|  |  |
| --- | --- |
| ICS | 03.080.99 |
| CCS | |  | | --- | | D:\000000部门项目\09标准化插件开发\程序源代码\StandardEditor_ShanDongKeXieYuan\团标首页面字母T.pngD:\000000部门项目\09标准化插件开发\程序源代码\StandardEditor_ShanDongKeXieYuan\团标首页面字母T后面的反斜杠.png |   A20 |

     团体标准

T/ZGYSYJH \*\*—202\*

不同中医体质食养药膳配方食品指南

Guidelines for different TCM constitution food and medicinal diet formulations

2023 - \*\* - 17发布

2023 - \*\* - 28实施

中国药膳研究会  发布

目次

[前言 III](#_Toc21704)

[1. 范围 4](#_Toc24456)

[2. 规范性引用文件 4](#_Toc6831)

[3. 术语和定义 4](#_Toc29109)

[4. 基本要求 5](#_Toc30686)

[4.1 原料要求 5](#_Toc29037)

[4.2 生产加工要求 6](#_Toc28395)

[4.3 烹饪要求 6](#_Toc25892)

[5. 技术要求 6](#_Toc28366)

[5.1 功能性描述要求 7](#_Toc9087)

[5.2 配方要求 7](#_Toc3153)

[5.3 感官要求 7](#_Toc2394)

[5.4 安全性要求 7](#_Toc18222)

[6. 包装 7](#_Toc7316)

[7. 标签 8](#_Toc9905)

[8. 储藏和运输 8](#_Toc1186)

[附录A（资料性）不同体质特点 10](#_Toc1223)

附录B[（资料性）相反、相畏的药对 10](#_Toc24950)

[参考文献 15](#_Toc26457)

1. 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草规则》的规定起草。

本文件由\*\*提出。

本文件由中国中医药研究促进会归口。

本文件起草单位：\*\*、\*\*、\*\*

本文件主要起草人：\*\*\*、\*\*\*\*、\*\*\*\*、\*\*\*\*、……

本文件其他起草人：\*\*\*\*、\*\*\*\*、\*\*\*\*、\*\*\*\*、……

本文件为首次发布。

不同中医体质食养药膳配方食品生产指南

* 1. 范围

本文件规定了不同中医体质食养药膳配方食品生产的基本要求、技术要求、包装要求、标签要求、储藏和运输要求。

本文件适用于中医体质药膳配方食品的加工和销售。

* 1. 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。其中，注日期的引用文件，仅该日期对应的版本适用于本文件；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。

GB 2707-2005 [食品安全国家标准 鲜（冻）畜、禽产品](javascript:void(0);)

GB 2712-2014 食品安全国家标准 豆制品

GB 2714-2015 食品安全国家标准 酱腌菜

GB 2715-2005 [食品安全国家标准 粮食](javascript:void(0);)

GB 2717-2018 食品安全国家标准 酱油

GB 2719-2018 食品安全国家标准 植物油

GB 2721-2015 食品安全国家标准 食用盐

GB 2730-2005 食品安全国家标准 腌腊肉制品

GB 2733-2005 [食品安全国家标准 鲜、冻动物性水产品](javascript:void(0);)

GB 2760-2014 食品安全国家标准 食品添加剂使用标准

GB 2761-2017 食品安全国家标准 食品中真菌毒素限量

GB 2762-2022 食品安全国家标准 食品中污染物限量

GB 4789.2-2022  食品安全国家标准 食品微生物学检验 菌落总数测定

GB 4789.3-2016 食品安全国家标准 食品微生物学检验 大肠菌群计数

GB 4789.4-2016 食品安全国家标准 食品微生物学检验 沙门氏菌检验

GB 4789.5-2012 食品安全国家标准 食品微生物学检验 志贺氏菌检验

GB 4789.10-2016  食品安全国家标准 食品微生物学检验 金黄色葡萄球菌检验

GB 5009.11-2014 食品安全国家标准 食品中总砷及无机砷的测定

GB 5009.12-2017 食品安全国家标准 食品中铅的测定

GB 5009.15-2014 食品安全国家标准 食品中镉的测定

GB 5009.17-2021 食品安全国家标准 食品中亚硝酸盐与硝酸盐的测定

GB 5009.22-2016 食品安全国家标准 食品中黄曲霉毒素B族和G族的测定

GB 5009.24-2016 食品安全国家标准 食品中黄曲霉毒素M族的测定

GB 5009.33-2010 食品安全国家标准 食品中的测定

GB 7096-2003 [食品安全国家标准 食用菌及其制品](javascript:void(0);)

