

传统民族药酥油的药食同源历史文化与传播路径探析

鄢梁裕¹, 邱冬梅², 崔 为^{1*}

(1. 长春中医药大学 基础医学院, 吉林 长春 130117; 2. 长春中医药大学 图书馆, 吉林 长春 130117)

摘要:酥油是中国传统乳制品之一,深受各民族喜爱,酥油除作为食品和佛寺用品外,还具备药食同源的
特性,药用价值极高。酥油的药用价值起源于少数民族生产生活中,后通过贸易、朝贡、佛教传播等形式,
经由南北两条路线从少数民族地区传入中原汉地,随着中国各民族对其认知不断加深,其药用特征得以凸
显,我国古代各民族对酥油所具备的药食同源理念具有深厚的共通性,体现了中国古代各民族在医药层面
的多元一体特色,酥油在中医药文化交流、交往、交融及中华民族共同体形成发展中具有重要价值。

关键词:酥油;药食同源;民族医药;中医药文化;中华民族多元一体

DOI:10.11954/ytctyy.202502035

开放科学(资源服务)标识码(OSID):

中图分类号:R29

文献标识码:A

文章编号:1673-2197(2025)02-0184-05



Analysis on the History and Culture Origins and Transmission Path of Traditional Ethnic Medicine Butter with Medicinal and Edible Homology

Yan Liangyu¹, Qiu Dongmei², Cui Wei^{1*}

(1. School of Basic Medicine, Changchun University of Chinese Medicine, Changchun 130117, China;
2. Library, Changchun University of Chinese Medicine, Changchun 130117, China)

Abstract: Butter is a traditional dairy product in China, which all ethnic groups in China deeply love it. In addition to being used as food and Buddhist temple supplies, it has the characteristics of the same origin as medicine, food and has high medicinal value. The medicinal value of butter originated from the production and life of ethnic minorities. Then it was introduced by ethnic minorities to the Han area of the central plains through trade, tribute, Buddhism, and other different forms through the two routes from the north to the south. With the continuous deepening of the understanding of the ethnic groups across China, the medicinal use of butter has been popularized. The origin of medicine and food possessed by ancient ethnic groups in China has a profound commonality. It reflects the diversified and integrated Chinese characteristics of various ethnic groups in ancient China at the medical level. Butter, as a specific medium, shows the historical development pattern of exchanges, and blending of the traditional medical culture and ideas of various ethnic groups in the formation and development of the Chinese national community.

Keywords: Butter; Medicinal and Edible Homology; Ethnic Medicine; Traditional Chinese Medicine Culture; The Chinese Nation is Pluralistic and Integrated

- [2] 李迅. 集验背疽方[M]. 北京: 华夏出版社, 1997: 68-74.
[3] 陈自明. 外科精要[M]. 北京: 华夏出版社, 1997: 95, 99, 105-106.
[4] 王缙. 基于古籍文献的中医外科学术流派研究[D]. 南宁: 广西中医药大学, 2022: 40.
[5] 陈自明. 外科精要[M]. 北京: 中国中医药出版社, 2005: 254-255.
[6] 李时珍. 本草纲目(金陵版排印本)[M]. 2版. 王育杰, 整理. 北京: 人民卫生出版社, 2004: 1237-1238, 1610.

- [7] 李迅. 集验背疽方[M]. 赵正山, 校注. 福州: 福建科学技术出版社, 1986: 18.
[8] 汪机. 外科理例[M]. 北京: 华夏出版社, 1997: 166-167.
[9] 李鸿涛. 新编中国中医古籍总目[M]. 北京: 中医古籍出版社, 2023: 529-530, 550.
[10] 顾漫. 陈自明《外科精要》版本考略[J]. 中华医史杂志, 2007, 37(1): 34-37.

