿茸、狗肾、龟胶、熟地、山萸肉、黄芪、山药、肉桂、附子、车前子、水蛭、全蝎、锁阳、巴戟天、桑螵蛸、覆盆子、菟丝子、枸杞、柏子仁、杜仲等原料制干，搅拌，研末而成。其配方药材众多，个别药材价格较高，且制备方法复杂，不适用于个人操作。公开号为CN1403112的中国专利文献于2002年公开了一种名为“一种保健药酒及其生产方法”，20多种名贵中药，经过精细科学工艺，两次浸泡，过滤、配制、陈化而成一种保健药酒，造价高昂，增加了使用者的经济负担。

发明内容

[0007] 针对现有技术的不足，本发明的目的之一在于提供一种补肾益气的药膳，具有补中益气，补肾强身的效果，真正做到食中有医，减轻使用者的心理负担，且本发明用料造价低廉，所选药材多为药性平和之物，长期食用进补也不给使用者增加经济和身体上的负担。

[0008] 本发明的另一目的就是提供上述补肾益气的药膳的制备方法。

[0009] 本发明的技术方案是：

[0010] 一种补肾益气的药膳，取下述重量配比的主要原料制备而成：黄鳝 100-300 份，豆腐 200-500 份，核桃仁 3-9 份，黑芝麻 1-4 份，枸杞子 1-5 份，熟地黄 1-4 份，杜仲叶 2-7 份，茯苓 2-6 份，肉苁蓉 1-3 份，八角茴香 1-4 份，花椒 0.5-3 份。

[0011] 一种补肾益气的药膳，优选的方案为，取下述重量配比的主要原料制备而成：黄鳝 150-250 份，豆腐 300-400 份，核桃仁 4-7 份，黑芝麻 2-4 份，枸杞子 2-4 份，熟地黄 1.5-3 份，杜仲叶 3-5 份，茯苓 2.5-5 份，肉苁蓉 1.5-2 份，八角茴香 1.5-3 份，花椒 1-2 份。

[0012] 一种补肾益气的药膳，更为优选的方案为，取下述重量配比的主要原料制备而成：黄鳝 200 份，豆腐 350 份，核桃仁 5 份，黑芝麻 3 份，枸杞子 3 份，熟地黄 1.5 份，杜仲叶 3.5 份，茯苓 3 份，肉苁蓉 1.5 份，八角茴香 2 份，花椒 1.5 份。

[0013] 上述补肾益气的药膳的制备方法，制备步骤如下：

[0014] (1) 将枸杞子、熟地黄、杜仲叶、茯苓、肉苁蓉、八角茴香、花椒置于砂锅内加水煎煮 20-40 分钟，用水量为原料药总重量的 2-5 倍，过滤得滤液；

[0015] (2) 将黄鳝去头，去内脏，切成长 0.4-0.6CM，宽 0.3-0.5CM 的条，置于沸水中氽烫 1-3 分钟捞出备用；

[0016] (3) 将步骤(2)加工好的黄鳝与步骤(1)所得滤液混合，置于高压锅内隔水蒸炖 10-15 分钟后，所得混合物，取出备用；

[0017] (4) 将豆腐置于细网纱布内，用擀面杖按压推碾，制成豆腐泥；

[0018] (5) 将步骤(4)所得豆腐泥加入步骤(3)所得混合物中，搅拌均匀后，再次置于高压锅内隔水蒸炖 2-6 分钟，所得混合物，取出备用；

[0019] (6) 将核桃仁碾碎，与黑芝麻一起加入步骤(5)所的混合物中即可。

[0020] 上述补肾益气的药膳的制备方法，优选的方案在于，步骤(1)加水煎煮 25-35 分钟

(优选 30 分钟)。

[0021] 上述补肾益气的药膳的制备方法,优选的方案在于,步骤(1)用水量为原料药总重量的 3-4 倍(优选 3.5 倍)。

[0022] 上述补肾益气的药膳的制备方法,优选的方案在于,步骤(2)置于沸水中氽烫 1-2 分钟(优选 1.5 分钟)。

[0023] 上述补肾益气的药膳的制备方法,优选的方案在于,步骤(3)置于高压锅内隔水蒸炖 11-14 分钟(优选 12 分钟)。

[0024] 上述补肾益气的药膳的制备方法,优选的方案在于,步骤(5)置于高压锅内隔水蒸炖 3-5 分钟(优选 4 分钟)。

[0025] 本发明还提供了所述的补肾益气的药膳在制备治疗肾虚、腰痛、怕冷的保健品时的应用。

[0026] 最佳使用方法:为使本发明达到最佳的治疗效果,制成的药膳,每日 1 次,随午饭同食,使用者亦可根据个人口味加入适量盐或糖调味。

[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,又有食品美味的特殊食品。

[0028] 各原料药的药理功效分别为:

[0029] 黄鳝:味甘,性温,归肝、脾、肾经。属鱼纲、合鳃目、合鳃科、黄鳝亚科,体状像蛇,但没有鳞。《本草拾遗》记载:鳝鱼,夏月于浅水中作窟,如蛇,冬蛰夏出,宜食之。功效:益气养血,补肝肾,强筋骨,祛风湿。主治:虚劳,阳痿,腰膝酸软,风寒湿痹。

[0030] 豆腐:味甘、咸,性寒,归脾、胃、大肠经。功效:益气宽中,生津润燥,清热解毒。主治:脾胃虚弱引起的腹胀,以及水土不服所引起的呕吐。现代医学证实,豆腐除有增加营养、帮助消化、增进食欲的功能外,对齿、骨骼的生长发育也颇为有益,在造血功能中可增加血液中铁的含量,也是儿童、病弱者及老年人补充营养的食疗佳品。豆腐含有丰富的植物雌激素,对防治骨质疏松症有良好的作用。

[0031] 核桃仁:味甘,性温,归肾、肺、大肠经。功效:补肾,温肺,润肺。主治:腰膝酸软,阳痿遗精,虚寒喘嗽,大便秘结。

[0032] 黑芝麻:味甘,性平,归肝、肾、大肠经。功效:补肝肾,益精血,润肠燥。主治:头晕眼花,耳鸣耳聋,须发早白,病后脱发。肠燥便秘。

[0033] 枸杞子:味甘,性平,归肝、肾经。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。

[0034] 熟地黄:味甘,性微温,归肝、肾经。功效:滋阴补血,益精填髓。主治:肾虚,腰膝酸软,骨蒸潮热,盗汗遗精,内热消渴,血虚萎黄,心悸怔忡,月经不调,崩漏下血,眩晕,耳鸣,须发早白。

[0035] 杜仲叶:味微辛,性温,归肝、肾经。功效:补肝肾,强筋骨。主治:肝肾不足,头晕目眩,腰膝酸痛,筋骨痿软。

[0036] 茯苓:味甘、淡,性平,归心、肺、脾、肾经。功效:利水渗湿,健脾宁心。主治:水肿尿少,痰饮眩悸,脾虚食少,便溏泄泻,心神不安,惊悸失眠。

[0037] 肉苁蓉:味甘、咸,性温,归肾、大肠经。功效:补肾阳,益精血,润肠通便。主治:阳痿,不孕,腰膝酸软,筋骨无力,肠燥便秘。

[0038] 八角茴香：味辛，性温，归肝、肾、脾、胃经。功效：温阳散寒，理气止痛。主治：寒疝腹痛，肾虚腰痛，胃寒呕吐，脘腹冷痛。

[0039] 花椒：味辛，性温，归脾、胃、肾经。功效：温中止痛，杀虫止痒。主治：脘腹冷痛，呕吐泄泻，虫积腹痛，蛔虫症；外治湿疹瘙痒。

[0040] 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均根据中医治疗肾虚的理论，因此更加安全可靠。

