

ICS 67.020

X 80



团体标准

T/ZGYSYJH 005—2024

中医食养药膳评价指标

Evaluation Indicator System of Traditional Chinese Medicine food
and Medicine Diet

2024-10-31 发布

2024-12-1 实施

中国药膳研究会 发布

目 次

前言	2
引言	3
1 范围	1
2 规范性引用文件	1
3 术语和定义	1
4 中医食养药膳评价指标	2
4.1 一级指标	1
4.2 二级指标	2
5 中医食养药膳评价指标清单	5
5.1 食养药膳提供者用《中医食养药膳评价指标》	5
5.2 食养药膳食用者用《中医食养药膳评价指标》	6
5.3 《中医食养药膳评价指标》的填写方法	6
5.4 食养药膳评价方法	6
附录 A（规范性）按照传统既是食品又是中药材物质目录	7
附录 B（规范性）中医食养药膳评价指标清单	7
附录 C（资料性）本文件征求意见专家	8
参考文献	9

前 言

本文件按照 GB/T 1.1—2020《标准化工作导则第 1 部分：标准化文件的结构和起规则》的规定起草。

本文件由中国中医科学院西苑医院提出。

本文件由中国药膳研究会归口。

本文件起草单位：中国中医科学院西苑医院，中国中医科学院广安门医院、中国中医科学院中医临床基础医学研究所、北京中医药大学东直门医院、北京市海淀区中医医院、恩施土家族苗族自治州颐恒亚健康防治研究所、四川省中西医结合医院、北京瑜舍酒店、遵义医科大学附属医院、深圳大学附属华南医院、北京国际职业教育学校、云南省中医医院、四川省中医药科学院、首都医科大学附属北京中医医院、北京鹰之眼智能科技有限公司、北京市工贸技师学院、北京平安院落食府、中国农业大学食品科学与营养工程学院、北京市昌平区中医院、天津市武清区中医医院北京美诺美嘉文化传媒有限公司、北京中医药大学、北京大学国际医院、长春中医药大学附属医院、江西中医药大学、北京夏夫子文化传媒有限公司、北京中医医院顺义医院、江苏省中医院、贵州中医药大学第一附属医院、海南医学院、内蒙古医科大学。

本文件主要起草人：张晋、王丽颖。

本文件起草人（以姓氏笔画为序）：王震、牛淑萍、尹文仲、尹德辉、卢子杰、向生霞、刘龙、刘静、李冬、李逊、李婧、李纪新、吴玉泓、何亮、何渝煦、余梦瑶、冷炎、沈佳、沈晨、宋昌梅、张虎、张旻、张燕、张玉苹、陈静、范玖忻、杲春阳、南红梅、查青林、夏天、钱占红、龚学忠、符竣杰、麻剑平、商洪涛、谌洪俊、提桂香。

本文件技术指导专家（以姓氏笔画为序）：王志强、王培利、王雪茜、左小霞、孙伟、孙立新、杨光、杨锐、沙怡梅、宋军、张以善、张清怡、陈宝贵、孟宪斌、赵会连、郝保力、荆志伟、段凯云、侯玉瑞、高峰、龚燕冰、董国锋、焦明耀、鲁岳。

本文件技术审查专家（以姓氏笔画为序）：王济、王新志、何计国、余瑾、张文高、林海、徐意、焦明耀、赖南沙。

引 言

在全球范围内，肥胖、高血压、糖尿病、慢性呼吸系统疾病以及各类肿瘤等慢性虚损性疾病的发病率都在迅速增长。膳食作为诸多营养素的主要来源，是全球慢性病负担的主要驱动因素。通过特定的食物处方的合理应用可将慢性病风险显著降低。由此，新兴的生活方式医学逐渐产生，而其核心内容之一的“均衡膳食治疗”与中医食养药膳的观念不谋而合。食养药膳是中医学漫长发展历程中的重要组成部分，是中医药特色疗法之一，主张在无不良反应的基础上调整体质偏颇，从而达到“未病先防、既病防变、瘥后防复”的治未病目的，正如孙思邈于《备急千金药方》中所言：“夫为医者，当须先洞晓病源，知其所犯，以食治之，食疗不愈，然后命药。”