(编辑: 张 晗)

收稿日期: 2024-03-20

基金项目: 吉林省教育厅科学研究重点项目(JTKH20230948SK); 文化和旅游部、国家中医药管理局《中华医藏》编纂出版项目(KJS-ZHYZ-2018-004)

作者简介: 鄢梁裕(1995—), 男, 长春中医药大学博士研究生, 研究方向为西夏学、中医医史文献。

通讯作者: 崔为(1965—), 女, 长春中医药大学教授, 博士生导师, 研究方向为中医医史文献与中医药文化。E-mail: 1052966061@qq.com

酥油是牛或羊乳腺分泌的乳汁经过加工提炼后的乳制品,其主要成分为乳脂肪,与传统植物油和动物脂肪相比,酥油香气独特,且营养价值极高,是中国传统乳制品之一,在中国高寒地区游牧少数民族的饮食文化中占有重要地位,其每年的消耗量巨大。以酥油为原材料的少数民族传统茶饮——酥油茶知名度很高,因此多将酥油当作一种食品,或是藏传佛教寺院中专供祈福燃烧的宗教用品。

此外,酥油还具有很高的药用价值,现阶段酥油相关研究成果较多,但酥油药用起源、发展脉络,以及为何古今很多少数民族均使用酥油疗疾?目前尚缺少共性的认识与结论。这些问题其实质涉及中国古代各民族“药食同源”医学理念的交流、交往、交融。本研究以酥油为切入点,旨在发掘整理中国古代药食同源理念的多元一体特色,以期对传统民族药酥油的医药文化研究提供参考。

1 酥油名实考

酥油在古代的各类文献中均有记载。从语言文字角度分析,酥油的“酥”字,或作“苏(蘇)”字,汉代《说文解字》中未收该字,后见于《玉篇·西部》“酥,酪也”^[1],现代学者认为“苏”字是汉代对音中一个较为普遍的对音字,因而认定其性质是一个借词。如王力先生在其《汉语史稿》中就指出该字为西域借词^[2],从中古汉语音韵看,“苏”:心模合一平。高本汉、蒲立本等将其拟音为 suo,并认为 suo 由从更早的 * saŋ^[3]演化而来,根据中国一些属于藏缅语族的少数民族语言^[4]对脂肪油的发音,有学者认为酥还有可能来自中国西南地区的藏语^[5]。综上,酥油并不是中原汉地所产的名物。此外,在古代文献中,酥油常与酥、酪、醍醐、马思哥油等词伴随出现,并在训诂时,五者之间还存在互通互用的现象。

按《正字通》^[6]释:“酥,孙呼切,音苏。酪,属牛羊乳煎为之苏。”《神农本草经集注》^[7]曰:“佛书称乳成酪,酪成酥,酥成醍醐,色黄白作饼,甚甘肥,是也”;《唐本草》^[8]曰:“醍醐出酥中,乃酥之精液也。好酥一石,有三四升醍醐。熟桴练,贮器中待凝,穿中至底便津出,取之”;寇宗奭在《本草衍义》^[9]载:“作酪时,上一重凝者为酥,酥上如油者为醍醐,熬之即出,不可多得,极甘美”;《集韵·模韵》^[10]载有:“醍,醍醐,酥之精液”;《臞仙神隐》云:“以乳入锅,煎二、三沸,倾入盆中冷定,待面结皮,取皮再煎,油出去滓,入锅内即成酥油,北方名马思哥油”^[11]。由此可知,酥油为奶中提炼出的脂肪,酥为酥油的省称,马思哥油为酥油的别称,而酥、酪、醍醐是制乳过程中的系列产物,即熬制乳出酪,继续熬制酪则出酥,再熬制从酥中出醍醐这一过程可知,尽管同为由乳中制取之物,但酥油与酥、酪、

醍醐、马思哥油还存在纯度和异名的区别。

2 酥油运用在民族医药文献中的记载

2.1 汉民族医药

从《说文解字》《尔雅》等记载的可产乳牲畜专用字即反映出,中国古代所驯养产乳牲畜的品种多样性及地域差异。酥油在古代各民族医学著作中常伴随有产乳牲畜品种的记载^[12],通常入药的酥油多从牛羊两种家畜乳汁中制取,如唐代《备急千金要方》和明代《本草纲目》载有牦牛酥、沙牛酥、白羊酥 3 种^[11],论述大致相同。因此,从唐代至明代的社会生活中最少能见到 3 种可以药用的酥油可作药用。

