

古方五汁饮的历史发展及其功效的探析

王迪涵¹ 白恩洲¹ 西望¹ 黄振宇¹ 李雪¹

(长春人文学院健康福祉学院, 吉林 长春 130117)

【摘要】《温病条辨》中的经典膳方“五汁饮”具有润肺化痰、清热泻火、止渴生津等功效。根据当下环境以及人为的饮食特点,肺部损伤和阴虚火盛等症状屡见不鲜。伴随历史发展五汁饮的组方和应用越来越丰富,对其功效以及作用机制的相关研究愈加全面。本文主要综述其历史发展和相关功效研究的分析,以其未来更多的古方能够开发成相关产品及新的应用形式。

【关键词】五汁饮; 历史发展; 功效探析; 理论分析

随着当今环境的改变,新冠病毒和支原体等对肺部易造成损伤的外源性微生物感染率骤升,使得人们对肺部的健康问题更加关注。而古方五汁饮为经典膳方,它的作用主要就是保护我们的肺。肺为华盖,主气司呼吸,主宣降,主行水,朝百脉主治节,喜润恶燥^[1]。其组方当中的梨、鲜藕、鲜麦冬、荸荠、鲜芦根大多都有益肺之功效。因时代发展,其应用范围和应用形式越来越多,本文主要对其的历史发展以及其功效进行探析。

一、历史发展

古方五汁饮方是由梨、鲜藕、鲜麦冬、荸荠、鲜芦根五者共同绞取汁而成。具有润肺化痰、清热泻火、止渴生津等功效。首现于清代吴塘所著《温病条辨》,其中记载太阴温病,口渴甚者,悉尼浆沃之;吐白沫粘滞不快者,五汁饮沃之^[2]。上焦篇温症辨治中曰:“但热不寒,或微寒多热,舌干口渴,此乃阴气先伤,阳气独发,名曰瘧症,五汁饮主之”。中焦篇秋燥燥伤胃阴证治中曰:“燥伤胃阴,五汁饮主之”。下焦篇曰:“温病愈后,或一月至一年,面微赤,脉数,暮热,常思饮不欲食者,五汁饮主之,病后肌肤枯燥,小便溺管痛,或微燥咳,或不食,皆胃阴虚也,与益胃五汁辈^[3]。”到了现代对于五汁饮的应用更加广泛,如:治疗痤疮,在原方基础之上添加鲜莱菔汁;治疗小儿暑热症,添加了绿豆;添加金银花制成银花五汁饮,用于治疗临床全麻后患者呼吸道炎症反应等。随着药剂学、药物化学等学科的高速发展,对于五汁饮的应用形式也越来越多。陈光宇和瞿昊宇等^[4]将五汁饮通过离心、减压浓缩、喷雾干燥等方法制

备成干浸膏粉。次年陈光宇与易军如等^[5]将方中药材水煎煮浓缩,食材榨汁浓缩,将两者浓缩液喷雾干燥成干浸膏粉,再加辅料制成水溶性颗粒。詹晓如等^[6]将五汁饮制备成一种廉效高,服用方便,副作用少的口服液。同时为了符合人们的体质特征和口味,营养师与医师们研究出新的五汁饮,组方为梨、猕猴桃、杏子、荸荠、无花果五种水果,操作简单,成分简单,口味更加良好更加符合现代人需求,但功效较古方五汁饮弱许多。

二、理论分析

(一) 中医理论体系

中药配方所接触的中医配方,多数是以古方为基础的。古代方剂中有一个共同特点,就是药物的组成君、臣、佐、使排列的比较有规律,而且明确^[7]。“五汁饮”作为中国从古流传至今的配方经过了历史长河的考验,可见其优良性以及对身体的调养作用。“五汁饮”为清代吴鞠通《温病条辨》中的一名方,由梨、鲜藕、鲜芦根、鲜麦冬、荸荠五种组成。其中梨可以清肺热;藕可以清热润肺、凉血行瘀;鲜芦根可以清热生津、除烦;麦冬可以润肺养阴、清心除烦、生津;荸荠可以清热化痰、消积利湿。其组成相对简单,易于制作,有清热生津、除烦止渴的功效,对于古今阴虚、燥热性疾病有较好的临床疗效^[8]。就中医理论来讲“五汁饮”对于肺胃有热烦渴或者有肺燥干咳等症状的人有较好的调养治疗作用。