GB 7718-2011 食品安全国家标准 预包装食品标签通则

GB 13432-2013  食品安全国家标准 预包装特殊膳食用食品标签

GB 14880-2012 食品营养强化剂使用标准

GB 14881-2013 食品安全国家标准 食品生产通用卫生规范

GB 19300-2014 食品安全国家标准 坚果与籽类食品

GB 28050-2011 食品安全国家标准 预包装食品营养标签通则

GB 29921-2021 食品安全国家标准 食品安全国家标准 预包装食品中致病菌限量

GB 31621-2014 食品安全国家标准 食品经营过程卫生规范

GB/T 15657-2021 中医病证分类与代码

GB/T 16571.1-1997 中医临床诊疗术语 疾病部分

GB/T 16751.2-2021 中医临床诊疗术语 第2部分：证候

GB/T 17238-2022 鲜、冻分割牛肉

GB/T 17239-2022 [鲜、冻兔肉及副产品](https://std.samr.gov.cn/gb/search/gbDetailed?id=DD3D95E5C0D671EBE05397BE0A0AF33F" \t "https://std.samr.gov.cn/search/stdPage?q=GB/_blank)

GB/T 20560-2006 [地理标志产品 郫县豆瓣](https://std.samr.gov.cn/gb/search/gbDetailed?id=71F772D782E3D3A7E05397BE0A0AB82A" \t "https://std.samr.gov.cn/search/stdPage?q=GB/_blank)

GB/T 23188 松茸

GB/T 23587-2009 粉条

GB/T 30382-2013 辣椒（整的或粉末）

GB/T 30383-2013 生姜

GB/T 30391-2013 花椒

[GB/T 35885-2018  红糖](https://std.samr.gov.cn/gb/search/gbDetailed?id=71F772D8275ED3A7E05397BE0A0AB82A" \t "https://std.samr.gov.cn/search/stdPage?q=GB/_blank)

[GB/T 9959.1-2019  鲜、冻猪肉及猪副产品 第1部分：片猪肉](https://std.samr.gov.cn/gb/search/gbDetailed?id=8531C702DB406551E05397BE0A0ACD16" \t "https://std.samr.gov.cn/search/stdPage?q=GB/_blank)

GB/T 9959.2-2008 分割鲜、冻猪瘦肉

GB/T 9959.3-2019 鲜、冻猪肉及猪副产品 第3部分：分部位分割猪肉

GB/T 9961-2008 鲜、冻胴体羊肉

CAC/RCP 53-2003 Code of hygienic practice for fresh fruits and vegetables

SB/T 10296-2009 甜面酱

SB/T 11192-2017 辣椒油

ZYYXH/T157-2009 中医体质分类与判定

T/ZGYSYJH 005-2022 食养药膳烹饪技术操作规范 通则

* 1. 术语和定义

下列术语和定义适用于本文件。

* + 1. 体质　constitution

人体生命过程中，在先天禀赋和后天获得的基础上形成的形态结构、生理功能和心理状态方面综合的、相对稳定的固有特质。是人类在生长、发育过程中形成的与自然、社会环境相适应的人体个体特征。