2.1.1 疾病防治 在汉民族医药典籍中,酥油有着诸多疗效,如《名医别录》^[13]载:“酥,主补五脏,利大小肠,治口疮”,唐代《备急千金要方》^[14]认为:“沙牛、白羊酥,味甘,微寒、无毒。除胸中客热,利大小肠,治口疮。牦牛酥,味甘,平,无毒。去诸风湿痹除热,利大便,去宿食。”官修本草《新修本草》^[8]载:“酥油可合诸膏,摩风肿跪跌血瘀”,又《日华子本草》^[15]载:“酥油主除心热肺痿,止渴止嗽,止吐血,润毛发。”可见,酥油功效记载已十分丰富。至明代,《本草纲目》进一步总结,认为酥油“味甘、平,无毒。酥本乳液,润燥调营,与血同功。益虚劳,润脏腑,泽肌肤,和血脉,止急痛。治诸疮。温酒化服,良。”^[11]综合以上医家认识可知,尽管酥油作为药物依据牛羊品种分为沙牛酥、白羊酥、牦牛酥 3 类,但其药物性味区别并不大,基本为甘、平或微寒之品。功效为益虚安脏,润燥调营,除热,润肠通便,治口疮,止渴止嗽,止血,润毛发肌肤,和血止痛。

2.1.2 药物炮制 在古今中药炮制技艺中有酥油制、酥蜜法两种用到酥油的炮制法。以《雷公炮炙论》为例,最常见为酥油制,即将净制或切制后的药物,加入一定量的酥油,共同加热处理的方法^[16]。如白花蛇炮制为:“采得,去之头兼皮鳞带子了,二寸许锉之,以苦酒浸之一宿,至明漉出,向柳木炭火焙之,令干,却以酥炙之,酥尽为度。”^[17]酥蜜法为复制法中的一种,即用酥油与蜂蜜以一定的比例混合后涂于药材上,置无烟火上烤至酥油尽的方法^[16]。如杜仲炮制:“凡使,先须削去粗皮,用酥蜜和作一处,炙之尽为度,炙干了,细锉用。凡修事一斤,酥二两,蜜三两,二味相和令一处用也。”^[17]除上述所举,古今用酥油炮制的药物还见有蛤蚧、厚朴、甲珠、猬皮、石龙子、皂荚、枇杷叶、蛤蟆等。

医家用酥油炮制药物目的在于两方面:其一酥油本就是一味中药,添加酥油可以以酥油之性味改变中药饮片的性味,起到对药物饮片的矫味、矫臭以

及四气五味改变的重要作用,如以酥油制高良姜,能增强药物的温补开胃作用;补中益气的甘草、黄芪酥制,可协同增强补气血作用;木香酥炙可缓和香燥之性;贝母酥炒,可助润燥止咳之功。其二是类似于虎骨、穿山甲这类质地坚硬的动物骨骼、甲壳类药物酥制后酥油渗入药材内部,可使质地酥脆,易于粉碎^[18]。

2.2 少数民族医药

在中国传世的少数民族医药古籍文献中,酥油的临床运用更为广泛,其中藏医药和蒙医药均将酥油视作重要的药物。如《晶珠本草》^[19]载:“酥油及融化融油均性凉,益智、增强记忆力、增强体力,明目养发,治肺疾、肺癆,又治创伤、烫伤、烧伤,清虚热、生肌敛疮。”有学者通过统计学软件分析《四部医典》所收录的2 033首方剂发现,酥油使用频率高达229次^[20],涉及内、外、妇、儿等各病种。此外,酥油还被视为藏医第一外伤药物,在外科领域运用广泛,最具藏医学特色的药浴法亦有用酥油涂擦、沐浴治疗疾病的记载。

我国现存的第一部较为系统的营养学与药膳学专著,元代少数民族医药学家忽思慧所撰《饮膳正要》中不但介绍了酥油“凉、益心肺、止渴、嗽,润毛发,除肺癆,心热吐血”^[21]的性味功效,还收录了很多用酥油制作的药膳,比如治疗肾虚劳损、骨髓伤败的羊肠羹,治疗中风、燥热、口干、手足不遂及皮肤热疮的恶实菜汤等。元末明初刊刻的《回回药方》残卷中,也大量使用酥油,如治瘫痪口眼歪斜,身筋抽搐病症,方用“荜茇、刺则牙邪子……胡油三斤半,酥油一斤半,以上慢火煎至水尽,存油收起,随意而食”^[22]。