随社会经济的进步，全球居民健康意识攀升，对保健食品的需求逐渐增加。基于此现状，诸多贴有“健康”“中医”“药膳”“养生”等标签的食疗产业及各型各色的药膳产品应运而生。然而，当前阶段我国尚未形成符合中医食养药膳发展规律和特点的科学、可行、公认的评价指标体系。因此，充分体现中医食养药膳特点，突出中医药优势，建立科学规范且多维度的评价指标体系成为食养药膳领域亟须解决的问题。简便易行的中医药膳评价指标体系可对既定药膳给予全维度评价，进而明晰其综合价值，有助于规范药膳生产制作、医师处方拟定，并为患者对中医药膳的遴选提供依据。

本文件由中国中医科学院西苑医院牵头，通过梳理中医药膳文献，并结合专家意见，初步探索性地构建了国内首个中医食养药膳评价指标。该评价标准采用定性与定量相结合的方法，多维度、多层次地契合了中医食养药膳的特色，重视食养药膳的制剂特性，实现对当今药膳的全维度评价，进而明晰其综合价值，规范中医临床施膳，保障药膳产品质量，促进中医药膳的传承和古方今用的二次现代开发，对中医药膳事业的发展及践行中医“治未病”健康工程的实施具有重要意义。

中医食养药膳评价指标

1 范围

本文件规定了中医食养药膳评价指标的适用性评价清单及临床应用性调查问卷。

本文件适用于供接受中医食养药膳的人群及提供中医食养药膳的机构使用，用于药膳评价。

2 规范性引用文件

下列文件中的内容通过文中的规范性引用而构成本文件必不可少的条款。凡是注日期的引用文件，仅注日期的版本适用于本文件；凡是不注日期的引用文件，其最新版本（包括所有的修改单）适用于本文件。

GBT 1.1-2020 标准化工作导则 第1部分：标准化文件的结构和起草规则

卫生部卫法监发（2002）51号 附件：既是食品又是药品的物品名单

卫生部2012年第17号公告 关于批准人参（五年及五年以下人工种植）为新资源食品的公告

国家卫生健康委、国家市场监督管理总局2019年第8号公告 附件：当归等6种新增按照传统既是食品又是中药材的物质目录

国家卫生健康委、国家市场监督管理总局2023年第9号公告 附件：党参等9种新增按照传统既是食品又是中药材的物质目录

国家卫生健康委、国家市场监督管理总局2024年第4号公告 附件：地黄等4种新增按照传统既是食品又是中药材的物质目录

中华人民共和国药典（2020版）

中华人民共和国食品安全法（2021修正）

GB 31654-2021 食品安全国家标准 餐饮服务通用卫生规范

GB 14881-2013 食品安全国家标准 食品生产通用卫生规范

GBT 27306-2008 食品安全管理体系 餐饮业要求

GB 13432-2013 预包装特殊膳食用食品标签

3 术语和定义

下列术语和定义适用于本文件。

3.1

食养 Health preserving with food

选择适宜的食物以辅助人类养生的方法。

3.2

药膳 Medicine diet

用药物作膳食的一类。是中医药理论指导下，将中药与相应的食物原料相配，采用独特的加工烹调技术制作的食品，并具有预防、治疗及保健作用者。药膳在我国已有几千年的历史，其主要特

点是将防治用药融会于饮食生活之中，既发挥药物的功能，又拥有饮食的滋味和营养，相得益彰。药膳食品通常有粥类、汤羹类、饮食点心类、菜肴类、酒饮类等。

3.3

食养药膳 Health-Preserving Medicine Diet

食养药膳是将食养和药膳结合的一类保健食品。在中医药理论指导下，食养药膳通过选择适宜的食材与药材中的食药类物质相配，利用烹饪技法制作而成。它不仅注重食物本身的营养强身功能，还融入食药类物质的食养调理作用，达到了调养身体、辅助防治疾病的双重作用。食养药膳兼具营养、滋味与食养作用，适合长期调理身体，是一种天然的健康管理方式。

