



## 中藥使用之注意事項



### 中藥之煎法與服法

- 1.煎藥容器最好使用陶瓷鍋罐或不銹鋼鍋，忌用鐵器或鋁鍋、銅鍋、錫鍋；最理想燃煤是瓦斯，因可以控制火勢大小。
- 2.將藥放入鍋內加冷水浸過藥面一至二公分，如有些藥物隨水浮起則稍攪拌，藥物經水浸溼約三十分至一小時再行煎煮。
- 3.一般先用大火煎沸後改用中火或小火，以免藥汁溢出及過快熬乾；煎藥時不宜頻頻打開鍋蓋，以減少揮發油成份損失。
- 4.含有揮發油成份的感冒藥，消炎藥，一般不宜久煎，因久煎會使有效成份損失；滋補藥物如：當歸、熟地可慢火久煎使有效成份分解更完成。
- 5.一般補益藥宜在飯前服用，對胃腸有刺激的藥物宜在飯後服用。
- 6.一帖藥可煎二回，頭煎與二煎的濃度不同，應該把兩次煎液混合均勻，分二至三次飯後一小時溫服。留待下一餐喝的要放進冰箱，防止變質，飲前加溫。
- 7.一般人買多日份中藥材，尚未用到的藥材應包妥放進冰箱冷藏，否則容易發霉或變質。

### 服用科學中藥注意事項

- 1.請用溫開水送服科學中藥，若藥物太苦可配合一些蜂蜜或果糖來矯味。
- 2.若有同時服用西藥需與中藥間隔一至二小時以上再服用，以免中西藥物產生交互作用影響療效。
- 3.服藥次數需醫師指示服用，病情急重者最多可隔四小時服一次，夜間仍需繼續使用。
- 4.用於治療胃腸道疾病的藥物及滋補藥宜飯前服用。
- 5.對胃腸有刺激的藥物及消食健胃藥宜飯後服用。
- 6.空腹時適合服用驅蟲及瀉下藥。
- 7.安神鎮靜藥適宜於睡前三十分至一小時服用以期能即時發揮藥效。
- 8.有藥物過敏、懷孕或正服用某些中西藥時需先告知醫師，以免服用到不適當之中藥影響身體健康。
- 9.不能用茶水服藥因為會使藥物失去療效。
10. 服藥期間凡屬生冷、黏膩、腥臭等，不易消化及有特殊刺激性的食物，應酌情避免否則易有消化不良、胃腸刺激或影響藥效之結果。
11. 服用藥物若含有人參者不宜吃蘿蔔。
12. 服用清熱涼血及滋陰藥物時、不宜吃油炸辛辣食物。
13. 若服藥後有不舒服之反應〈如心悸、腹瀉不止、頭暈、發汗不止、惡心等〉應立即停藥並儘速與醫師聯絡。
14. 若科學中藥有發霉、變質或發出異味，請勿服用。
15. 平時不吃之中藥最好能放置冰箱或防潮箱，以防藥物受潮或變質。



西元 2000 年

## 病患用藥指導

花蓮慈濟

### 服用中藥之忌口

一般禁忌：冰、西瓜、白蘿蔔、空心菜、南瓜、竹筍、糯米、辣椒、鴉肉、茶、酸菜。

特別禁忌：服食西藥或茶與服食中藥須間隔一小時。

1. 肺病：忌寒性食物如：茄子、酒煙、白蘿蔔、西瓜。
2. 心臟病：忌油膩食物、動物性脂肪及刺激性食物。
3. 高血壓：忌煙酒、油膩重鹽食物、過於刺激食物如：大量咖啡、辣椒等
4. 肝病：忌刺激物、醃製品及寒性食品、油炸、燒烤食物。
5. 腎病：忌寒涼性及刺激性食品如：苦瓜、白菜、筍頭、竹筍、芒果、蠔、蟹、酒、濃茶等，並且少鹽。
6. 失眠：忌煙、酒、刺激物、過燥食品。
7. 中風：忌肥膩及刺激性食物如：肥肉、酒、辣椒。
8. 皮膚病：忌酒、牛乳、竹筍、香菇、花生、芒果、海產類、過燥食品、鴨蛋。
9. 風濕病：寒性及濕的食品、動物內臟、蛋、肥肉、油炸類、香蕉、芒果、竹筍、筍頭、西瓜、啤酒。
10. 骨折治癒後及筋骨酸痛：忌香蕉、糯米、酸性食物 (如檸檬、醋)。
11. 胃病：忌香蕉、檳榔、竹筍、油炸物、刺激物。
12. 面皰、青春痘：油膩及高能量食品如豬腳、豬耳、過燥食品、油炸物、刺激物。

13. 減肥：避免過鹹或濕重食物如：竹筍、芒果、西瓜、田螺、螃蟹、酒(特別是啤酒)、高糖及高脂肪食物亦須戒口。

本單張並無法詳載該藥品的全部資訊，如果使用藥物有任何疑問請諮詢醫師或藥師，我們竭誠為您服務。

\* 藥物諮詢專線: 03-8561825 轉 13173、13345 或 13297  
pharmacy@tzuchi.com.tw

E-mail: