

真正去掉虚高,药费过高的问题就会得到解决。

综上所述,笔者认为药品采购招标只是在价格体系和市场体系尚未健全情况下的暂时行为,一旦有了科学完善的价格体系,药品有了合理的价位也

就无需招标,再进一步有了健全的市场体系,各医疗机构都到药品市场中公开购买,价格也就变为市场行为的一部分,当然,药品招标也就没有必要了。

(2001-06-05 收稿)

·药膳·

巧用食疗补血养颜

福建省龙岩市第一医院(364000) 曹恒炎 江艳华

在我国有相当多的人存在着不同程度的贫血。贫血,中医表现为各种血虚证,如面色萎黄、口唇苍白、眩晕、失眠、月经不调等症。这既危害人的身体健康,又有碍美容。贫血,除遵医嘱口服补血养血药外,还可配合药膳来改善。若平时能常食中医补血养血之药膳,可获得显著效果。现推荐几种,以供选用。

1 当归鸡蛋汤 当归 10 g、鸡蛋 2 个、饴糖 10 g。将当归洗净置锅中熬出汁后去渣,再加入饴糖搅匀,然后打入鸡蛋,煮熟即可食用。适用于头昏、疲倦等气虚血少的血虚证。

2 红枣莲子汤 红枣(去核)15 g、莲子肉 15 g、花生 15 g。先将莲子肉、花生浸泡 1~2 小时,然后三种一同置锅内,加水适量,冰糖调味,煮熟匀可食。可益气养血、安神。适于失眠健忘,心血不足之血虚证。

3 龙眼枸杞饮 龙眼肉 15 g、枸杞 10 g。用开水冲泡代茶饮,连渣带茶均可食用。适于肝肾阴虚、气血不足的血虚证。可长期服用。

4 阿胶红糖羹 阿胶 30 g、红糖适量。将阿胶烊化后加红糖调味饮之。对血虚所致之面色萎黄、口唇苍白、眩晕等症有良效。

5 首乌汤 首乌 30 g、红枣 10 g。先将首乌熬出汁,去渣后,再放入红枣煮 20 分钟,即可取出食用。用于头晕耳鸣、失眠健忘的肝肾两虚,精亏血虚证。

6 乌鸡汤 乌鸡一只(500 g)、巴戟天 20 g、肉苁蓉 10 g。乌鸡宰杀干净后,切块,置煲中,加入巴戟天、肉苁蓉,加水适量,盐少许,隔水炖 1~2 小时,取出吃肉喝汤。对于月经不调,痛经效果显著。

7 黄精栗子羹 黄精 15 g、栗子肉 50 g、瘦肉 250 g。将瘦肉切块,置锅中,加黄精、栗子肉,再放酒、盐少许,水加适量,蒸 1 小时,取出食之。用于滋阴养血、补气健脾。

8 紫河车汤 净紫河车(胎盘)1 个、黄芪 30 g。将紫河车漂洗干净,黄芪熬出汁去渣,紫河车放入黄芪汁中,加黄酒少许,炖 1 小时,取出食之。适于气血不足所致的虚损消瘦,体倦乏力等虚证。

(2001-06-01 收稿)

小儿遗尿的食疗

广州市白云区公费医疗门诊部(510075) 林泽湖

遗尿,又称遗溺、尿床,是小儿睡中小便遗,醒后方觉的一种疾病。若是在婴儿时期,由于生理上经脉未盛、脏腑未坚、智力未全,对排尿的自控能力较差,这些遗尿不属病态范围,遗尿会随着身体的逐渐成长发育而消失。超过 3 岁以上的儿童,不能自主控制排尿,睡时经常遗尿,每晚一次或多次,则属病态。遗尿的病因主要是肾虚、脾肺气虚和肝经湿热。遗尿除需及时治疗外,还可通过饮食辅助疗法,达到治愈的目的。现介绍一些相应的饮食疗法。