3.4

食药物质 Food-Medicine Substance

食药物质是指既可作为食品食用、又列入《中华人民共和国药典》而具有食养价值的物质。这些物质既能够满足人体的营养需求，又具备特定的食养作用。食药物质通常来源于天然动植物，如枸杞子、山药、菊花、红枣等，既可以作为日常食物，也可以发挥食养作用。食药物质的特点在于其双重性，既安全可食，又依据中医药理论具备较强的食养作用，常被用于药膳和食养中，发挥调理和养生作用。

4 中医食养药膳评价指标

4.1 一级指标

4.1.1 感官形态

感官形态是指通过自己的感觉器官对药膳的各种表现特征的“感觉”，例如人们通过味觉、嗅觉、视觉、触觉等对食品的色泽、外观、气味、口味等进行的描述。

4.1.2 食养价值

食养价值是指食养药膳对营养强身或亚健康状态的调理、不良反应的产生等方面的综合描述。

4.1.3 原料成分

原料成分是指对食养药膳的选用原料、食药物质用量、各成分间的配伍关系等方面的综合描述。

4.1.4 包装

包装是指对预制类食养药膳的外包装的形态样式，以及包装信息、标签的完整性等方面的综合描述。

4.1.5 生产制作

生产制作是对食养药膳制作过程的综合描述，包含食养药膳生产机构、药膳制作师等方面。

4.1.6 证据等级

证据等级是对于食养药膳配方可靠性的评判，包含配方来源和现代研究验证两个方面。

4.2 二级指标

4.2.1 色泽

色泽即食养药膳的颜色和光泽，包括食养药膳的原料色、配色、汤色等，应体现食物材质原有的色泽。色泽应调配至美观悦目、和谐合理。因此，色泽是评价食养药膳产品感官形态方面的指标之一。

4.2.2 形态

形态即食养药膳的形状和状态，包括食养药膳的大小、状态、纹理等。形态应遵循均衡、调和等形式美法则，符合大众的审美要求。因此，形态是评价食养药膳产品感官形态方面的指标之一。

4.2.3 气味

气味即食养药膳的味道，包括香、焦、腥、臭等。气味应纯正、宜人、持久，是能诱发人们食欲的香气，要体现食药物质本身具有的香气，并遵循原料的本性，无不良气味。因此，气味是评价食养药膳产品感官形态方面的指标之一。

4.2.4 滋味

滋味是指在进食过程中所感受到的风味和愉悦感，涉及味道的丰富程度和层次感。滋味可以包括鲜、香、甜、咸、辣等多种元素。优质的滋味应当具备层次分明、协调统一的特征，能够刺激味蕾，使人产生愉悦感。因此，滋味是评价食养药膳产品风味特征的重要指标之一。

4.2.5 口感

口感则是指食物在口中咀嚼时所产生的物理感觉，包括食物的质地、温度和咀嚼时的反馈。口感可以细分为脆、嫩、滑、糯等多种表现形式。理想的口感应当适中，既不过于坚硬也不应过于松软，能够与滋味相辅相成，提升整体的进食体验。因此，口感是评价食养药膳产品感官体验的重要指标之一。

4.2.6 食用简便性

食用简便性即食养药膳在享用时是否简易方便，尤其预制类食养药膳应重视食用简便、携带方便、易于保质储藏的特点。因此，食用的简便性是评价食养药膳产品的感官形态方面的指标之一。

4.2.7 明确适合不同人群营养需求

由于人群在年龄、性别、疾病上存在差异，各类人群对营养素的需求量不同。药膳应具备不同的规格以满足不同人群的需要。因此，是否明确适合不同人群营养需求是评价食养药膳产品养生价值方面的指标之一。

4.2.8 明确适应的体质

食养药膳产品各有偏性，不同的食养药膳产品应明确定义所适应的人群体质，根据食用者的体质偏态来辨体质施膳。因此，食养药膳产品适应的人群体质是否明确是评价食养药膳产品养生价值方面的指标之一。

4.2.9 明确食养生保健效果作用

食养药膳产品“寓养于膳”，通过食材本身的偏性来调整人体脏腑阴阳气血生理机能，达到食养强身的效果。不同的食养药膳产品应定义其所具有的食养强身作用。因此，食养药膳产品的食养强身作用是否明确是评价食养药膳产品养生价值方面的指标之一。

4.2.10 明确注意事项

食养药膳的食材原料各有偏性及禁忌，因此不同的药膳产品应明确不同的食用时间、食用量、相克食物、不适宜人群等注意事项。因此，食养药膳产品的注意事项是否明确是评价食养药膳保障食品安全的指标之一。

4.2.11 食药物质符合法规

食养药膳中的食药物质为可食性中药材，应在《按照传统既是食品又是中药材的物质目录》（含新食品原料）中选用。因此，食养药膳产品的中药材是否符合《既是食品又是中药材的物质目录》规定是评价食养药膳食药物质成分的指标之一。

4.2.12 食药物质含量符合《中国药典》规范

食养药膳包含有可食性的中药材，因此药膳的中药成分含量应符合《中国药典》规范。因此药膳产品的中药是否完全符合《中国药典》规范，是评价食养药膳原料成分的指标之一。

4.2.13 明确标注食药物质比例

食养药膳包含有按食品管理的中药材（即食药物质）。不同的食养药膳产品应明确标注所包含食药物质的成分与含量。因此，食养药膳产品的食药物质比例是否明确是评价食养药膳原料成分的指标之一。

4.2.14 食药物质配伍

食药物质的配伍关系包含相须、相使、相畏、相杀、相恶、相反，食养药膳中的食药物质应合理应用配伍原则，从而合理发挥食养作用并确保食养安全。因此，食养药膳产品的食药物质配伍是评价食养药膳原料成分的指标之一。

4.2.15 道地药材

道地药材是指经过中医临床长期应用优选出来的，产在特定地域，与其他地区所产同种中药材相比，品质和疗效更好，且质量稳定，具有较高知名度的中药材。因此，食药物质使用道地药材是评价食养药膳产品原料成分的指标之一。

4.2.16 包装构造

针对预制类食养药膳产品，其包装构造应美观大方且简易便携，包装适度，不可包装简陋亦不可过度包装。因此，包装构造是评价食养药膳产品包装的指标之一。

4.2.17 食用方法说明

针对预制类食养药膳产品，其包装标签应详细注明食用方法，如冲泡、煎煮以及水温、水量、

时间等。因此，包装标签是否标注食用方法说明是评价食养药膳产品包装的指标之一。

4.2.18 产品基本信息

针对预制类食养药膳产品，其包装标签应详细注明生产厂家、生产日期、保质期、存储条件等基本信息。因此，包装标签是否标注产品基本信息是评价食养药膳产品包装的指标之一。

4.2.19 注明不能取代药物治疗

食养药膳并非药物，食养药膳包装必须醒目标注“不以治疗为目的”“不能替代药物”。因此，包装是否醒目标注不能替代药物治疗是评价食养药膳产品包装的指标之一。

4.2.20 包装体现中医药科普知识

食养药膳是中国传统饮食和中医食疗文化的结合，富有深厚的中医食养色彩，食养药膳包装应适当标注中医药科普知识，提升大众食养意识，弘扬中医药文化。因此，包装是否体现中医药科普知识是评价食养药膳产品包装的指标之一。

4.2.21 生产与储存规范

食养药膳生产机构包括医疗机构、餐饮机构、企业等，应具有相关资质证明，如《食品卫生许可证》等根据不同地区规定所需要的相关证件，对食养药膳的生产与储存应符合 GB 31654《食品安全国家标准 餐饮服务通用卫生规范》、GB 14881《食品安全国家标准 食品生产通用卫生规范》。因此，生产与储存规范是评价食养药膳产品生产制作方面的指标之一。

4.2.22 药膳制作师

食养药膳产品制作师应当根据药膳制作师国家职业标准，具备规定级别的厨师资格，具备与食养药膳相关的中医药知识，具备严格按照食养药膳配方制作药膳的能力等。因此，药膳制作师是评价食养药膳产品生产制作方面的指标之一。

4.2.23 明确具有标志性成分及贵重原料含量

食养药膳产品应具有该产品的标志性有效成分及贵重原料的含量标准。因此，标志性成分及贵重原料含量是评价食养药膳产品生产制作方面的指标之一。

4.2.24 配方来源

食养药膳配方的来源应具有可靠性、权威性、安全性。如中医古籍、教材、指南、名医经验等。因此，食养药膳配方来源是评价食养药膳产品可靠性的指标之一。

4.2.25 现代研究验证

食养药膳产品是否经过临床试验、动物实验等现代研究，验证其有效性以及安全性。因此，现代研究验证是评价食养药膳产品可靠性的指标之一。

5 中医食养药膳评价指标使用方法

5.1 食养药膳提供者用《中医食养药膳评价指标》

表 2 食养药膳提供者用《中医食养药膳评价指标》

一级指标	二级指标	选项
感官形态	色泽	<input type="checkbox"/> 0:差 <input type="checkbox"/> 1:尚可 <input type="checkbox"/> 2:良好 <input type="checkbox"/> 3:佳
	形态	<input type="checkbox"/> 0:差 <input type="checkbox"/> 1:尚可 <input type="checkbox"/> 2:良好 <input type="checkbox"/> 3:佳
	气味	<input type="checkbox"/> 0:差 <input type="checkbox"/> 1:尚可 <input type="checkbox"/> 2:良好 <input type="checkbox"/> 3:佳
	滋味	<input type="checkbox"/> 0:差 <input type="checkbox"/> 1:尚可 <input type="checkbox"/> 2:良好 <input type="checkbox"/> 3:佳
	口感	<input type="checkbox"/> 0:差 <input type="checkbox"/> 1:尚可 <input type="checkbox"/> 2:良好 <input type="checkbox"/> 3:佳
	食用简便性	<input type="checkbox"/> 0:复杂 <input type="checkbox"/> 1:稍复杂 <input type="checkbox"/> 2:尚可 <input type="checkbox"/> 3:简便
食养价值	明确适合不同人群 营养需求	<input type="checkbox"/> 0:不明确 <input type="checkbox"/> 1:稍不明确 <input type="checkbox"/> 2:较为明确 <input type="checkbox"/> 3:十分明确
	明确适应的体质或 疾病	<input type="checkbox"/> 0:不明确 <input type="checkbox"/> 1:稍不明确 <input type="checkbox"/> 2:较为明确 <input type="checkbox"/> 3:十分明确
	明确养生保健效果	<input type="checkbox"/> 0:不明确 <input type="checkbox"/> 1:稍不明确 <input type="checkbox"/> 2:较为明确 <input type="checkbox"/> 3:十分明确
原料成分	明确注意事项	<input type="checkbox"/> 0:不明确 <input type="checkbox"/> 1:稍不明确 <input type="checkbox"/> 2:较为明确 <input type="checkbox"/> 3:十分明确
	食物质符合法规	<input type="checkbox"/> 0:不明确 <input type="checkbox"/> 1:稍不明确 <input type="checkbox"/> 2:较为明确 <input type="checkbox"/> 3:十分明确
	食物质含量符合 《中国药典》规范	<input type="checkbox"/> 0:不符合 <input type="checkbox"/> 3:符合
	明确标注食物质 比例	<input type="checkbox"/> 0:不明确 <input type="checkbox"/> 1:稍不明确 <input type="checkbox"/> 2:较为明确 <input type="checkbox"/> 3:十分明确
	食物质配伍	<input type="checkbox"/> 0:存在禁忌 <input type="checkbox"/> 1:稍禁忌 <input type="checkbox"/> 2:无禁忌 <input type="checkbox"/> 3:配伍适宜
	道地药材	<input type="checkbox"/> 0:不符合 <input type="checkbox"/> 3:符合
包装	包装构造	<input type="checkbox"/> 0:简陋或过度包装 <input type="checkbox"/> 1:稍简陋/稍复杂 <input type="checkbox"/> 2:较为适中 <input type="checkbox"/> 3:包装简洁且精美
	食用方法说明	<input type="checkbox"/> 0:不明确 <input type="checkbox"/> 1:稍不明确 <input type="checkbox"/> 2:较为明确 <input type="checkbox"/> 3:十分明确
	产品基本信息	<input type="checkbox"/> 0:无信息 <input type="checkbox"/> 1:少量信息 <input type="checkbox"/> 2:有信息 <input type="checkbox"/> 3:信息详细
	注明不能取代药物 治疗	<input type="checkbox"/> 0:未注明 <input type="checkbox"/> 1:不显著注明 <input type="checkbox"/> 2:注明 <input type="checkbox"/> 3:显著注明
	包装体现中医药科 普知识	<input type="checkbox"/> 0:无体现 <input type="checkbox"/> 1:少量体现 <input type="checkbox"/> 2:有体现 <input type="checkbox"/> 3:较多体现
生产制作	生产与储存规范	<input type="checkbox"/> 0:无相关证件 <input type="checkbox"/> 1:资质证件较少 <input type="checkbox"/> 2:资质证件较少全面 <input type="checkbox"/> 3:资质证件很全面
	药膳制作师	<input type="checkbox"/> 0:无相关证件 <input type="checkbox"/> 1:资质证件较少 <input type="checkbox"/> 2:资质证件较少全面 <input type="checkbox"/> 3:资质证件很全面
	明确标志性成分及 贵重原料含量	<input type="checkbox"/> 0:不明确 <input type="checkbox"/> 1:稍不明确 <input type="checkbox"/> 2:较为明确 <input type="checkbox"/> 3:十分明确
可靠性	配方来源	<input type="checkbox"/> 0:不可靠 <input type="checkbox"/> 1:稍可靠 <input type="checkbox"/> 2:可靠 <input type="checkbox"/> 3:十分可靠
	现代研究验证	<input type="checkbox"/> 0:无验证 <input type="checkbox"/> 1:少量验证 <input type="checkbox"/> 2:部分验证 <input type="checkbox"/> 3:全面验证