* + 1. 气虚质　constitution of qi deficiency

泛指因先天禀赋不足，后后天调养不当，致使气虚失充或不摄、下陷、虚脱等所表现的一类体质。

* + 1. 阳虚质　constitution of yang deficiency

泛指因秉质阳虚，或久病损伤氧气，温煦、推动失职，脏腑机能衰退等所表现的一类体质。

* + 1. 阴虚质　constitution of yin deficiency

泛指因各种原因致使阴精津液亏损，形体、脏腑、官窍等失于濡养，或阴不制阳，兼夹风、热、痰、湿、水、毒、瘀滞等内外诸邪所所表现的一类体质。

* + 1. 痰湿质　constitution of phlegm and dampness

泛指肺脾等脏因外感邪客、或恣食肥甘、脏腑气机失调，凝津聚液化痰，内蕴或阻滞于人体肌腠、经络、脏腑、官窍等部位所表现的一类体质。

* + 1. 痰湿质　constitution of phlegm and dampness

泛指肺脾等脏因外感邪客、或恣食肥甘、脏腑气机失调，凝津聚液化痰，内蕴或阻滞于人体肌腠、经络、脏腑、官窍等部位所表现的一类体质。

* + 1. 血瘀质　constitution of internal binding of blood stasis

泛指瘀血内结，阻滞气血，导致相关组织及脏腑器官功能障碍所表现的一类体质。

* + 1. 气郁质　constitution of qi stagnation

泛指因各种原因导致气机郁滞，内生或兼夹湿痰热火瘀浊等邪，影响经络、脏腑、官窍功能等所表现的一类体质。

* + 1. 特禀质　inherited special constitution

泛指因各种原因导致的生理功能和自身调适能力低下、反应性增强等所表现的一类体质。

* + 1. 平和质　balanced constitution

泛指一种以体态适中、面色红润、精力充沛、脏腑功能状态强健壮实为主要特征的体质状态。

4. 基本要求

4.1 原料要求

4.1.1 药膳配方食品所用食材包括畜类、禽类、水产类、粮食类、蔬菜类、果品类、调味品类及加工性主辅食材八类。每类食材应符合表1中标准的规定。

表1 不同类型的食材执行的标准

|  |  |
| --- | --- |
| **类型** | **执行标准** |
| 畜类 | GB 2707、GB/T 9959.1、GB/T 9959.2、GB/T 9959.3、GB/T 9961、GB/T 17238 、 GB/T 17239等 |
| 禽类 | GB 2707 |
| 水产类 | GB 2733 |
| 粮食类 | GB 2715 |
| 蔬菜类 | GB 7096、GB/T 23188和CAC/RCP 53 |
| 果品类 | GB 19300、CAC/RCP 53 |
| 天然调味品 | GB/T 30382、GB/T 30383、GB/T 30391和CAC/RCP 53 |
| 加工性调味品 | GB 2712、GB 2714、GB 2717、GB 2719、GB 2721、GB/T 20560、 GB/T 35885、SB/T 10296 和 SB/T 11192等 |
| 加工性主辅食材 | GB 2712、GB 2730和GB/T 23587 |

4.1.2 药膳配方食品中食药物质的添加，应符合《中华人民共和国药典》以及相关文件的限定使用范围和剂量。

4.1.3 药膳配方食品添加剂的种类和使用量应符合GB 2760的规定，营养强化剂的种类和食用量应符合GB 14880的要求。

4.1.4 药膳配方食品添加剂和营养强化剂的质量应符合相应的标准和相关规定。

4.1.5 药膳配方食品应至少使用一种食药物质。

4.1.6 药膳配方食品不应使用可能危害人体健康的物质。

4.2 生产加工要求

4.2.1 药膳配方食品的生产选址和环境、厂房和车间、设施和设备、卫生管理、食品原料和添加剂、生产过程的食品安全控制等应符合GB 14881及其他相关规范的规定。

4.2.2 药膳配方食品的采购、运输、验收、贮存、分装与包装、销售等经营过程应符合GB 31621及其他相关规范的规定。

4.2.3 生产场所应设独立的药膳原料库房、食品生产室、食品储存室；药膳原料库房应符合中药储藏场所的相关要求；食品生产室和食品储藏室应符合GB 14881的相关要求。