1 菟丝子、芡实猪小肚汤

配方:菟丝子 10 g、芡实 10 g、猪小肚 1~2 个。

制作:将猪小肚洗净,放入菟丝子、芡实,加水适量,用武火煮沸后用文火煲 1 h,取汤调味分二次服。

功效:温补肾阳,固涩小便。

2 盐焗猪腰

配方:粗盐 500 g、新鲜猪腰 1 个。

制作:先将猪腰对边切开,去净筋膜,洗净,用油纸包裹,后将粗盐放入锅内炒热,把包裹好的猪腰埋入粗盐内,继续加热至猪腰熟透,取出,去纸食肉。

功效:温肾助阳,缩尿。

3 淮山、莲子瘦肉汤

配方:淮山 10 g、莲子 10 粒去芯、桑螵蛸 8 g、瘦肉 150 g。

制作:瘦肉洗净,加上料同放入锅内,加清水适量,煲约 1 h,调味饮汤。

功效:补脾益肺,固肾缩小便。

4 金樱、白果鹌鹑汤

配方:金樱子 10 g、煨白果 10 粒、鹌鹑 2 只。

制作:先将鹌鹑宰杀洗净,同金樱子、煨白果(去壳)一起放入锅内,加清水适量煲 2 h,调味饮汤食肉。

功效:补脾肺,温肾固小便。

5 茵陈苡仁瘦肉汤

配方:茵陈 10 g、苡仁 10 g、瘦肉 150 g。

制作:将茵陈装入纱布袋内,扎紧袋口,放入苡仁和洗净的瘦肉加水适量煲 1 h,调味饮汤。

功效:清肝、利湿、去热。

6 灯芯、玉米粥

配方:灯芯草 3 扎、新鲜玉米连须 1 根、大米适量。

制作:将上料同放入锅内,加水适量,煲至大米稀烂,去灯芯调味吃粥和玉米。

功效:清热去湿,利尿。

(2000-12-25 收稿)

·其它·

台湾医药见闻

广州中药一厂(510130) 冯帆生

2000 年 11 月 29 日至 12 月 10 日参加了由广东省生产力促进中心组织的广东中医药技术赴台交流考察团,对台湾生产力中心、台湾制药同业公会、顺天堂药厂、永信药品工业股份有限公司、聿新科技公司、丁丁药局、台大医学院附属医院、惠心护理之家和华阳医院等单位进行考察,还听取了中化制药公司的经验介绍,互相进行了相关的交流。

台湾生产力中心的主要工作性质,是组织相关培训,提高管理水平,促进生产力的发展,通过改善管理,提高经济效益;并且管理思想、管理技术的推广,不仅局限于工商企业,也推向了医疗机构和农业经济等领域。该中心组织了众多单位的 ISO9000 认证,其中也包括有医疗机构,使之提高质量信誉和增强市场竞争力。同时,该中心设有两岸经济联络和海外联络部门,通过经济联络,促进台湾的生产力发展。生产力中心在现代化管理方面,在台湾也显示了它的示范作用,该中心已经实施的自动化办公系统是比较典型的范例。其办公自动化不仅仅是无纸化办公,而且工作人员无固定办公台,充分体现了资源的合理使用。由于无纸化办公,所有资料全部贮存于电脑系统,任何工作人员只需借助联网电脑,就可在任何地点办公,因此无论是在家中或出差在外,均可开展相应工作。每位员工只需将本人当天的有关情况输入电脑,如在办公室则输入所占办公台号,单位内的任何人均能了解其他同事的动态。同样,请示、汇报、批复等也都是通过电脑操作的,因为这种先进的办公方式和联络系统的使用,所以就不允

许存在“先斩后奏”的现象出现,办公台也不允许存放个人用品。该办公系统还设计了便捷的检索系统,使用与操作也非常方便。

在这次交流考察中,接触了多个医药工商企业单位。在医药工业方面,无论是制药公会,还是中西药厂,都有一个共同的主要话题 GMP。台湾原有药厂 600 多家,1982 年开始实施 GMP,原要求 5 年内完成,后延期了两年,现尚有药厂约 460 家,其中通过 GMP 的约 270 家,未通过 GMP 属传统中药厂约 170 家和原料厂约 20 家,其中非 GMP 厂不得生产新产品。在台湾,当前喜欢谈 CGMP(Current GMP),即现行 GMP。虽然未能见到其 GMP 和 CGMP 的文本,但从交流和现场参观来看,台湾药厂的 GMP 要求与我们的 GMP 并没有大的区别。进入台湾药厂的车间,如换鞋、洗手、更衣、手消毒等,生产车间内的墙角为圆角,窗户密封,窗台为斜面,洁净区要求正压,试剂标签标明配制日期、配制人及有效日期等这些都与大陆药厂大致相同。但其部分要求只求实用,如气压表示可以不用压差计,而采用一条红色飘带,粘于传送带内、外包装间交界处,以飘带方向显示压差和方向;同一洁净区内,有多间操作室,安排有不同剂型产品的生产,各自生产有其独立性,但并不过于强求工艺过程的顺序连贯。作为 CGMP,主要是要求开展设备、工艺、产品等验证。第一阶段要求验证的内容是水系统、空气净化系统、设备、关键工艺和部分产品,并要求上市产品在 2004 年前通过验证确效,否则将会被撤消批准文号。台湾药厂认为,GMP