(二) 现代医学理论体系

通过对五汁饮对急性酒精中毒的研究,看出运用大肠杆菌内毒素制备高热伤阴动物模型探究五汁饮清热养阴,生津的药理学依据,发现五汁饮具有

良好的解热作用，并能拮抗内毒素所致红细胞膜 ATP 酶活力降低，减轻发热动物伤津、伤阴的程度。五汁饮在现代医学中有新的运用，临床上以五汁饮为主方进行加减，运用食疗的方法治疗痤疮、小儿暑热症^[9]。在相关课题研究中发现五汁饮有良好地解酒和保护肝脏、胃的作用。

从五汁饮所需五中材料单独分析：梨中含有丰富的叶酸、维生素 c、铜、钾，具有降血脂、抗氧化、治疗糖尿病、抗癌、辐射保护等作用^[10]。鲜藕中含有丰富的糖类、蛋白质、脂肪和卵磷脂，还含有少量生物碱、黄酮类、胡萝卜素、多种维生素、酚类物质及矿物元素，具有较高的食用和药用价值^[11]，具有通便止泻、排毒养颜、降糖降脂、补血、抗衰、抗癌等作用。鲜芦根中主要含有木脂素苷类、黄酮类及苯丙素类等成分。经过体外生物活性测试结果表明，木脂素苷类、黄酮类、苯丙素类成分具有不同程度的抗氧化活性和 α -葡萄糖苷酶抑制活性。说明鲜芦根具有抗氧化以及降血脂的作用^[12]。鲜麦冬中含有生物碱、谷甾醇、氨基酸和维生素等成分，具有保护心肌、调节神经系统、抗疲劳、改善肝脏损伤、抗疲劳、抗炎、降血糖等作用。^[13]荸荠是一种兼具营养与保健功能的果蔬，其富含多糖、黄酮、皂苷等多种活性物质，具有抗菌、抗氧化、抗癌等作用^[14]。

三、临床应用

（一）治疗湿热证：

中医理论认为湿热证所指的是人体被湿热之邪侵入以后，身体出现了午后潮热、日久不愈、黄疸、小便频数短涩、尿赤、口干不欲饮、舌质红、苔黄腻、胸脘满闷、关节红肿、脉滑数等症状的病症。

现代医学理论中没有湿热这一名词，但认为引发腹泻、湿疹、尿路感染、肥胖等多种疾病的致病因素与其类似。

古方五汁饮对湿热证的患者具有良好的疗效，能清热解毒、利尿排毒，对痢疾、热淋尿赤等症状有一定的缓解作用。方晔^[15]等临床应用古方五汁饮治疗慢性前列腺炎观察发现，慢性前列腺炎患者的病症得到了有效的改善。蔡玉楠^[16]等通过临床应用西药与古方五汁饮联合治疗反复性尿路感染，观察发现古方五汁饮对于尿赤、热淋等淋症有一定的缓解功能。刘兴山^[17]在临床中利用古方五汁饮结合精准用药对便秘型肠易激综合征的疗效观察，发现古方五汁饮能

增强清热解毒、利尿排毒的功效。

（二）清肺润燥：

古方五汁饮对于清热润肺，缓解阴虚方面也有一定的作用。姚洁琼^[18]提出了中医九种体质，其中阴虚质占有重要比例，并且这种体质与多种疾病关系密切。潘雨等^[19]通过文献检索的方式发现阴虚体质患者中 11.8% 的人易患糖尿病，中老年人更多常见，多以 2 型糖尿病为主，并且糖尿病前期患者；9.1% 易患高血压，其中 1.1% 易患失眠疾病。除此之外，甲亢^[20]和干眼^[21]等病症患者，也规律地出现了阴虚质患者。而古方五汁饮成分多低糖，同时能有效改善阴虚体质，由适于高血压人群和糖尿病患者。

