

本文引用: 龚友兰, 张尚华, 陈 橙, 葛金文. 马王堆医学相关大健康产品研究现状及思考[J]. 湖南中医药大学学报, 2025, 45(2): 341-346.

## 马王堆医学相关大健康产品研究现状及思考

龚友兰<sup>1</sup>, 张尚华<sup>1,2</sup>, 陈 橙<sup>1,2\*</sup>, 葛金文<sup>1,2\*</sup>

1.湖南省中医药研究院,湖南 长沙 410013;2.湖南省马王堆医学研究中心,湖南 长沙 410013

**[摘要]** 梳理了自二十世纪七十年代马王堆医书出土以来其衍生大健康产品的研究现状,主要包括中成药古汉养生精、资阳固本胶囊、养心定悸膏、西汉古酒,养生用品养身枕、古方香袋,以及融合马王堆医学元素的家居、文创产品。研究发现,古汉养生精临床疗效突出,作用机制研究较多;其他产品临床应用及基础研究相对较少。未来应加强马王堆医学基础研究,开发具有文化内涵和保健功能的新产品;运用数字技术传承创新马王堆医学文化;构建创新链、产业链、价值链三链深度融合的马王堆医学产业新生态,助力大健康产业高质量发展。

**[关键词]** 马王堆医书;大健康产品;养生文化;古汉养生精;现状调查

**[中图分类号]**R287

**[文献标志码]**A

**[文章编号]**doi:10.3969/j.issn.1674-070X.2025.02.022

## Research status and reflections on Mawangdui medicine-related comprehensive healthcare products: A discussion based on modern literature

GONG Youlan<sup>1</sup>, ZHANG Shanghua<sup>1,2</sup>, CHEN Cheng<sup>1,2\*</sup>, GE Jinwen<sup>1,2\*</sup>

1. Hunan Academy of Chinese Medicine, Changsha, Hunan 410013, China; 2. Hunan Mawangdui Medical Research Center, Changsha, Hunan 410013, China

**[Abstract]** This article reviews the research status of Mawangdui medical books-derived comprehensive healthcare products since their excavation in the 1970s. The main products include Chinese patent medicines such as Guhan Yangsheng Jing, Ziyang Guben Formula, Yangxin Dingji Extract, and Xihan Ancient Wine, as well as health products like health pillows and ancient formula sachets. Additionally, there are home and cultural creative products integrated with Mawangdui medical elements. Research findings indicated that Guhan Yangsheng Jing has demonstrated outstanding clinical efficacy, with extensive studies on its mechanisms of action. In contrast, other products have relatively fewer clinical applications and foundational research. In the future, it is essential to strengthen foundational research on Mawangdui medicine, develop new products with cultural significance and health benefits, utilize digital technologies to innovate and preserve Mawangdui medical culture, and promote integrated development with tourism, catering, and other industries to advance the high-quality growth of the comprehensive healthcare industry.

**[Keywords]** Mawangdui medical books; comprehensive healthcare products; health preservation culture; Guhan Yangsheng Jing; status survey

**[收稿日期]**2024-09-03

**[基金项目]**湖南省社会科学成果评审委员会一般课题(XSP25YBC585);长沙市自然科学基金(kq2402148);长沙市第一批指导性科技计划项目(kzd2101078)。

**[通信作者]**\* 葛金文,男,博士,教授,博士生导师,E-mail:001267@hnucm.edu.cn。

马王堆汉墓出土的大量珍贵古医书及相关中药是我国传统医学的重要源头之一,其蕴含的养生思想是我国传统养生文化中的精华。受其影响,已有多个品类的大健康产品面世,如中成药古汉养生精、资阳固本胶囊,养生用品药枕、香袋,及马王堆养生文化与创意相结合形成的文创产品如熏香、瓷器、香皂等,一经推出,便广受欢迎。通过系统查阅文献,尚未见针对这类产品现状梳理及思考。本文基于已公开发表的学术论文和产品信息,对马王堆医学大健康产品的品类、功能主治、创新特色等进行系统梳理和分析,以期为后续研发提供参考,助力马王堆医学大健康产业高质量发展。据初步统计,该产业已形成数十亿元市场规模,预计未来仍将保持较快增长。深入挖掘马王堆医学养生智慧,对传承创新中医药事业、满足群众多元化健康需求具有重要意义。