具体实施方式

[0041] 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。

[0042] 实施例 1 一种补肾益气的药膳，取下述重量配比的主要原料制备而成：黄鳝 100 克，豆腐 200 克，核桃仁 3 克，黑芝麻 1 克，枸杞子 1 克，熟地黄 1 克，杜仲叶 2 克，茯苓 2 克，肉苁蓉 1 克，八角茴香 1 克，花椒 0.5 克。

[0043] 上述补肾益气的药膳的制备方法，制备步骤如下：

[0044] (1) 将枸杞子、熟地黄、杜仲叶、茯苓、肉苁蓉、八角茴香、花椒置于砂锅内加水煎煮 20 分钟，用水量为原料药总重量的 2 倍，过滤得滤液；

[0045] (2) 将黄鳝去头，去内脏，切成长 0.4-0.6CM，宽 0.3-0.5CM 的条，置于沸水中氽烫 1 分钟捞出备用；

[0046] (3) 将步骤(2)加工好的黄鳝与步骤(1)所得滤液混合，置于高压锅内隔水蒸炖 10 分钟后，所得混合物，取出备用；

[0047] (4) 将豆腐置于细网纱布内，用擀面杖按压推碾，制成豆腐泥；

[0048] (5) 将步骤(4)所得豆腐泥加入步骤(3)所得混合物中，搅拌均匀后，再次置于高压锅内隔水蒸炖 2 分钟，所得混合物，取出备用；

[0049] (6) 将核桃仁碾碎，与黑芝麻一起加入步骤(5)所得混合物中即可。

[0050] 实施例 2 一种补肾益气的药膳，取下述重量配比的主要原料制备而成：黄鳝 300 克，豆腐 500 克，核桃仁 9 克，黑芝麻 4 克，枸杞子 5 克，熟地黄 4 克，杜仲叶 7 克，茯苓 6 克，肉苁蓉 3 克，八角茴香 4 克，花椒 3 克。

[0051] 上述补肾益气的药膳的制备方法，制备步骤如下：

[0052] (1) 将枸杞子、熟地黄、杜仲叶、茯苓、肉苁蓉、八角茴香、花椒置于砂锅内加水煎煮 40 分钟，用水量为原料药总重量的 5 倍，过滤得滤液；

[0053] (2) 将黄鳝去头，去内脏，切成长 0.4-0.6CM，宽 0.3-0.5CM 的条，置于沸水中氽烫 3 分钟捞出备用；

[0054] (3) 将步骤(2)加工好的黄鳝与步骤(1)所得滤液混合，置于高压锅内隔水蒸炖 15 分钟后，所得混合物，取出备用；

[0055] (4) 将豆腐置于细网纱布内，用擀面杖按压推碾，制成豆腐泥；

[0056] (5) 将步骤(4)所得豆腐泥加入步骤(3)所得混合物中，搅拌均匀后，再次置于高压锅内隔水蒸炖 6 分钟，所得混合物，取出备用；

[0057] (6) 将核桃仁碾碎，与黑芝麻一起加入步骤(5)所得混合物中即可。

[0058] 典型病例一：李 XX，男，47 岁。症状：半年前，开始出现夜间尿频、尿量增大、畏寒肢

冷、腰膝酸软、舌淡、脉沉弱等症状，去医院进行检查，被医生确诊为肾阳虚。来诊时间：2011年3月21日；服用本实施例1所得补肾益气的药膳，采用每天1次，随午饭同食。服用10天夜间尿频症状有所改善；服用1个月，畏寒肢冷症状改善，腰膝酸软症状逐渐消失；服用4个月，患者不适症状完全消失。

[0059] 实施例3 一种补肾益气的药膳，取下述重量配比的主要原料制备而成：黄鳝150克，豆腐300克，核桃仁4克，黑芝麻2克，枸杞子2克，熟地黄1.5克，杜仲叶3克，茯苓2.5克，肉苁蓉1.5克，八角茴香1.5克，花椒1克。

