

# 荆楚葛根文化食品养生服务模式研究

吴国庆 林禹宏 张洋<sup>△</sup> 李嘉萌 刘浩天 孟泽宇 梁雨彤 王忠义

(黑龙江中医药大学 黑龙江 哈尔滨 150040)

摘要: 中药葛根为豆科植物野葛的干燥根, 产量颇丰, 全国各地多有种植, 其最早记载于《神农本草经》: “主消渴, 身大热, 呕吐, 诸痹, 起阴气, 解诸毒, 主下利。”列为中品。多有本草文献载其具有: 解肌退热, 生津止渴, 透疹, 升阳止泻, 通经活络, 解酒毒等功效。葛根为药食两用之品, 具有广泛的药用价值和食用价值, 葛根文化养生食品在当今社会具有极大的潜力和商业价值。

关键词: 荆楚葛根文化食品 养生服务

中药葛根应用历史悠久, 为药食同源之品。其作为一种经济类作物, 经过加工以后被广泛地应用于食品、药品等诸多领域。葛根对种植地的适应性较强, 在我国大部分地区都有种植, 并能为种植户带来一定的经济收益, 因此被多地作为扶贫项目推广。湖北古时为荆楚大地, 本团队以荆楚为名, 研发荆楚葛根文化食品和养生服务模式, 推动葛根系列产品发展, 服务于民。

## 1. 葛根的传统应用

中药葛根的应用已经有 2000 多年的历史了, 其首载于《神农本草经》, 列为中品, “主消渴, 身大热, 呕吐, 诸痹, 起阴气, 解诸毒, 主下利。”王启明等<sup>[1]</sup>通过对历代文献的整理研究总结了葛根的功效有: 凉血止血、清热止呕、降逆平喘、清热解毒、解郁除烦、缓急止痛、生肌敛疮、活血化痰等。

## 2. 葛根的现代研究

### 2.1 药理作用

葛根中含有异黄酮类化合物主要包括: 黄豆甙元、黄豆甙、葛根黄素, 其中葛根素是该属的特有成分, 也是主要有效成分。有文献表明<sup>[2]</sup>葛根中的黄酮类物质和葛根素具有减慢心率、改善正常和缺血心肌的代谢以及降低血糖血脂和抗氧化的作用。何惟胜<sup>[3]</sup>研究发现葛根总黄酮对脑血管扩张作用明显, 能较好地改善脑循环。

### 2.2 营养作用

葛根中含有丰富的淀粉、膳食纤维、黄酮、氨基酸、微量元素等多种对人体有益的营养成分。淀粉是葛根的主要成分, 新鲜葛根中淀粉含量约为 30%<sup>[4]</sup>, 具有粮食作物特性。现代医学研究发现, 它具有滋补养颜、延缓衰老、增强骨密度、改善循环、降脂降糖等多种保健功能。

## 3. 荆楚葛根文化食品研发

### 3.1 应用背景与理论基础

3.1.1 自新型冠状病毒流行, 湖北作为疫情最为严重的地域之一, 经济受到巨大影响, 农民收入遭受毁灭性打击。本团队着眼于湖北多地盛产葛根, 希望通过研发推广葛根系类文化养生食品, 助力提升葛根种植户的经济效益。

3.1.2 随着工作生活习惯的改变, 电子产品的普及和由以智能手机大量普及, 颈椎病的发病率逐渐提高, 并有年轻化的趋势<sup>[5]</sup>。王冰等<sup>[6]</sup>, 通过对 1009 位不同职业的人群进行调查和 X 线检查发现颈椎病的患病率达 46.52% 以上。随时间推移患病率有上升趋势。而《金匱要略论解》记载葛根功效: “滋润经脉, 舒筋强急”<sup>[7]</sup>。《伤寒论》: “太阳病, 项背强几几, 无汗, 恶风, 葛根汤主之”。

3.1.3 当今社会腰背痛越来越普遍, Kelsey JI 揭示<sup>[8]</sup>: 发达国家人群中 70%~85% 的人曾患过腰背痛, 患病率达 30%。