4.2.4 在药膳配方食品原料库房中，普通食品原料和食药物质、新食品原料应相独立存放，即各自单设存放箱柜，不同品类的食材应相互独立存放。

4.3 烹饪要求

4.3.1 药膳配方食品的烹饪操作应遵循“药不露头”的传统烹制方式。

4.3.2 通过不同烹制方法的搭配，控制油脂摄入量，应多采用蒸、氽、炖、炒等烹制方法，应少用油炸、熏烤等烹制方法。

4.3.3 烹调油温勿过高，调味品适时适量。  
 4.3.3 应采用适当洗涤、先洗后切、计划备料、沸水快焯等避免营养素流失的烹制方法。  
 4.3.4 应采用上浆挂糊、旺火急炒、勾芡收汁、现做现吃等保护营养素的烹制方法。

5. 技术要求

5.1 功能描述要求

药膳配方食品应以营养、调养、康复、保健为主要功能，不应强化其治疗功能。不同中医体质药膳食品配方的推荐调养作用见表2。

表2 不同中医体质的推荐调养作用

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 序号 | 中医体质类型 | 推荐调养作用 |
| 1 | 平和质 | -- |
| 2 | 气虚质 | 健脾益气 |
| 3 | 阳虚质 | 温肾壮阳 |
| 4 | 阴虚质 | 滋阴润燥 |
| 5 | 痰湿质 | 祛湿化痰 |
| 6 | 湿热质 | 清热化湿 |
| 7 | 气郁质 | 疏肝解郁 |
| 8 | 血瘀质 | 活血化瘀 |
| 9 | 特凛质 | 健脾益肾 |

5.2 配方要求

5.2.1 基本要求

5.2.1.1 药膳配方应遵循中医理论关于“三因制宜”（因时、因地、因人）的辨证施膳法则。

5.2.1.2 药膳配方应符合中医方剂学关于“君、臣、佐、使”等配伍组方原则。

5.2.1.3 药膳配方不应包含相反、相畏的药对。

5.2.1.4 药膳配方食品中食药物质的用量，应一般不超过《中华人民共和国药典》规定用量的下限的1/2。国家卫生行政部门发布公告的新食品原料有食用量规定者，应严格执行。

5.2.1.5 药膳配方应以中医体质和中医药理论为依据，遵循药食同源药膳调理总原则，选择安全可靠的配方进行调整。

5.2.2 适宜于不同体质的药膳食品配方要求

5.2.2.1 气虚体质

1）配方应重于补脾肺之气。

2）宜添加以下食药物质：山药、甘草、白扁豆、沙棘、芡实、麦芽、枣、茯苓、黄精、蜂蜜、人参、党参、黄芪、灵芝。

5.2.2.2 阳虚体质

1）配方应重于温肾壮阳。

2）宜添加以下食药物质：丁香、八角茴香、刀豆、小茴香、白芷、龙眼肉、肉豆蔻、肉桂、花椒、姜、益智仁、高良姜、黄芥子、黑胡椒、薤白、草果、荜茇、肉苁蓉、山茱萸。大蒜\*、辣椒\*、核桃仁\*。

[注：\* 代表被《中国药典》（2020版）收录但未被收录进食药物质目录的中药材]

5.2.2.3 阴虚体质

1）配方应重于滋阴润燥。

2）宜添加以下食药物质：乌梅、火麻仁、玉竹、百合、余甘子、杏仁、罗汉果、郁李仁、青果、枳椇子、枸杞子、胖大海、桃仁、桑叶、桑葚、黄精、紫苏子、葛根、黑芝麻、榧子、酸枣仁、芦根、牡蛎、阿胶、蜂蜜、人参、葛根、当归、党参、肉苁蓉、铁皮石斛、西洋参。黑豆\*。

[注：\* 代表被《中国药典》（2020版）收录但未被收录进食药物质目录的中药材]

5.2.2.4 痰湿体质

1）配方应重于祛湿化痰。

2）宜添加以下食药物质：木瓜、白芷、白果、白扁豆、佛手、芡实、赤小豆、昆布、郁李仁、鱼腥草、砂仁、茯苓、香薷、橘红、桔梗、莱菔子、紫苏子、橘皮、广藿香、松花粉、草果、黄芪。赤小豆\*、松花粉\*、昆布\*。

[注：\* 代表被《中国药典》（2020版）收录但未被收录进食药物质目录的中药材]

5.2.2.5 湿热体质

1）配方应重于清热化湿。

2）宜添加以下食药物质：小蓟、马齿苋、甘草、决明子、余甘子、芡实、赤小豆、罗汉果、金银花、青果、鱼腥草、栀子、茯苓、桑叶、荷叶、淡竹叶、淡豆豉、菊花、菊苣、葛根、槐米、蒲公英、白茅根、芦根、山银花、葛根、布渣叶、夏枯草、西红花、铁皮石斛、西洋参、黄芪。

5.2.2.6 气郁体质

1）配方应重于疏肝理气。

2）宜添加以下食药物质：山楂、肉豆蔻、佛手、麦芽、砂仁、香橼、橘红、紫苏、橘皮、玫瑰花、姜黄。

5.2.2.7 血瘀体质

1）配方应重于活血化瘀。

2）宜添加以下食药物质：小蓟、山楂、沙棘、桃仁、玫瑰花、西红花。

5.2.2.8 特凛体质

1）配方应重于健脾益肾功效。

2）宜添加以下食药物质：山药、甘草、白扁豆、芡实、麦芽、枸杞子、茯苓、益智仁、莲子、黑芝麻、覆盆子、鸡内金、党参、黄芪、山茱萸、杜仲、人参。核桃仁\*、黑豆\*。

[注：\* 代表被《中国药典》（2020版）收录但未被收录进食药物质目录的中药材]

5.3 感官要求

药膳配方食品的外观、色泽、滋味、气味应符合表3的规定。

表3 感官要求

|  |  |
| --- | --- |
| **要求** | **检验方法** |
| 不应有异味、异臭，不应有腐败及霉变现象，不应力可见的外来杂质 | 取适量被测样品于无色透明的容器或白瓷盘中，置于明亮处，观察形态、色泽，并在室温下嗅其气味。 |

5.4 安全性要求

5.4.1 污染物限量

药膳配方食品中污染物限量应符合的GB 2762中相同或相近产品类别的要求。无相应类比的应符合表4的要求。

表4 药膳配方食品污染物限量

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **检查项** | **指标** | **检测方法** |
| 铅（mg/kg） | ≤0.03 | GB 5009.12 |
| 镉（mg/kg） | ≤0.05 | GB 5009.15 |
| 总砷（mg/kg） | ≤0.1 | GB 5009.11 |
| 汞（mg/kg） | ≤0.01 | GB 5009.17 |
| 亚硝酸盐（mg/kg） | ≤2 | GB 5009.33 |
| 硝酸盐（mg/kg） | ≤100 |

5.4.2 真菌毒素限量

药膳配方食品中污染物限量应符合的GB 2761中相同或相近产品类别的要求。无相应类比的应符合表5的要求。

表5 药膳配方食品中真菌毒素限量

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **检查项** | **限量** | **检测方法** |
| 黄曲霉毒素M1（μg/kg） | ≤0.5 | GB 5009.24 |
| 黄曲霉毒素B1（μg/kg） | ≤0.5 | GB 5009.22 |

5.4.3 微生物限量

药膳配方食品中微生物限量应符合的GB 29921中相同或相近产品类别的要求。无相应类比的应符合表6的要求。

表6 药膳配方食品中微生物限量

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **检查项** | **指标** | **检测方法** |
| 菌落总数（cfu/g） | ≤1000 | GB/T 4789.2 |
| 大肠菌落（MPN/100 g） | ≤30 | GB 4789.3 |
| 致病菌（沙门氏菌、金黄色葡萄球菌、志贺氏菌） | 不得检查 | GB 4789.4、GB 4789.10、GB 4789.5 |