[0060] 上述补肾益气的药膳的制备方法，制备步骤如下：

[0061] (1) 将枸杞子、熟地黄、杜仲叶、茯苓、肉苁蓉、八角茴香、花椒置于砂锅内加水煎煮25分钟，用水量为原料药总重量的3倍，过滤得滤液；

[0062] (2) 将黄鳝去头，去内脏，切成长0.4-0.6CM，宽0.3-0.5CM的条，置于沸水中氽烫1分钟捞出备用；

[0063] (3) 将步骤(2)加工好的黄鳝与步骤(1)所得滤液混合，置于高压锅内隔水蒸炖11分钟后，所得混合物，取出备用；

[0064] (4) 将豆腐置于细网纱布内，用擀面杖按压推碾，制成豆腐泥；

[0065] (5) 将步骤(4)所得豆腐泥加入步骤(3)所得混合物中，搅拌均匀后，再次置于高压锅内隔水蒸炖3分钟，所得混合物，取出备用；

[0066] (6) 将核桃仁碾碎，与黑芝麻一起加入步骤(5)所得混合物中即可。

[0067] 典型病例二：杨XX，男，41岁。症状：最近一个月以来，他经常出现头晕耳鸣、尿频尿急、腰膝酸痛、神疲乏力、全身无力等症状，去医院检查被确诊为肾虚，吃过不少治疗肾虚的药物，均无明显效果。来诊时间：2010年12月20日；服用本实施例3所得补肾益气的药膳，采用每日1次，随午饭同食。服用7天，头晕耳鸣现象改善；服用1个月，症状逐渐消失，体力增强，精神状态好转；继续服用2个月，患者自感痊愈。

[0068] 实施例4 一种补肾益气的药膳，取下述重量配比的主要原料制备而成：黄鳝250克，豆腐400克，核桃仁7克，黑芝麻4克，枸杞子4克，熟地黄3克，杜仲叶5克，茯苓5克，肉苁蓉2克，八角茴香3克，花椒2克。

[0069] 上述补肾益气的药膳的制备方法，制备步骤如下：

[0070] (1) 将枸杞子、熟地黄、杜仲叶、茯苓、肉苁蓉、八角茴香、花椒置于砂锅内加水煎煮35分钟，用水量为原料药总重量的4倍，过滤得滤液；

[0071] (2) 将黄鳝去头，去内脏，切成长0.4-0.6CM，宽0.3-0.5CM的条，置于沸水中氽烫2分钟捞出备用；

[0072] (3) 将步骤(2)加工好的黄鳝与步骤(1)所得滤液混合，置于高压锅内隔水蒸炖14分钟后，所得混合物，取出备用；

[0073] (4) 将豆腐置于细网纱布内，用擀面杖按压推碾，制成豆腐泥；

[0074] (5) 将步骤(4)所得豆腐泥加入步骤(3)所得混合物中，搅拌均匀后，再次置于高压锅内隔水蒸炖5分钟，所得混合物，取出备用；

[0075] (6) 将核桃仁碾碎，与黑芝麻一起加入步骤(5)所得混合物中即可。

[0076] 典型病例三：王XX，女，50岁。症状：患者自述头痛四余年，常常头晕头痛、耳鸣、腰膝酸软无力、舌红少苔、脉沉细，做头颅ct未见异常。平时服用止痛药稍有所缓解，但无明

显效果。来诊时间：2011年2月18日；服用本实施例4所得补肾益气的药膳，采用每日一次，随午饭同食。服用10天，头痛缓解，症状有所改善；服用2个月，头痛逐渐消失，腰膝酸软无力症状改善，精神状态改善；继续服用2个月，患者痊愈且至今无复发。

[0077] 实施例5 一种补肾益气的药膳，取下述重量配比的主要原料制备而成：黄鳝200克，豆腐350克，核桃仁5克，黑芝麻3克，枸杞子3克，熟地黄1.5克，杜仲叶3.5克，茯苓3克，肉苁蓉1.5克，八角茴香2克，花椒1.5克。