注：对于没有包装的食养药膳，有关包装的评价内容均勾选 0 分即可。

5.2 食养药膳食用者用《中医食养药膳评价指标》

表3 食养药膳食用者用《中医食养药膳评价指标》

条目	选项
色泽	<input type="checkbox"/> 0:差 <input type="checkbox"/> 1:尚可 <input type="checkbox"/> 2:良好 <input type="checkbox"/> 3:佳
形态	<input type="checkbox"/> 0:差 <input type="checkbox"/> 1:尚可 <input type="checkbox"/> 2:良好 <input type="checkbox"/> 3:佳
气味	<input type="checkbox"/> 0:差 <input type="checkbox"/> 1:尚可 <input type="checkbox"/> 2:良好 <input type="checkbox"/> 3:佳
滋味	<input type="checkbox"/> 0:差 <input type="checkbox"/> 1:尚可 <input type="checkbox"/> 2:良好 <input type="checkbox"/> 3:佳
口感	<input type="checkbox"/> 0:差 <input type="checkbox"/> 1:尚可 <input type="checkbox"/> 2:良好 <input type="checkbox"/> 3:佳
食用简便性	<input type="checkbox"/> 0:复杂 <input type="checkbox"/> 1:稍复杂 <input type="checkbox"/> 2:尚可 <input type="checkbox"/> 3:简便
包装构造	<input type="checkbox"/> 0:简陋或过度包装 <input type="checkbox"/> 1:稍简陋/稍复杂 <input type="checkbox"/> 2:较为适中 <input type="checkbox"/> 3:包装简洁且精美
食用方法说明	<input type="checkbox"/> 0:不明确 <input type="checkbox"/> 1:稍不明确 <input type="checkbox"/> 2:较为明确 <input type="checkbox"/> 3:十分明确
产品基本信息	<input type="checkbox"/> 0:无信息 <input type="checkbox"/> 1:少量信息 <input type="checkbox"/> 2:有信息 <input type="checkbox"/> 3:信息详细
注明不能取代药物治疗	<input type="checkbox"/> 0:未注明 <input type="checkbox"/> 1:不显著注明 <input type="checkbox"/> 2:注明 <input type="checkbox"/> 3:显著注明
包装体现中医药科普知识	<input type="checkbox"/> 0:无体现 <input type="checkbox"/> 1:少量体现 <input type="checkbox"/> 2:有体现 <input type="checkbox"/> 3:较多体现