并且腰背痛的患病率随年龄的增长而增加<sup>[9]</sup>。《肘后急方》中记载应用生葛根汁治疗腰痛<sup>[10]</sup>。

3.1.4 随着人们生活富足, 消费水平的提高, 酒业蓬勃发展。有数据表明: 北京西城区副食品公司在北京市于 1979 年到 1985 年的 7 年间酒的销售平均每年递增 14.7%。更有数据表明 2021 年春节期间有电商平台牛栏山 52° 白酒, 同比销售平价白酒牛栏山增幅 85%。在 1919 酒类新春年货节期间, 1 月份, 52° 五粮液(普通版) 500ml 销售较去年同期增长 69.81%; 青花郎 500ml 较去年同期增长

33.41%。但酒的危害不言而喻, 在男性酒依赖中 30~39 岁年龄组占酒依赖总患者效的 50% 以上<sup>[11]</sup>。酒精直接造成成骨细胞与破骨细胞数量及活性发生改变, 同时骨细胞凋亡现象增加<sup>[12]</sup>。《黄帝内经》云: “今时之人不然也, 以酒为浆, 以妄为常, 醉以入房, 以欲竭其精, 以耗散其真, 不知持满, 不时御神, 务快其心, 逆于生乐, 起居无常, 故半百而衰也。”并且山东省济南医院王建华医生在医药论坛中发表文章糖尿病人要限酒。2008 年我国因酒驾导致交通事故死亡人数已上万<sup>[13]</sup>。基于上述文献, 从流行病学, 基础实验, 传统文献, 临床经验, 社会影响多角度论述了酒的危害性。本草文献多有记载葛根与葛花有解酒的功效<sup>[14]</sup>。张蓉蓉<sup>[15]</sup>等综述了野生葛根的解酒机制: 影响酒精吸收, 影响酒精代谢, 抗氧化作用, 对肝脏损伤的防护作用, 保护中枢神经系统。张恩户<sup>[16]</sup>等应用葛根总黄酮 500mg/kg, 能够缩短乙醇 ICR 小鼠睡眠时间, 来解释葛根的解酒毒作用。

3.1.5 糖尿病从古至今一直是严重困扰人类的代谢性疾病, 目前已和心脑血管疾病、恶性肿瘤并称世界 3 大疾病, 随着生活水平提高, 饮食规律失常, 糖尿病呈高发趋势。根据糖尿病 2017 年防治指南: 我国 2013 年成人 2 型糖尿病患病率为 10.4%<sup>[17]</sup>。糖尿病古称消渴病, “消渴”病名首见于《黄帝内经》。后世医家对消渴病的病机认识普遍为阴虚为本燥热为标。《神农本草经》: 葛根主消渴。中国科学院院士全小林教授应用葛根、天花粉、知母三味小方滋阴清热生津, 治疗消渴病取得了良好疗效<sup>[18]</sup>。葛根素<sup>[19]</sup>既能够通过提高胰岛素敏感指数, 抑制 α-葡萄糖苷酶活性直接降低血糖浓度。葛根素能够调节糖脂代谢异常, 治疗糖尿病肾病<sup>[20]</sup>、糖尿病周围神经病变<sup>[21]</sup>、糖尿病心脏病、糖尿病骨病、视网膜病变<sup>[22]</sup>、糖尿病足、妊娠糖尿病、糖尿病导致的肺损伤、骨骼肌萎缩, 认知障碍。

3.1.6 我国已成为世界上第二大化妆品消费市场。企业数量超过 5440 家, 有效注册备案产品数量超过 10 万<sup>[23]</sup>。葛根作为天然本草又具有抗氧化作用<sup>[24]</sup>, 在化妆品领域具有一定潜力。徐进<sup>[25]</sup>等报道了两款葛根护肤品, 其一葛根祛皱营养霜应用 100 例无刺激无致敏, 使用两个月后皮肤细嫩。其二葛根祛斑美白霜应用 100 例无刺激无致敏, 使用两个月有效率达 72.06%。