（三）辅助治疗肝炎：

在辅助治疗肝炎方面古方五汁饮也有一定的作用，能够增强清热解毒和促进肝脏的排毒功能，有利于肝脏的修复和恢复。刘英^[22]等将古方五汁饮应用于临床治疗慢性阻塞性肺疾病，临床观察结果显示，五汁饮可明显改善患者的肺功能，并减少呼吸困难和咳嗽等症状，因此在临床上具有一定的应用价值。

（四）其他疾病的辅助治疗：

“五汁饮”还可以用于辅助治疗冠心病，糖尿病等相关疾病，有助于改善患者的症状和加速康复。张明^[23]通过对冠心病患者使用古方五汁饮的临床观察，发现该方剂具有降脂、抗炎和抗氧化的作用，能够有效改善心脏功能，降低患者的血脂水平，减少心绞痛发作次数，结果表明五汁饮在治疗冠心病方面具有一定的疗效。赵琳^[24]通过古代方剂五汁饮治疗糖尿病的临床疗效研究，并对糖尿病患者应用古方五汁饮进行了临床观察，结果显示该方剂可显著降低患者的血糖水平，改善胰岛细胞功能，并减少并发症的发生率，表明五汁饮在糖尿病治疗中具有一定的治疗效果。可见古方“五汁饮”可用于糖尿病和冠心病的辅助治疗，这更加突出了其宝贵的价值。

四、结语

综上所述五汁饮随着历史的发展，其组方愈加丰富灵活，是我国传统膳方中的一瑰宝。随着药理学、中药化学、天然药物化学等学科的发展，其作用机制的相关研究愈加全面，结果越来越明显。临床应用日渐拓展，目前主要应用于治疗热症及相关辅助治疗。日常生活中多用于润肺、降燥等，对人体亚健康状态的调养。与凉茶相比古方五汁饮的口味良好，更加具有开发前景。但五汁饮组方中多寒凉，女性以及体质

寒凉者不可过多饮用。由于含有中药成分,饮食当中有些许禁忌,但是随着现代科技的发展其应用形式和途径在不断拓展,发展前景仍非常可观。

参考文献:

- [1] 张庆祥. 中医基础理论 [M]. 山东科学技术出版社. 2020.
- [2] 吴塘. 温病条辨卷一 [M]. 上海广益书局. 2020.
- [3] 廖莉思. 五汁饮新用 [J]. 江西中医药, 2013, 44(02): 48-49.
- [4] 陈光宇, 瞿昊宇, 何群, 宋毓涛, 谢梦洲. 五汁饮干浸膏粉喷雾干燥工艺的优化 [J]. 中成药, 2020, v. 42(11): 3004-3007.
- [5] 陈光宇, 易军如, 肖海英, 瞿昊宇, 何群, 谢梦洲. 新五汁饮颗粒剂处方优选及吸湿性研究 [J]. 中国现代应用药学, 2021, 38(02): 173-178.
- [6] 詹晓如, 郑小吉. 五汁饮口服液的研制 [J]. 卫生职业教育, 2011, 29(01): 97-98.
- [7] 周广明, 鞠萍, 魏莉. 中药配方与其他学科的关系 [J]. 中国现代药物应用, 2011, 5(16): 122-123.
- [8] 叶倩倩, 朱万鸿, 王宇晴, 李慧, 张永跟. 古方五汁饮的组方应用研究 [J]. 中国民族民间医药, 2022, 31(05): 68-70.
- [9] 谢梦洲, 冯楚雄, 朱建平等. 五汁饮对急性酒精中毒大鼠肝脏的保护机制研究 [J]. 湖南中医药大学学报, 2016, 36(06): 52-55.
- [10] 饶浠锐, 滕明刚, 隋怡. 刺梨的化学成分和药理作用研究进展 [J]. 贵州中医药大学学报, 2022, 44(05): 61-64.
- [11] 张永清. 异抗坏血酸钠对鲜切莲藕营养成分的影响 [J]. 食品工业, 2015, 36(07): 9-12.
- [12] 秦涛, 高祉婧, 苏艳芳等. 芦根化学成分及其抗氧化和 α -葡萄糖苷酶抑制活性 [J]. 中成药, 2022, 44(03): 798-806.
- [13] 万梅绪, 原景, 张燕欣等. 麦冬提取物及其有效成分的药理作用研究进展 [J]. 药物评价研究, 2023, 46(08): 1819-1826.
- [14] 李悦悦, 刘洋洋, 彭川宁等. 荸荠的保健功能及产品研究进展 [J]. 粮食与食品工业, 2022, 29(06): 41-44.
- [15] 方晔, 张京华, 王新明. 慢性前列腺炎患者中古方五汁饮治疗效果观察 [J]. 国际中医中药杂志, 2017, 39(3): 322-325.