注：对于没有包装的食养药膳，有关包装的评价内容均勾选0分即可。

5.3 《中医食养药膳评价指标》的填写方法

由食养药膳提供者与食用者分别填写相应的《中医食养药膳评价指标》，食养药膳提供者需熟练掌握每项条目的定义，在食用者填写量表时，对其不明确的条目进行解释说明。

5.4 食养药膳评价方法

将每个条目的分值相加，分别计算食养药膳提供者与食用者填写的《中医食养药膳评价指标》得分，并对不同食养药膳的得分进行比较。

附录 A
(规范性)

按照传统既是食品又是中药材的物质目录

A.1 《卫生部关于进一步规范保健食品原料管理的通知》(卫法监发〔2002〕51号)

丁香、八角茴香、刀豆、小茴香、小蓟、山药、山楂、马齿苋、乌梢蛇、乌梅、木瓜、火麻仁、代代花、玉竹、甘草、白芷、白果、白扁豆、白扁豆花、龙眼肉(桂圆)、决明子、百合、肉豆蔻、肉桂、余甘子、佛手、杏仁(甜、苦)、沙棘、牡蛎、芡实、花椒、赤小豆、阿胶、鸡内金、麦芽、昆布、枣(大枣、酸枣、黑枣)、罗汉果、郁李仁、金银花、青果、鱼腥草、姜(生姜、干姜)、枳椇子、枸杞子、栀子、砂仁、胖大海、茯苓、香橼、香薷、桃仁、桑叶、桑椹、桔红、桔梗、益智仁、荷叶、莱菔子、莲子、高良姜、淡竹叶、淡豆豉、菊花、菊苣、黄芥子、黄精、紫苏、紫苏籽、葛根、黑芝麻、黑胡椒、槐米、槐花、蒲公英、蜂蜜、榧子、酸枣仁、鲜白茅根、鲜芦根、蝮蛇、橘皮、薄荷、薏苡仁、薤白、覆盆子、藿香

A.2 《关于当归等6种新增按照传统既是食品又是中药材的物质公告》(2019年第8号)

当归、山柰、西红花(在香辛料和调味品中又称“藏红花”)、草果、姜黄、荜茇

A.3 《关于党参等9种新增按照传统既是食品又是中药材的物质公告》(2023年第9号)

党参、肉苁蓉(荒漠)、铁皮石斛、西洋参、黄芪、灵芝、山茱萸、天麻、杜仲叶

A.4 《关于地黄等4种按照传统既是食品又是中药材的物质的公告》(2024年第4号)

地黄、麦冬、天冬、化橘红

附录 B
(规范性)
中医食养药膳评价指标清单

中医食养药膳评价指标清单共分为 6 个领域，分别是感官形态、养生价值、成分配伍、包装、生产制作。六个领域共包含 25 条评价条目，每条评价条目包含 5 个评价等级，十分符合至很不符合分别赋值 5 至 1 分，并计算总分。针对同类型的药膳，可根据分值进行比较。详见表 1。

表 B.1 中医食养药膳评价指标清单

一级指标	二级指标
感官形态	色泽
	形态
	气味
	滋味
	口感
	食用简便性
养生价值	明确适合不同人群营养需求
	明确适应的体质或疾病
	明确养生保健效果
原料成分	明确注意事项
	明确食药物质比例
	中药属于《既是食品又是药品的物质名单》
	中药含量符合《中国药典》规范
	中药配伍
包装	道地药材
	包装构造
	食用方法说明
	产品基本信息
	注明不能取代药物治疗
生产制作	包装体现中医药科普知识
	生产与储存规范
	药膳制作师
可靠性	明确标志性成分及贵重原料含量
	配方来源
	现代研究验证

附录 C
(资料性)
本文件征求意见专家

本文件由“中国中医科学院科技创新工程（项目编号：C12021A03005）”资助。

本文件领域专家（共识）委员会（以姓氏笔画顺序为序）：于国泳（北京中医药大学东直门医院）、王震（北京市海淀区中医医院）、王丽颖（中国中医科学院临床基础研究所）、尹文仲（恩施土家族苗族自治州颐恒亚健康防治研究所）、尹德辉（海南医学院）、卢子杰（江苏省中医院）、向生霞（四川省中西医结合医院）、李冬（北京瑜舍酒店）、李逊（遵义医科大学附属医院）、李婧（中国中医科学院西苑医院）、李纪新（中国中医科学院西苑医院）、吴玉泓（深圳大学附属华南医院）、何亮（北京国际职业教育学校）、何渝煦（云南省中医医院）、余梦瑶（四川省中医药科学院）、沈晨（首都医科大学附属北京中医医院）、宋昌梅（北京鹰之眼智能健康科技有限公司）、张虎（北京市工贸技师学院）、张旻（北京平安院落食府）、张燕（中国农业大学食品科学与营养工程学院）、张玉苹（北京中医药大学）、陈静（北京市昌平区中医院）、陈宝贵（天津市武清区中医医院）、范玖忻（北京美诺美嘉文化传媒有限公司）、臧春阳（北京大学国际医院）、南红梅（长春中医药大学附属医院）、查青林（江西中医药大学）、夏天（北京夏夫子文化传媒有限公司）、钱占红（内蒙古医科大学）、符竣杰（北京中医医院顺义医院）、商洪涛（江苏省中医院）、谌洪俊（贵州中医药大学第一附属医院）、提桂香（中国中医科学院广安门医院）

本文件秘书：李纪新（中国中医科学院西苑医院）。

参 考 文 献

- [1] AFSHIN A, FOROUZANFAR MH, REITSMA MB, et al. Health effects of overweight and obesity in 195 countries over 25 years[J]. *N Engl J Med*, 2017, 377(1):13-27.
- [2] YIN R, YIN L, LI L, et al. Hypertension in China: burdens, guidelines and policy responses: a state-of-the-art review[J]. *J Hum Hypertens*, 2022, 36(2):126-134.
- [3] GARCIA-CHAPA EG, LEAL-UGARTE E, PERALTA-LEAL V, et al. Genetic epidemiology of type 2 diabetes in mexican mestizos[J]. *Biomed Res Int*, 2017, 2017:3937893. doi: 10.1155/2017/3937893
- [4] FERRERA MC, LABAKI WW, HAN MK. Advances in chronic obstructive pulmonary disease[J]. *Annu Rev Med*, 2021, 72:119-134. doi: 10.1146/annurev-med-080919-112707
- [5] MACHLOWSKA J, BAJ J, SITARZ M, et al. Gastric cancer: epidemiology, risk factors, classification, genomic characteristics and treatment strategies[J]. *Int J Mol Sci*, 2020, 21(11):4012.
- [6] LLOVET JM, KELLEY RK, VILLANUEVA A, et al. Hepatocellular carcinoma[J]. *Nat Rev Dis Primers*, 2021, 7(1):7.
- [7] BADE BC, DELA CC. Lung cancer 2020: epidemiology, etiology, and prevention[J]. *Clin Chest Med*, 2020, 41(1):1-24.
- [8] COLLABORATORS GD. Health effects of dietary risks in 195 countries, 1990-2017: a systematic analysis for the global burden of disease study 2017[J]. *Lancet*, 2019, 393(10184):1958-1972.
- [9] FORD ES, BERGMANN MM, KROGER J, et al. Healthy living is the best revenge: findings from the European Prospective Investigation Into Cancer and Nutrition-Potsdam study[J]. *Arch Intern Med*, 2009, 169(15):1355-1362.
- [10] DYSINGER WS. Lifestyle Medicine Prescriptions[J]. *Am J Lifestyle Med*, 2021, 15(5):555-556.
- [11] 王明远, 张帅, 高云, 等. 中医食疗防治骨质疏松症的研究进展[J]. *中国全科医学*, 2021, 24(S2):169-172.
- [12] 何丽. 我国保健食品的现况、分类、管理及存在问题[J]. *中华健康管理学杂志*, 2011, 5(6):387-389.
-