此外,在出土的古代少数民族涉医药文献中也有酥油运用,如黑水城出土的西夏文医药文献(编号IHB. No. 6476)^[23]中就有酥油治疗便秘的记载,其大致译文为:“又言:种种久便伏于内,酥油涂其肛门内,蹈其肩,则通矣”,据笔者研究发现,此治疗便秘方为外用方,即用酥油灌肠通便,属于早期的肠道栓剂,这与中原医书中内服酥油通便的给药途径截然不同,分析其原因是西夏人取酥油润滑利导之效,以达到通便的治疗效果^[24]。尽管这只是古代党项民族酥油药用的一个例子,但足以印证古代西夏党项民族也具备药食同源的用药思想特色。此外,新疆出土的于阗语译本(Ch. ii002 与 P. 2892v)的《医理精华》,梵语、于阗语双语写本(Ch. ii003)《耆婆书》中均有酥油药用的记载。如《医理精华》中一则用酥油方载:“用三果等散和汁液,与牛奶和酥同煎,在晚上适当地服用,很快治好失明症。”^[25]可见,古代深居西北

内陆的党项、于阗、回鹘等少数民族属于喜食牛羊的游牧民族,使得他们获取酥油极为便利,加之其地域气候干燥,常年缺水,以酥煎煮药物可作为中原地区以水煎煮药的有效替代品,展示了古代少数民族的灵活变通。

综上所述,古代汉族及少数民族在医药领域使用酥油较为普遍,酥油的功效主治也基本相似,均具有补益、润燥调营,除热、润肠通便、治疮、止渴止嗽、止血、润毛发肌肤、和血止痛的功效。

3 酥油药与食的交融

由于在汉代《说文解字》中还未收录“酥”字,因而有学者认为汉代中原人民是否已会制酥,尚无明确证据^[26]。至南北朝时期的农学著作《齐民要术》^[27]中即有记载关于酥油、酪等乳制品的制作方法,这说明五胡入华时可能已将酥油制作技艺传入了汉地。此外,《北史·真腊传》^[28]载:“饮食多苏酪、沙糖、粳粟、米饼。”可见,南方的少数民族地区也有食用酥油的记述。成书于南北朝时期的《神农本草经集注》^[8]及西晋竺法护译《正法华经·药草品第五》^[29]均反映出酥油在当时供作药用的情况。魏晋南北朝时期的民族融合对政治制度、礼俗文化、饮食及医药等均有影响,促进了酥油、酪等少数民族日常食用的乳制品在汉地的普及。因此,无论是少数民族,还是中原地区的汉族,在当时均已掌握酥的制作方法并运用至医药领域,可以认为至少在魏晋南北朝时期,酥油即具备了药食同源的特性。

中国隋唐时期,饮食文化进一步发展,饮食丰富多样,种类繁多^[30],并呈现出多民族、多地域交流、交往、交融的特征,来自少数民族的酥油食品在唐代饮食文化中地位重要,如王说《唐语林》卷六记:“时豪家饮次,起羊肉一斤,层布于巨胡饼,隔中以椒豉,润以酥,入炉迫之,候肉半熟食之,呼为‘古楼子’。”^[31]《唐书》及《唐六典》记载:“掌牧杂畜,造酥酪脯腊给纳之事”^[32],以及唐诗《影灯夜》描绘:“十万军城百万灯,酥油香暖夜如蒸”^[33]。由此可知,当时中原地区食用酥油已形成日常化、规模化、产业化发展。在医药方面,《备急千金要方》中记载了如茯苓酥及杏仁酥等多个酥制药膳方。此外,《本草拾遗》^[34]载有“以酥油合诸膏,摩风肿跪跌血瘀”的功效,结合法国国家图书馆藏敦煌文献的唐代古藏文医杂疗方(编号Pt. 1057)中用酥油的按摩方^[35],反映出唐代吐蕃民族与中原汉民族对酥油药食两用功效的交流互鉴。

宋元时期,随着牛羊养殖业与商品经济的发展,乳制品生产销售得到长足发展。根据《宋史》记载,宋代已设有专门管理乳制品生产的机构,《宋史·职官志》^[36]载:“牛羊司乳酪院,供造酥酪。”元代,酥油