## 1 研究现状

### 1.1 中成药

从马王堆医书衍生的中成药产品主要有古汉养生精、资阳固本胶囊、养生定悸膏、西汉古酒,这些产品广泛运用于亚健康领域,但除古汉养生精外,其他产品研究均相对薄弱。

1.1.1 古汉养生精 古汉养生精是马王堆医书养生思想衍生的最具代表的中医药产品,也是马王堆医学大健康系列产品中研究最为深入的 OTC 非处方类中成药,由湖南省中医药研究院李聪甫等根据《养生方》密旨和《黄帝内经》经义,以马王堆养生思想为

内核,结合临床经验精心配方而成,由人参、炙黄芪、枸杞子、制女贞子、菟丝子等组成,具有补气、滋肾、益精之功效,主要用于气阴亏虚、肾精不足所致亚健康状态等<sup>[1]</sup>。临床层面,国内学者报道了古汉养生精治疗失眠等多种亚健康疾病均获得良好疗效<sup>[2-10]</sup>,详见表 1。动物及细胞层面,证实了古汉养生精治疗这类疾病的相关作用机制<sup>[11-20]</sup>,详见表 2。

表 1 古汉养生精治疗失眠等疾病的临床报道

Table 1 Clinical reports on the treatment of insomnia and other diseases with Guhan Yangsheng Jing

疾病名称或亚健康状态	临床疗效	参考文献
失眠	93.33%	[2]
慢性支气管炎	93.09%	[3]
骨质疏松症	91.43%	[4]
更年期综合征	96.67%	[5]
早泄合并勃起障碍	94.74%	[6]
神经衰弱	84.72%	[7]
气虚体质	改善	[8-9]
阳虚体质	改善	[10]

1.1.2 资阳固本方 资阳固本方来源于《养生方》,马王堆医书·《养生方》第 125、126 行曰:“取细辛、干姜、茵桂、乌豕,凡四物,各治之。细辛四,干姜、茵[桂]、乌豕各二,并之,三指最以为后饭,益气,有令人免泽”,详见图 1。该方在马王堆养生方基础上加炙甘草,考虑制草乌的毒性,将粉剂改为汤剂,并久煎,由干姜 10 g,细辛 2 g,肉桂 3 g,制草乌 3 g 和炙甘草 5 g 组成,具有温通心阳、温肾利水的功效,主要

表 2 古汉养生精实验研究报道

Table 2 Experimental research reports on Guhan Yangsheng Jing

干预模型	作用机制	参考文献
运动至力竭昆明种小鼠	降低机体红细胞畸形率,减轻自由基介导的脂质过氧化反应	[11]
肾阳虚哮喘大鼠	改善炎症反应	[12-13]
术后老年大鼠	改善认知功能障碍	[14-16]
产后抑郁模型大鼠	改善抑郁样行为	[17-18]
5-氟尿嘧啶所致肠道微生态失调大鼠	增强肠道黏膜屏障,纠正肠道菌群失调,减轻肠黏膜炎性病变	[19]
$\beta$ -淀粉样蛋白诱导的受损人神经母细胞瘤细胞	调节淀粉样蛋白聚集途径中 $\beta$ -淀粉样前体蛋白裂解酶 1 的表达	[20]

用于老年慢性心力衰竭肾阳虚型患者的治疗<sup>[21]</sup>。国内多位学者均报道了其对于冠心病心力衰竭肾阳虚证患者具有较好的临床疗效<sup>[22-25]</sup>。

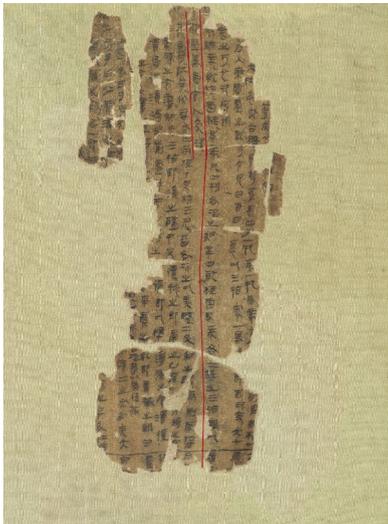


图1 《养生方》第125、126行

Fig.1 Lines 125 and 126 of the "Yangshen Fang"