6. 包装

6.1 包装容器和材料应符合相应的卫生标准和有关规定。

6.2 应使用防透水性材料包装,封口严密,包装袋内不得装入与食品无关的物品(如玩具、文具等),若装入干燥剂,则应无毒、无害，且使用食品级包装材料包装,使之与食品有效分隔。

7. 标签

7.1 药膳配方食品标签应符合我GB 7718、GB 13432、GB 28050的规定。

7.2 标签应标注为“中医体质药膳配方食品”，并标注原配料、适宜体质的类别。食用说明、储藏条件等。

7.3 标签应对使用不当可能造成的健康危害给予警示说明。

8. 储藏和运输

8.1 产品应贮存在干燥、通风良好的场所。不得与有毒、有害、有异味、易挥发、易腐蚀的物品同处贮存。

8.2 运输产品时应避免日晒、雨淋。不得与有毒、有害、有异味或影响产品质量的物品混装运输。

附录A

（资料性附录）

不同体质特点

A.1平和质

A.1.1 总体特征：阴阳气血调和，以体态适中、面色红润、精力充沛等为主要特征。

A.1.2 形体特征：体形匀称健壮。

A.1.3 常见表现：面色、肤色润泽，头发稠密有光泽，目光有神，鼻色明润，嗅觉通利，唇色红润，不易疲劳，精力充沛，耐受寒热，睡眠良好胃纳佳，二便正常，舌色淡红，苔薄白，脉和缓有力。