[16] 蔡玉楠, 邓涵玮. 古方五汁饮配合西药治疗反复性尿路感染的临床观察 [J]. 中医药临床杂志, 2018, 10(3): 164-166.

[17] 刘兴山, 简洁. 古方五汁饮结合精准用药对便秘型肠易激综合征的疗效观察 [J]. 中国中医药信息杂志, 2019, 26(7): 98-101.

[18] 姚洁琼, 李宜放. 9种基本中医体质类型与方证体质的联系 [J]. 国医论坛, 2015, 30(05): 58-60.

[19] 潘雨, 邢天野, 倪磊等. 阴虚体质与相关疾病的探究 [J]. 吉林中医药, 2020, 40(04): 451-453.

[20] 胡萍, 徐筱玮. 甲亢伴甲亢性肝损害中医体质辨识分析 [J]. 世界最新医学信息文摘, 2019, 19(26): 205+207.

[21] 方琳, 王益平, 李群英等. 中医体质调护联合中药熏眼对阴虚体质干眼患者主观症状和体质的影响 [J]. 解放军护理杂志, 2020, 37(09): 65-68.

[22] 刘英. 古代方剂五汁饮治疗慢性阻塞性肺疾病的临床疗效观察 [J]. 中国现代医学杂志, 2019, 32(12): 122-124.

[23] 张明, 吴红. 中医古方五汁饮治疗冠心病的临床观察 [J]. 中国传统中医药信息杂志, 2018, 12(12): 76-78.

[24] 赵琳, 朱瑞琪. 古代方剂五汁饮治疗糖尿病的临床疗效研究 [J]. 中国药物信息杂志, 2019, 20(2): 69-72.

本文为“吉林省高等教育学会科研2023年度立项重点课题《新时代“双创”教育融入民办院校中医药专业教育体系的构建研究》(课题编号: JGJX2023847)的阶段性成果”。

作者简介: 王迪涵(1987-), 女, 汉族, 吉林省长春市, 硕士, 长春人文学院健康福祉学院讲师。研究方向: 生物制药。

白恩洲(2003-), 男, 汉族, 吉林省梅河口市, 长春人文学院健康福祉学院学生。研究方向: 生物技术。

西望(2003-), 男, 汉族, 吉林省长春市, 长春人文学院健康福祉学院学生。研究方向: 生物技术。

黄振宇(2003-), 男, 汉族, 吉林省吉林市, 长春人文学院健康福祉学院学生。研究方向: 生物技术。

通讯作者: 李雪(1986-), 女, 汉族, 吉林省长春市, 硕士, 长春人文学院健康福祉学院讲师。研究方向: 基础化学。