1.1.3 养心定悸膏 据记载,“医圣”张仲景在完成《伤寒杂病论》时曾仔细阅读《五十二病方》,并将《五十二病方》中的很多方纳入,复脉汤就是其一,由湖南中医药大学名师胡方林教授联合国内外对古代方剂深有研究的20多位权威专家,联合湖南马王堆汉方医药股份有限公司,对“复脉汤”进行改良,使之以膏方剂型呈现,取名“养心定悸膏”(国药准字Z43020230),由地黄、麦冬、红参、阿胶、黑芝麻、桂枝、生姜、炙甘草组成,具有养血益气、安神定悸之功效,用于治疗气虚血少、心悸气短、盗汗失眠、咽干舌燥、大便干结等症<sup>[26]</sup>。虽然养心定悸膏为国药准字产品,但目前国内外仅一位学者对其治疗心动过缓及病态窦房结综合征(病窦)的临床疗效以及对大鼠急性肺损伤和休克的作用进行了报道<sup>[27-28]</sup>。

1.1.4 西汉古酒 西汉古酒是一种兼有治疗和保健双重功能的低度药酒,由马王堆制药厂生产,已载入1990年版卫生部药品标准。根据马王堆出土古医书《养生方》秘旨,结合湘籍名老中医经验精选而成。该药由狗鞭、柏子仁、黄精、鹿茸、蛤蚧等中药组成,具有补肾益精、强筋补髓之功效,主治腰膝酸痛、肢冷乏力、健忘,动则气喘等症。截至目前,国内

仅见张蝶婉等<sup>[29]</sup>1996年研究了西汉古酒对小白鼠的抗炎镇痛作用。

## 1.2 养生用品

从马王堆医学衍生出的养生用品主要有马王堆养生枕和古方香袋,这些养生产品融合传统智慧,在提神醒脑、辟秽除邪等方面极具特色,但其作用机制有待深入研究。

1.2.1 马王堆养身枕(马王堆药枕) 养生枕是第一代“马王堆养生”产品的代表作,设计灵感来自马王堆汉墓出土的药枕-黄褐绢地“长寿绣”枕,研发人员围绕出土文物,查阅医药典籍,利用现代技术,一方面尽量还原文物本质,包括材料、工艺,另一方面适当改造,使其符合现代产品实用功能与国家相关标准,反复验证,不断改进配方,通过历史、结构、材料、美学、医学、功能、纺织等专业领域工作人员共同努力下,开发了“马王堆养生药枕”<sup>[30]</sup>,枕套面料采用100%桑蚕丝,枕芯面料采用100%棉,填充材料辛夷、佩兰不低于180g,结合聚酯纤维不低于280g,具有提神醒脑的功效,2013年该养生枕获湖南省科学技术进步奖三等奖<sup>[31]</sup>。

1.2.2 马王堆古方香袋 由马王堆出土古方配制,见图2,由高良姜、山奈、桂皮、冰片、樟脑、雄黄组成,具有辟秽除邪、开窍醒脑、祛风定惊之功效,国内外文献报道亦少见,仅张慎斌1992年报道马王堆古方配制香袋可一定程度减少感冒的发生<sup>[32]</sup>。



图2 马王堆古方香囊

Fig.2 Mawangdui ancient formula sachet

## 1.3 现代家居及文创产品

中医养生文创产品是中医养生文化的重要载

体,也是中医药大健康产业中重要组成部分。马王堆养生文化是我国传统养生文化中的瑰宝,通过文创产品的形式传承、传播,对于促进湖湘中医药文化传播、湖湘中医药大健康产业发展意义重大。国内学者及相关单位对此做了一定探索,但系统性研究还不够。