A.1.4 心理特征：性格随和开朗。

A.1.5 发病倾向：平素患病较少。

A.1.6 对外界环境适应能力：对自然环境和社会环境适应能力较强。

A.2气虚质

A.2.1 总体特征：元气不足，以疲乏、气短、自汗等表现为主要特征。

A.2.2 形体特征：形体偏胖、肌肉松软不实。

A.2.3 常见表现：语声低、容易疲乏、精神不振、易出汗、舌淡红、舌边有齿痕、脉弱等特点。

A.2.4 心理特征：性格偏内向、喜安静。

A.2.5 发病倾向：易患感冒、内脏下垂等病；病后康复缓慢。

A.2.6 对外界环境适应能力：不耐受风、寒、暑、湿邪。

A.3 阳虚质

A.3.1 总体特征：阳气不足,以畏寒怕冷、手足不温等虚寒表现为主要特征。

A.3.2 形体特征：肌肉松软不实。

A.3.3 常见表现：平素畏冷，手足不温，喜热饮食，精神不振，舌淡胖嫩，脉沉迟。

A.3.A 心理特征：性格多沉静、内向。

A.3.5 发病倾向：易患痰饮、肿胀、泄泻等病；感邪易从寒化。

A.3.6 对外界环境适应能力：耐夏不耐冬；易感风、寒、湿邪。

A.4阴虚质

A.A.1 总体特征：阴液亏少,以口燥咽干、手足心热等虚热表现为主要特征。

A.A.2 形体特征：体形偏瘦。

A.A.3 常见表现：手足心热，口燥咽干，鼻微干，喜冷饮，大便干燥，舌红少津，脉细数。

A.A.A 心理特征：性情急躁，外向好动，活泼。

A.A.5 发病倾向：易患虚劳、失精、不寐等病；感邪易从热化。

A.A.6 对外界环境适应能力：耐冬不耐夏；不耐受暑、热、燥邪。

A.5痰湿质

A.5.1 总体特征：痰湿凝聚,以形体肥胖、腹部肥满、口黏苔腻等痰湿表现为主要特征。

A.5.2 形体特征：体形肥胖,腹部肥满松软。

A.5.3 常见表现：面部皮肤油脂较多，多汗且黏，胸闷，痰多，口黏腻或甜，喜食肥甘甜黏，苔腻，脉滑。

A.5.A 心理特征：性格偏温和、稳重，多善于忍耐。

A.5.5 发病倾向：易患消渴、中风、胸痹等病。

A.5.6 对外界环境适应能力：对梅雨季节及湿重环境适应能力差。

A.6湿热质

A.6.1 总体特征：湿热内蕴，以面垢油光、口苦、苔黄腻等湿热表现为主要特征

A.6.2 形体特征：形体中等或偏瘦。

A.6.3 常见表现：面垢油光，易生座疮，口苦口干，身重困倦，大便黏滞不畅或燥结，小便短黄，男性易阴囊潮湿，女性易带下增多，舌质偏红，苔黄腻，脉滑数。

A.6.A 心理特征：容易心烦急躁。

A.6.5 发病倾向：易患疮疗、黄痘、热淋等病。

A.6.6 对外界环境适应能力：对夏末秋初湿热气候，湿重或气温偏高环境较难适应。

A.7气郁质

A.7.1 总体特征：气机郁滞，以神情抑郁、忧虑脆弱等气郁表现为主要特征。

A.7.2 形体特征：形体瘦者为多。

A.7.3 常见表现：神情抑郁，情感脆弱，烦闷不乐，舌淡红，苔薄白，脉弦。

A.7.A 心理特征：性格内向不稳定、敏感多虑。

A.7.5 发病倾向：易患脏躁、梅核气、百合病及郁证等。

A.7.6 对外界环境适应能力：对精神刺激适应能力较差；不适应阴雨天气。

A.8血瘀质

A.8.1 总体特征：血行不畅，以肤色踏、舌质紫等血瘀表现为主要特征。

A.8.2 形体特征：胖瘦均见。

A.8.3 常见表现：肤色晦，色素沉着，容易出现瘀斑，口唇赔淡，舌赔或有瘀点，舌下络脉紫躇或增粗，脉涩。

A.8.A 心理特征：易烦，健忘。

A.8.5 发病倾向：易患癥瘕及痛证、血证等。

A.8.6 对外界环境适应能力：不耐受寒邪。

A.9特禀质

A.9.1 总体特征：先天失常,以生理缺陷、过敏反应等为主要特征

A.9.2 形体特征：过敏体质者一般无特殊；先天禀赋异常者或有畸形，或有生理缺陷。

A.9.3 常见表现：过敏体质者常见哮喘、风团、咽痒、鼻塞、喷嚏等；患遗传性疾病者有垂直遗传、先天性、家族性特征；患胎传性疾病者具有母体影响胎儿个体生长发育及相关疾病特征。

A.9.A 心理特征：随禀质不同情况各异。

A.9.5 发病倾向：过敏体质者易患哮喘、尊麻疹、花粉症及药物过敏等；遗传疾病如血友病、先天愚型等；胎传疾病如五迟(立迟、行迟、发迟、齿迟和语迟)、五软(头软、项软、手足软、肌肉软、口软)、解颅、胎惊、胎病等。

A.9.6 对外界环境适应能力：适应能力差，如过敏体质者对易致敏季节适应能力差，易引发宿疾。

附录B

（资料性附录）

相反、相畏的药对

B.1 相反

B.1.1 甘草反甘遂、大戟、海藻、莞花;

B.1.2 乌头反贝母、瓜蒌、半夏、白蔹、白芨;

B.1.3 藜芦反人参、沙参、丹参、玄参、细辛、芍药

B.2 相畏

硫黄畏朴硝，水银畏砒霜，狼毒畏密陀僧，巴豆畏牵牛，丁香畏郁金，川乌、草乌畏犀角，牙硝畏三棱，官桂畏石脂，人参畏五灵脂。

参考文献

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（国家卫生健康委、国家市场监管总局，2019 年第 8 号）

关于对党参等 9 种物质开展按照传统既是食品又是中药材的物质管理试点工作的通知（国家卫生健康委、国家市场监管总局，国卫食品函〔2019〕311 号）

关于征求《按照传统既是食品又是中药材物质目录管理办法》（征求意见稿）意见的函（国家卫生计生委，国卫办食品函〔2014〕975号）

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（国家卫生健康委员会、国家市场监督管理总局，2023年第9号）