是众多民族的主要乳制品之一,酥油在元代文献中随处可见,不胜枚举。这一时期,各民族交融进一步加深,官修医书中出现了很多用酥油制作的药膳、药方,如宋代《太平圣惠方·食治论》^[37]的药髓饼子、酥益方、黑豆方、牛蒡叶羹方,元代忽思慧《饮膳正要》^[21]中酥皮奄子、金髓煎等药膳,均用酥油作为配伍或作为君药,这使得酥油的药用和食用价值进一步确立,运用方式也更加多样。

明清以降,各民族间的融合进一步加深,中医学进入新的发展时期,各民族医药学在此期间更加融合。随着藏传佛教的传播,加速了酥油在中国的使用进程,清代帝王多崇信藏传佛教,尤其是乾隆以后,北京及周边大量兴建喇嘛庙,酥油除了作为寺庙的日常消耗品外,亦作药用,使得远离畜牧区的江浙地区饮食与医药中也有酥油的身影,如清代王士雄在其《随息居饮食谱》^[38]中即收载他经常见到和食用的药食同源物品,其中即有“酥油、酪、醍醐”这类乳制品。

以上有关酥油药与食交融的历史记载,与中国各民族饮食交融史中中国四次民族文化大融合的时间基本吻合。因此,可以认为酥油药食同源理念的交融与中国各民族交流、交往、交融密不可分,并逐渐形成了民族医药多元一体的格局。

4 酥油药用的传播路径

据《藏医史》记载,酥油药用可追溯至藏医学起源,早在公元前约 100 年,中国藏族先民就已有用酥油止血的记载^[39],至公元 8 世纪左右,由著名藏医学家宇妥·宁玛云丹贡布所著《四部医典》中已存有大量的用酥油方^[40]。此外,成书于公元 4 世纪,新疆出土的《鲍威尔写本》及敦煌出土的《医理精华》阿育吠陀医学著作中也记载了酥油的使用^[41]。现代学界认为,藏医学形成与阿育吠陀医学关系紧密^[42],结合此前对于酥的语言文字溯源及藏医药史记载,可以认为酥油在传入中原前,其药食同源理念及治疗方法早已被少数民族先民发现和利用,并形成了利用不同媒介从两条线路传入中原的格局。

4.1 佛教与西域丝绸之路

酥油以药用形式传入中原的文献记载,可追溯至梁代陶弘景编著的《本草经集注》^[7]记载:“酥出外国,亦从益州来,本牛羊乳所作也。佛书称乳成酪,酪成酥,酥成醍醐,色黄白作饼,甚甘肥,是也。”可见,佛教在酥油传播中扮演了重要角色。佛教自西汉末年传入中国后,在魏晋时期得到了长足发展,“南朝四百八十寺,多少楼台烟雨中”,足见当时佛教的兴盛,酥油作为佛教古今佛教法会及日常生活的主要消耗品也随之增多。结合《本草经集注》中“佛

书称乳成酪,酪成酥,酥成醍醐”的记述,相关学者考证得出佛书为《涅槃经》^[5],进一步确定了佛教对酥油传播的影响。此外,魏晋佛家认为由熟酥所出醍醐乳是乳制品精中之精,故将其比喻为最高智慧、一乘教义,遂有现今所说的“醍醐灌顶”一词。以酥油治疗疾病的记载在佛经中较为常见,如唐代菩提流志译《不空罽索神变真言经》云:“若患口疮,加持草豆、绿豆,煎汁和酥,加持一七遍,含之经日,当即除瘥。”^[43]因此,佛教促进酥油进入中原汉地较为明确。

丝绸之路沿线地区出土的文献中有丰富的酥油药用、食用记载,酥油作为食物、贸易商品及佛教用品,频繁出现于丝路沿线民众的日常生活之中。这充分反映出连贯西域与中原的丝绸之路在中国各民族交流、交往、交融的历史地位,也体现出丝绸之路在酥油传播中的重要作用。古代丝绸之路沿线的少数民族政权如高昌、回鹘、西夏等均崇信佛教,因此佛教起到了酥油药食文化传播交流的媒介作用。