如四川大学邹红媛通过对马王堆汉墓出土的古医书、养生产品、器具以及蕴含的养生思想进行梳理,设计如结合“经脉学说”养生理论的现代座椅、结合药物养生的灯具、加湿器、书签、杯垫、灯罩、香皂、包装盒等<sup>[33]</sup>。湖南工业大学刘家维(导师:张宗登)以马王堆《导引图》(如图 3 所示)为研究对象,系统分析马王堆人物元素,通过对人物的动作、服饰、色彩的整理分析,提取《导引图》中的设计文化元素,运用到陶瓷产品设计中,得到如“引聋”人行茶杯、“捩肩”人行茶壶、“仰呼”人行茶壶、“引温病”人行茶壶、“鳧浴”花瓶、“引肤积”花瓶等陶瓷制品,以此展示《导引图》的文化特色<sup>[34]</sup>。另外湖南博物院等推出的养生皂等系列产品,在包装创意来源上有来自马王堆汉墓出土的云纹漆盒、狸猫纹漆食盘,改造为“养生皂”包装。还有源于《导引图》的变色尺、胶带、导引伞、导引手机壳、杯垫、导引大盘、导引帆布袋、挂钟等约 10 余种文创产品<sup>[35]</sup>。



图 3 《导引图》原图

Fig.3 Original drawing of "Daoyin exercise"

## 2 思考及讨论

根据《“健康中国 2030”规划纲要》,到 2030 年,我国大健康产业总规模将达到 16 万亿<sup>[36]</sup>,而中医药行业将成为经济增长重要引擎,如何抓出中医药大

健康产业发展难得的历史机遇,将这一湖湘特色的医学文化进行转化,形成药字号、食字号、消字号,文创产品批准号等大健康产品线,使马王堆医学大品种转化为马王堆医学大健康产品品牌,是值得每一位湖湘中医药从业者思考的问题。本研究团队认为,可以从以下几个方面着手:

### 2.1 精准定位,加大产品研发力度

临床价值是决定上市中成药产品的核心要素,“精准化”的临床定位是凸显临床价值的前提条件<sup>[37]</sup>。古汉养生精、养心定悸膏等与大多数我国已经上市的中成药品种一样,由于前期研究工作相对薄弱,科技支撑不足,中成药的健康价值并未得到充分彰显和体现,导致品种的临床优势不明,难以错位竞争,使得产品无法做大做强。古汉养生精主要针对脾肾两虚、气血阴阳不足者,资阳固本方主要针对心肾阳虚患者,养心定悸膏主要针对气血两虚患者,西汉古酒主要针对肾阳亏虚患者。然而,在这些产品的临床和实验研究十分薄弱,仅仅针对某些疾病,而未进行中医证型的分析,将直接影响疗效的准确性和治疗效果优化。因此,有必要在中医理论的层面上,利用现代科学研究方法和科学技术手段,进一步探讨上述产品的临床再定位,并提出深入研究的关键点,充分考虑古汉养生精等产品的适应证候,并将适应证候作为这类产品临床研究设计的特点,另外可以加强我省乃至外省科研机构、医疗机构、中医药企业之间的协作,深入开展大样本多中心临床及基础实验研究,为古汉养生精等中医药产品临床应用的精准研究提供参考和可靠证据支持。

### 2.2 文化和科技融合助力马王堆医学养生文化传播

当今时代,数字技术的快速发展正在深刻改变文化传播的方式,为传统文化的传播和保护提供了新的机遇。通过数字赋能马王堆医学养生文化可有助于提升文化传播的体验和品质,借助虚拟、现实等技术,人们可在不同时空领域里体验马王堆医学养生文化。数字技术可使马王堆医学养生文化更加生动具体,并为其可持续发展提供支持,还能扩大

受众范围,吸引更多的关注。如可通过三维建模和VR技术,创建马王堆出土医书16种及其他中药的虚拟环境,让用户可以身临其境。可通过AI优化和创新“导引操”的数字交互设计与公共传播,提升其教育效果及普及度。还可以设计马王堆养生文化为主题的互动游戏,如角色扮演、解谜等,通过游戏让玩家了解马王堆医学养生文化。

### 2.3 三链融合构建马王堆医学产业新生态

马王堆医学的现代化转化亟须构建创新链、产业链、价值链深度融合的发展范式:以创新链突破关键技术瓶颈,用产业链整合要素资源,通过价值链实现文化增值,形成具有湖湘特色的传统医学产业生态系统。

首先,依托湖南省中药创新中心等平台,构建“文献挖掘-物质解析-临床验证”的创新闭环。以“病机-治法-方剂-药物”为框架,运用文本挖掘技术对《五十二病方》等典籍进行方剂重组,开发具有抗衰老等养生潜力的新配伍。