## 3.2 荆楚葛根文化食品

3.2.1 葛根燕麦膳食代餐: 燕麦经过精细加工制成麦片, 使其食用更加方便, 口感也得到改善, 成为深受欢迎的保健食品。燕麦可降低甘油三酯, 排泄胆固醇, 防治糖尿病, 有利于减少糖尿病的血管并发症的发生; 能促进排便, 对于习惯性便秘患者有很好的帮助; 将燕麦与葛根粉混合用酸奶调和在加冻干果干所形成的营养代餐美味, 营养丰富, 还具有调节肠道的功效。

3.2.2 葛花醒酒茶: 葛花具有解酒的功效<sup>[26]</sup>, 是因为葛花中含有异黄酮类物质, 这些物质能加速酒精的氧化分解, 能有效减缓身体对酒精的吸收速度, 防止酒精过快的进入血液循环系统。异黄酮类物质还能促进排尿和排汗, 缓解头痛、眩晕、恶心等酒精中毒状态, 从而起到减轻醉酒程度的作用。葛花解酒还有一个特点, 就是酒前或酒后都可以服用。

3.2.3 葛根八珍膏: 葛根八珍膏是明朝宫廷八珍糕的改良版并且将糕点改为中药滋补膏方。采用道地药材配伍, 按照《中国药典》<sup>[27]</sup>规范, 优化膏方制作工艺<sup>[27, 28]</sup>, 制取优质葛根八珍膏。

3.24 葛根奶片：葛根奶片应用葛根粉与牧场精选牛奶充分混合压制成片。是一款老少皆宜的零食。

3.25 葛根阿胶糕：选用上好的湖北黄冈野生葛根为原料，添加桂花、坚果果仁、东阿阿胶等中药精炼制作而成，具有口感细腻绵软、甜而不腻、补血<sup>[9]</sup>养颜的功效。刘培民等报道了阿胶在动物实验中对于癌症的有效作用<sup>[9]</sup>。

#### 4. 服务模式

健康产业是 21 世纪最具有发展潜力的朝阳产业之一，因此在做好产品内容、注重产品质量与研发的基础上，配套和完善相关服务措施势在必行。我们采用线上线下相结合、互联网+、私人定制等服务模式对荆楚葛根系产品与用户建立有利桥梁，助力荆楚葛根文化食品发展。

##### 4.1 互联网+服务模式

荆楚葛根具有如上文所说之诸多功效，其中专业中医学术语比较复杂，于公众理解而言或许过于生涩，因此用通俗的语言让公众更加准确的了解其功效主治，从而更好的运用于产品保健，为公众健康保驾护航很有必要<sup>[1]</sup>。基于此，我们采用“互联网+”服务模式，积极开辟电子报刊、微信公众号、微博健康号相结合的方式对我们的产品进行专业保健效果的科普。同时，基于微信公众号一系列的宣传科普，我们可根据其用户基数开通如微信公众号的中药保健品的专业咨询窗口，为患者提供在线答疑、用药指导等的一对一超值个性化服务，不断满足目标患者之需求；对于部分个体使用效果差异较大的保健产品，通过结合患者朋友的寒热体质、饮食偏嗜、七情、居住及工作环境等因素，有针对性的指导相关荆楚葛根保健品的使用，并发挥中医药特色，提出饮食、起居等相关指导建议，为患者提供科学化的全方位保障。互联网+超越了时间和空间限制，成为医疗服务转型的热门话题，让公众对于我们荆楚葛根系列产品用的明白，用的放心，用的踏实，拉近与公众之间的距离，加强品牌与患者的互动，从而更好的打出荆楚葛根的招牌，提高品牌影响力。

##### 4.2 宣传促销模式

###### 4.2.1 宣传单派发

主要在社区、学校、医院、养老院和大健康管理中心内派发如宣传单、宣传手册，夏天派发印有产品的宣传凉扇，其余时间可派发宣传帆布袋之类，让产品宣传深入到日常生活中去。目标向上班族等中产阶级以及在校学生、患者等进行宣传，并引导他们扫码关注微信公众平台便于后期服务跟进。