4.2 边疆民族与南方商贡之路

《本草经集注》^[7]中提到“酥油,亦从益州来”,表明除了酥油药食文化传播北方路线外,还存在另外一条由西南向中原汉地传播的路线。益州为西汉元封五年(前 106 年)由汉武帝设立,辖区范围大致位于今四川、贵州、云南及陕西汉中盆地,区域内有长江、岷江、珠江等重要水系航道,水运交通便利,便于贸易和朝贡,为酥油传入中原开辟了水路线路。在西汉之前,益州较大区域属于古代少数民族聚居区,如夜郎、百越、夷、濮等,益州郡在汉武帝以兵临滇,滇王投降后设立,并“赐滇王王印,复长其民”^[44],西汉中央政府对云南行使治权。西汉中央政府对西南多民族地区的管辖,促进了中国统一多民族国家的形成与发展。因此,当时的益州呈现出少数民族与汉族和谐共荣的局面。魏晋南北朝时期,益州郡所辖范围缩小至现今四川一带,但其所辖范围内的少数民族与汉族的交流交往依旧繁荣,推动了益州少数民族日常食物——酥油传入中原,并被陶弘景等医家发现和接纳,记载于医学文献之中。

至唐代,茶马古道得以开辟,商贸往来和道府朝贡频繁,极大促进了少数民族地区与中原汉地的医药、饮食交流交往。一些记录西南风物的文献著作,将当时西南地区的酥油药食文化介绍到中原汉文化圈,如在《蛮书》^[45]中,除介绍云南少数民族食用酥油外,还有“妇人不粉黛,以酥泽发”的药用美容美发记载,充分展现当时云南地区少数民族制作和使用酥油的普遍。

综上,酥油传入中原汉地形成了两条路线,一条路线位居北方,即通过古代丝绸之路由西向东传播;

另一条路线位居西南方,即通过水路与茶马古道由西南地区向中原传播。这两条路线促使酥油药食同源文化在少数民族与汉族之间形成了交流、交往、交融的多维传播格局。

5 结语

本研究认为,酥油药食同源理念的传播和发展是“中华民族多元一体”的有力证明,是中华民族医药交流的成果,体现了中华民族医药体系与文化药食同源理念的共通性,酥油由少数民族传播至中原,彰显了民族交流、交往、交融的发展历史,酥油药食同源文化交流使中华民族之间形成了和谐的互动关系。数千年来,中华民族医药交流互鉴,促进了民族交往融合,推进了中医药发展,形成了植根于中华沃土的中医药文化。

酥油在中医药学中占有重要地位,其对现代社会疾病防治具有极大价值。运用现代科学技术深入研究酥油,将进一步揭示其药用价值,今后应加大民族医药发掘力度,开发出更多酥油药、食两用特色产品,促进药食两用产业经济发展,为人民健康作出更大贡献。

参考文献:

