

中藥服法須知

Herbal Dosage Instructions & Nursing Care

一、什麼是科學中藥服用法：

科學中藥是濃縮中藥的別稱，指的是中藥材以現代化設備經水煎煮、濃縮、造粒，再製成顆粒、散、錠、膠囊等不同劑型，應遵照醫師指示服用

二、治療：

(一)生藥飲片需以煎法服用

- 1.所謂煎藥就是將藥材浸泡在多量的水中（以加水淹浸過藥材為宜）。煎煮之前先用冷水浸泡，使藥物內、外充分潤濕，以便有效成分易於煎出
- 2.先以武（大）火煮沸後再改文（小）火悶煮，煎藥時不宜頻頻打開鍋蓋，以減少揮發性成分散失。另可以電子煎藥壺代替火煮
- 3.各種功用不同藥物，一般煎法也不相同，需遵照醫師、藥師囑咐使用（例如：芳香、發散、解表、清熱藥，不宜久煎，以免有效成分損失，藥效改變）
- 4.湯液的服法，一般分兩次煎，應將第一煎與第二煎的藥液混合，再分成二、三次服用，不宜久置以免變質

(二)丸、散、膏、丹、湯等中藥製劑

多半是用於慢性病，請放在冰箱中冷藏保存，應遵照醫師指示服用

三、健康指導：

- (一)服用中藥時，需與西藥或茶間隔一小時再服用
- (二)服藥時應避免用茶水、咖啡、牛奶或乳汁調飲
- (三)感冒期間忌食生冷、酸食、烤炸油膩之類食物
- (四)服用滋補藥忌食蘿蔔、茶葉、竹筍、芹菜及芥菜等
- (五)服用健脾胃藥忌食豆類、油膩或不易消化的食物
- (六)皮膚病患者忌食海鮮類、香菇、洋菇、油炸、辛辣及酒等
- (七)痛風患者避免攝取過多蛋白質、酒等
- (八)肝病患者避免食用如臭豆腐、臘肉、蝦、蟹、酒、鹹菜、筍乾、豆腐乾、花生、芒果、檳榔、刺激性食物及煙等

【續後頁】

(九)妊娠忌用大毒大熱及破血、開骨、重墜、利水之藥，如斑蝥、烏頭、附子及天雄、巴豆、牛膝、薏苡仁、三稜、莢朮、赭石、麝香、紅花、穿山甲及歸尾等

(十)糖尿病患者於服用降血糖藥物(西藥)或注射胰島素時可以配合中藥服用(中西藥間隔一小時服用)，唯仍須定時接受檢查

四、參考資料

吳孟霖、黃書灃、陳俞沛(2016)·淺談中藥用藥安全及中、西藥交互作用·
台灣老年醫學暨老年學雜誌，11(1)，1-15。

中華景康藥學基金會(2018)·【安全用藥快問快答】中藥應該空腹吃還是飯後服用?·健康世界，501，47-48。

張曼玲等(2019)·中醫護理學概論(第四版)，新文京。

No.G0110

臺北市立聯合醫院護理部 111 年 10 月 26 日修訂