###### 4.2.2 投放实体的客户体验店

充分考虑客户体验，尤其是退休老人，他们手中有可观的闲置资金，但由于对于网络的不熟悉以及办理的不方便而无法进行投资，设置实体的体验店能够有效的抓住这部分客户，也是一种有效的宣传手段，同时将宣传单发给他们，借他们的手宣传给别人，也可以做到为网站引流和推广。

###### 4.2.3 广告投放

广告投放要致力于品牌本身建设，实事求是且有的放矢。其中户外广告、媒体广告、公交广告等是一种非常重要的宣传手段，应主要在大学、医院、社区来进行投放以达到最大效果的流量回馈，精准投放，提高投放准确率，减少投放量，节省下来的广告费用可用于对回馈消费者、改进技术、让利中间商等<sup>[2]</sup>。同时，广播电台作为中老年人居家、自驾出行所必有，充分利用闲置碎片时间，也非常重要。

##### 4.2.4 分成合作模式

与美容院、大健康管理中心、三甲医院美容科等平台进行合作，采取分成模式，让他们在宣传他们产品的同时宣传自己的平台和业务并发放宣传单。

##### 4.2.5 公益活动宣传

公益活动宣传就是提高企业形象的重要途径，社会方面，可以与相关公益机构合作，比如医院、红十字会等等举办捐赠给山区儿童或者免费坐诊一天的活动等等，提高产品在社会上的影响力和名誉度，塑造良好的企业品牌形象。

##### 4.3 销售模式

通过对消费者的调查研究分析，网上营销和实体店营销占据大部分，产品营销通过线上和线下两种渠道进行。

###### 4.3.1 线上

依托微信公众平台网上商城，天猫、淘宝、京东等网店销售；同时以高校为平台，全面发展学生代理，发挥高校联动优势，对初辰代理给予优惠政策，通过网上代理增加客户量，扩大营销规模。除此之外还可通过抖音、快手、火山等短视频平台与主播合作进行推广，形成线上商业矩阵。

###### 4.3.2 线下

首先依托大学城等高校聚集地开展校园推广，通过多种促销方式开发新客户，建立一手客户资料数据库，踏实做好品牌落地。其次通过母婴店、健身房、美容院、社区店、药店，大健康管理中心等实体店直接推广，并定期举办健康养生讲座，间接推广商品。还需积极参加社会活动、培训机构、品牌沙龙及公开课等，积极融入到其社会组织，宣传品牌，提高产品知名度，同时也要积极参与其他企业的推广活动，以求资源整合，横向联合，彼此成就。

线上线下相结合，互联网+面对面服务，针对性和系统性地健全了荆楚葛根文化食品保健的销售模式，对于荆楚葛根文化食品养生模式的完善具有重要意义。

##### 5. 总结

中药葛根功效极多，从而在食品药品中被广泛应用，其相关的文化养生食品具有广阔前景。荆楚葛根文化食品保健根植于中医传统文化，取其精华，根据不同患者所需从而制成膳食代餐、醒酒茶、八珍糕等一系列保健食品，通过现代化互联网+、私人订制等形式积极做好产品、做好服务、做好宣传销售，旨在积极响应健康中国战略，在宣传中医传统文化的基础上，为大众的健康保驾护航。

##### 参考文献：

- [1]王启明, 聂晶, 朱卫丰, 刘荣华. 试论葛根功用 [J]. 中国中医基础医学杂志, 1006-3250(2021)10-1641-03
- [2] 鲁丽霞. 葛根的药理作用与综合利用研究进展 [J]. 亚太传统医药, 1673-2197(2010)12-0161-02
- [3] 何惟胜. 葛根及其提取物治疗心脑血管疾病药理和临床研究进展 [J]. 时珍国医国药, 2009, 12(5): 470-471.

作者简介：吴国庆（1999-），男，黑龙江佳木斯人，在读本科生，中国康复医学会学生会员，黑龙江省康复医学会慢性病中医康复委员会委员，研究方向：针灸治疗神经系统疾病。

△通讯作者：张洋，男，黑龙江中医药大学招生就业处助理研究员、招生科长

基金支持：黑龙江中医药大学大学生创新创业训练计划项目，编号：X202110228003