其次,构建“道地药材-智能生产-文旅服务”的全产业链条。可在衡阳建立万亩“马王堆方剂专属药材基地”,运用区块链技术实现从种植到炮制的全程溯源;借鉴东阿阿胶“透明工厂”模式,打造可视化养生精生产示范线;开发“千年养生之旅”主题线路,串联长沙马王堆汉墓、湖南中医药大学第二附属医院仲景中医药文化夜市等节点,预计大幅度可提升区域旅游收入。

最后,实施“古方新生”品牌工程,构建梯度化产品矩阵,按监管类别构建开发路径:药字号重点突破院内制剂转化;食字号开发养生药膳预制菜;妆字号研发马王堆古方化妆品;械字号开发中医智能穿戴设备。

## 3 总结与展望

习近平总书记指出:“让收藏在博物馆里的文物、陈列在广阔大地上的遗产、书写在古籍里的文字都活起来。”作为中国考古史上的璀璨明珠,马王堆汉墓出土的医学文献不仅是历史的无声见证,更是

推动现代中医药学发展的宝贵瑰宝,其衍生的众多大健康产品,已实现从单纯文献考证向医学文化转化的重要突破。本文通过梳理马王堆医学大健康产品的研究现状,提出以下展望:首先,加强马王堆医学基础研究,进一步明确古汉养生精等产品的临床定位和作用机制,开展大样本多中心研究,为其应用提供循证支持。其次,运用数字技术赋能马王堆医学文化传承创新,开发更多融合其智慧精华的新产品,拓宽传播渠道。最后,推动马王堆医学与旅游、餐饮等产业融合,形成大健康产业新业态,实现高质量发展。传承创新马王堆医学,让马王堆养生文化“活”起来,发挥其文化价值、经济价值和卫生医疗价值,是每个湖湘中医药人的历史使命。

## 参考文献

- [1] 张冀东,冯雪,王丹,等.古汉养生精的研究进展[J].中医药导报,2021,27(3):171-174,184.
- [2] 马进,刘炳成,刘庆梅.古汉养生精治疗失眠60例临床研究[J].医学美学美容(中旬刊),2015(2):243.
- [3] 刘冬清.古汉养生精治疗慢性支气管炎临床研究[J].中国民间疗法,1999(5):33-34.
- [4] 孙绍臣,邵先周,刘勇,等.古汉养生精治疗骨质疏松症35例[J].时珍国医国药,2000,11(9):840.
- [5] 陈芳锐,刘俭英,李丹,等.古汉养生精联系激素替代疗法治疗更年期综合症48例研究[J].医学美学美容(中旬刊),2015(2):168.
- [6] 叶万里.古汉养生精联合小剂量他达拉非治疗早泄合并勃起障碍的研究进展[J].特别健康,2021(19):20-21.
- [7] 尹天雷,陈风华,管红英,等.古汉养生精治疗神经衰弱72例临床观察[J].湖南中医杂志,2015,31(1):43-45.
- [8] 刘焰林,刘春华.古汉养生精片对围绝经期气虚体质妇女的30例临床研究[J].药品评价,2020,17(3):61-62.
- [9] 张韵,刘春华,侯帆,等.古汉养生精片治疗气虚体质亚健康状态临床研究[J].亚太传统医药,2019,15(11):139-141.
- [10] 赵茜.古汉养生精片对阳虚质亚健康人群心功能影响的临床观察[D].长沙:湖南中医药大学,2019.
- [11] 文质君,陈筱春.古汉养生精对小鼠红细胞形态及自由基的影响[J].湛江师范学院学报,2007,28(6):104-107.
- [12] 肖琳琳.古汉养生精对肾虚哮喘大鼠IL-6、TNF- $\alpha$ 及