- [1] 谷衍奎. 汉字源流字典[M]. 北京:华夏出版社,2003:685.
- [2] 王力. 汉语史稿[M]. 北京:科学出版社,1958:518.
- [3] 蒲立本. 上古汉语的辅音系统[M]. 潘悟云,徐文堪,译. 北京:中华书局,1999:177-188.
- [4] 黄布凡. 藏缅语族语言词汇[M]. 北京:中央民族学院出版社,1992:149.
- [5] 徐时仪. 佛经中有关乳制品的词语考探[J]. 南阳师范学院学报(社会科学版),2002,1(3):31.
- [6] 张自烈,廖文英. 正字通[M]. 北京:中国工人出版社,1996:181.
- [7] 陶弘景. 本草经集注[M]. 尚志钧,尚元胜,辑. 北京:人民卫生出版社,1994:396.
- [8] 苏敬. 新修本草(辑复本)[M]. 尚志钧,辑校. 合肥:安徽科学技术出版社,1981:372.
- [9] 寇宗奭. 本草衍义[M]. 北京:人民卫生出版社,1990:103.
- [10] 丁度. 集韵(上)[M]. 北京:中国书店,1983:175.
- [11] 李时珍. 金陵本本草纲目新校正[M]. 钱超尘,等校. 上海:上海科学技术出版社,2008:1730.
- [12] 张玉金,吴媛媛.《说文解字》“牛”部字文化生态研究[J]. 牡丹江师范学院学报(社会科学版),2019,211(3):88.
- [13] 陶弘景. 名医别录[M]. 尚志钧,辑. 北京:人民卫生出版社,1986:74.
- [14] 孙思邈. 备急千金要方校释[M]. 李景荣,等校. 北京:人民卫生出版社,2014:914.
- [15] 日华子. 日华子本草辑注[M]. 常敏毅,辑注. 北京:中国医药科技出版社,2016:97.
- [16] 叶定江,原思通. 中药炮制学辞典[M]. 上海:上海科学技术出版社,2005:146.
- [17] 雷教. 雷公炮炙论[M]. 合肥:安徽科学技术出版社,1991:123.
- [18] 张仲岩. 修事指南[M]. 海口:海南出版社,2000:5.
- [19] 帝玛尔·丹增彭措. 晶珠本草[M]. 上海:上海科学技术出版社,1986:162.
- [20] 文成当智,贡保东知,夺机仁青措,等. 基于 Visual FoxPro 和复杂网络分析的《四部医典》方剂数据库构建及其用药规律分析[J]. 中国实验方剂学杂志,2019,25(22):178.
- [21] 忽思慧. 饮膳正要译注[M]. 张秉伦,方晓阳,译注. 上海:上海古籍出版社,2017:301.
- [22] 宋岷. 回回药方考释[M]. 武汉:湖北科学技术出版社,2019:143.
- [23] 俄罗斯科学院东方研究所圣彼得堡分所,中国社会科学院民族研究所,上海古籍出版社. 俄藏黑水城文献 10[M]. 上海:上海古籍出版社,1998:205.
- [24] 鄯梁裕. 黑水城出土文献中的药物研究[D]. 银川:宁夏医科大学,2021:32.
- [25] 陈明. 印度梵文医典《医理精华》研究[M]. 北京:商务印书馆,2018:237.
- [26] 刘双. 中国古代乳制品考述[J]. 饮食文化研究,2007,5(3):59.
- [27] 贾思勰. 齐民要术[M]. 北京:中华书局,2015:69.
- [28] 李延寿. 北史[M]. 北京:中华书局,2012:3160.
- [29] 河野训,张宇红. 从《正法华经》看竺法护的编译[J]. 宗教研究,2015,9(2):56.
- [30] 张萍. 唐代西北民族内迁及对中原饮食文化的影响[J]. 唐史论丛,1998,7(1):313.
- [31] 黄正建. 走进日常唐代社会生活考论[M]. 上海:中西书局,2016:144.
- [32] 刘昉. 旧唐书[M]. 北京:中华书局,1975:1882.
- [33] 曹寅,彭定求. 全唐诗[M]. 黄钧,龙华,张铁燕,等校. 长沙:岳麓书社,1998:403.
- [34] 陈藏器. 本草拾遗辑释[M]. 尚志钧,辑释. 合肥:安徽科学技术出版社,2002:398.
- [35] 索南吉·旺杰. 敦煌本藏文文献[M]. 北京:民族出版社,1983:8.
- [36] 脱脱. 宋史[M]. 北京:中华书局,1977:3888.
- [37] 王怀隐. 太平圣惠方[M]. 北京:人民卫生出版社,1958:2139.
- [38] 王士雄. 随息居饮食谱[M]. 北京:人民卫生出版社,1987:6.
- [39] 第司·桑吉嘉措. 藏医史[M]. 兰州:甘肃民族出版社,1982:27.
- [40] 宇妥·元丹贡布. 四部医典藏文版[M]. 拉萨:西藏人民出版社,1982:66-68.
- [41] 陈明. 古代西域的两部印度梵文医典[J]. 自然科学史研究,2001,20(4):332.
- [42] 杨文娟,聂佳,贾敏如,等. 一带一路视野下传统医药的互联共存——以印度阿育吠陀医药、中医药和藏医药为例[J]. 辽宁中医杂志,2017,44(9):1805.
- [43] 佚名. 大正新修大藏经[M]. 台北:台湾新文丰出版有限公司,1983:384.
- [44] 司马迁. 史记[M]. 北京:中华书局,1982:2778.
- [45] 樊绰. 蛮书校注[M]. 向达,校注. 北京:中华书局,2018:209.

(编辑:赵 可)