[0078] 上述补肾益气的药膳的制备方法，制备步骤如下：

[0079] (1) 将枸杞子、熟地黄、杜仲叶、茯苓、肉苁蓉、八角茴香、花椒置于砂锅内加水煎煮30分钟，用水量为原料药总重量的3.5倍，过滤得滤液；

[0080] (2) 将黄鳝去头，去内脏，切成长0.4-0.6CM，宽0.3-0.5CM的条，置于沸水中氽烫1.5分钟捞出备用；

[0081] (3) 将步骤(2)加工好的黄鳝与步骤(1)所得滤液混合，置于高压锅内隔水蒸炖12分钟后，所得混合物，取出备用；

[0082] (4) 将豆腐置于细网纱布内，用擀面杖按压推碾，制成豆腐泥；

[0083] (5) 将步骤(4)所得豆腐泥加入步骤(3)所得混合物中，搅拌均匀后，再次置于高压锅内隔水蒸炖4分钟，所得混合物，取出备用；

[0084] (6) 将核桃仁碾碎，与黑芝麻一起加入步骤(5)所得混合物中即可。

[0085] 实验例1 实施例5所得补肾益气的药膳的临床应用：2010年6月-2012年4月，在6所医院筛选200例患者，其中女性93例，男性107例，年龄最大的61岁，最小年龄35岁，平均年龄49.1岁。试验之前3周，对该人群进行连续观察，记录症状及变化，随机分为两组，实验组及对照组，实验组服用实施例5所得产品，对照组服用其它药品(壮腰健肾丸、六味地黄丸等)。服用方法为：每日1次，随午饭同食，15天一个疗程。疗效情况判定标准：治愈：服用本品一个疗程，患者无腰膝酸软、怕冷等症状，不适症状完全消失，体力增强，精神状态改善；有效：服用本品一个疗程，不适症状减轻或部分消失，精力及体力有所增强；无效：服用本品一个疗程，不适症状无变化。结果如表1所示。

[0086] 表1：服用实施例5所得补肾益气的药膳的效果验证

[0087]

	实验组	对照组
例数	100	100
男性例数	54	53
女性例数	46	47
临床治愈例数	71	20
有效例数	27	58
无效例数	2	22
总有效率	98%	78%

[0088] 治疗效果：治愈71例(71%)，有效27例(27%)，无效2例(2%)，总有效率98%。且无效中的2人在继续使用一段时间后，不适症状也均有所改善，因此不排除因使用时间短而使结果有所偏差。使用期间，无一人出现不适症状或副作用。效果明显优于对照组。

[0089] 服用期间自感症状及其体力变化如表2所示。

[0090] 表2：

[0091]

服用时间 (d)	实验组			对照组		
	20	40	60	20	40	60
腰膝酸软改善	55%	74%	98%	31%	60%	75%
症状改善	51%	72%	97%	28%	62%	74%
脉搏正常	54%	73%	97%	32%	60%	76%
精神状态好转	53%	77%	98%	30%	58%	73%
体力增强	55%	78%	98%	32%	59%	72%

[0092] 由表2可知,服用20天,51%以上的患者不适症状改善,精神状态好转;服用40天,72%以上的患者不适症状改善,精神、体力增强;服用60天,97%以上的患者不适症状改善或消失,精神、体力明显增强,部分患者自感痊愈。实验组中服用60天以上,有效率可达97%,对照组仅为72%。最后应说明的是,实施例只是本发明最优的具体实施方式而已,并不用于限制本发明,尽管参照前述实施例对本发明进行了详细的说明,对于本领域的技术人员来说,其依然可以对前述各实施例所记载的技术方案进行修改,或者对其中部分技术特征进行等同替换。凡在本发明的精神和原则之内,所作的任何修改、等同替换、改进等,均应包含在本发明的保护范围之内。