- HMGB1 表达的影响[D]. 衡阳: 南华大学, 2019.
- [13] 张韶泽. 古汉养生精对肾虚哮喘大鼠 P62、TGF- $\beta$ 1 表达的影响[D]. 衡阳: 南华大学, 2019.
- [14] 邓轶轩. 古汉养生精改善老年大鼠术后认知功能障碍及对海马 SYN-1、PSD-95 表达的影响[D]. 衡阳: 南华大学, 2020.
- [15] 侯娇艳. 古汉养生精改善老年大鼠术后认知功能障碍及海马内炎症反应[D]. 衡阳: 南华大学, 2019.
- [16] 王 娟. 古汉养生精改善老年大鼠术后认知功能障碍及其机制研究[D]. 衡阳: 南华大学, 2020.
- [17] 瞿颖东. 基于网络药理学探讨古汉养生精抗产后抑郁的潜在分子机制[D]. 衡阳: 南华大学, 2021.
- [18] 刘志攀. 古汉养生精下调海马自噬水平改善大鼠产后抑郁样行为[D]. 衡阳: 南华大学, 2022.
- [19] 陈雄英. 古汉养生精改善 5-Fu 所致大鼠肠道微生态失调及其机制研究[D]. 衡阳: 南华大学, 2022.
- [20] CHEUNG S, ZHONG Y, WU L, et al. Mechanism interpretation of Guhan Yangshengjing for protection against Alzheimer's disease by network pharmacology and molecular docking[J]. *J Ethnopharmacol*, 2024, 328: 117976.
- [21] 毛京京. 资阳固本方治疗老年慢性心力衰竭(心肾阳虚型)的临床研究[D]. 长沙: 湖南中医药大学, 2011.
- [22] 秦 菲. 资阳固本方治疗冠心病心力衰竭心肾阳虚证的效果及左室射血分数(LVEF)观察[J]. *心理月刊*, 2019, 14(20): 154-155.
- [23] 周益法. 资阳固本方治疗冠心病心力衰竭心肾阳虚证 40 例的临床研究[C]//中国环球文化出版社, 华教创新(北京)文化传媒有限公司. 全国科研理论学术研究成果汇编(三). 安徽省淮北市人民医院中医科, 2020: 418-421.
- [24] 范建民, 张 稳, 毛京京, 等. 资阳固本方治疗冠心病心力衰竭心肾阳虚证的临床研究[J]. *中西医结合心脑血管病杂志*, 2013, 11(8): 903-904.
- [25] 王福山, 马慧敏. 资阳固本方治疗冠心病心力衰竭心肾阳虚证的效果[J]. *深圳中西医结合杂志*, 2018, 28(24): 45-46.
- [26] 国家药典委员会. 中华人民共和国药典: 2020 年版一部[M]. 北京: 中国医药科技出版社, 2020: 1375.
- [27] 周祖华, 柳 冰, 涂玉斌, 等. 养心定悸膏对内毒素引起的大鼠急性肺损伤及休克的保护作用[J]. *医学临床研究*, 2006, 23(7): 1038-1040.
- [28] 周祖华, 彭毅海. “复脉膏”治疗心动过缓及病态窦房结综合征 73 例临床观察[J]. *湖南中医杂志*, 1986, 2(2): 10-11.
- [29] 张蝶婉, 皮敦厚. 西汉古酒抗炎镇痛作用的实验研究[J]. *上海中医药杂志*, 1996(8): 45-46.
- [30] 金 樊, 张 煦. 马王堆养生产品的创新研究与应用[J]. *湖南省博物馆馆刊*, 2021(00): 678-685.
- [31] 湖南中医药大学, 湖南省博物馆. 马王堆养生文化及养生药枕的开发应用研究[Z]. 湖南省科学技术进步奖三等奖, 2012.
- [32] 张慎斌. 马王堆古方香袋防病观察[J]. *贵阳中医学院学报*, 1992(3): 32.
- [33] 邹红媛. 马王堆养生文化在现代家居产品设计中的应用研究[D]. 成都: 四川美术学院, 2016.
- [34] 刘家维. 马王堆文化元素在陶瓷产品中的设计[D]. 株洲: 湖南工业大学, 2019.
- [35] 邱丽婷, 易阿恋, 姚 爽, 等. 关于马王堆养生文创产品开发现状的思考[J]. *湖南中医杂志*, 2022, 38(3): 94-97.
- [36] 中国共产党中央委员会, 中华人民共和国国务院. 中共中央国务院印发《“健康中国 2030”规划纲要》[EB/OL]. (2016-10-25) [2024-08-20]. [https://www.gov.cn/zhengce/2016-10/25/content\\_5124174.htm](https://www.gov.cn/zhengce/2016-10/25/content_5124174.htm).
- [37] 张俊华, 张伯礼. 中医药要以科技为支撑·循证评价是走出去的关键[J]. *天津中医药*, 2019, 36(5): 417.

(本文编辑 许 盈)