

中藥藥材煎煮法

中藥材經由煎煮後之湯劑，具有吸收快，能迅速發揮藥效的優點。

◎煎煮使用器具：以砂鍋為宜，其次陶瓷、琺瑯鍋或不銹鋼鍋均可，忌用鐵或鋁鍋，以免藥材內所含成分在煎煮過程中產生變化。

◎煎煮時間：一般的藥材—30~40 分鐘感冒發表散寒類藥物—約 20~30 分鐘補養藥劑或平常的藥膳、食補則時間可以長一些。

◎一般常用之二次煎藥法：

第一煎：冷水加入藥鍋內，水量加至蓋過藥材約 1 到 2 公分為宜(約半到一指節)；先浸泡半小時，以大火沸騰後轉小火續煎 30~40 分鐘，煮到藥液約剩一碗，倒出藥液放冷備用。

第二煎：冷水加入藥鍋內，以超過藥面 1 公分為宜；以大火沸騰後轉小火續煎 30~40 分鐘，煎煮到藥液約剩一

碗，倒出藥液放冷備用。

將兩次藥液混合，分成早晚兩次服用，或依照醫師指示服用；未飲用之藥液，可先存放冰箱冷藏，等要服用時再拿出溫熱。

中藥藥材特殊煎煮法

◎先煎：先煎 10~20 分鐘後，再放入其它藥材。

◎後下：在其他藥物將要煎好的前 5~10 分鐘，再放入鍋內繼續煎煮。

◎另煎：將藥物另外煎煮，再與其他藥液混合一起服用，或單獨服用亦可。

◎烱化：把藥物加入煎煮好的藥汁中，利用藥汁的熱度，使其溶化。

◎沖服：將研為細末之藥物，以藥液或溫開水沖服。

◎焗服：將藥材浸泡於煎好之熱藥液，加蓋悶 3~5 分鐘。

未煎煮藥材儲存方式

請將外包裝夾鏈袋封口封緊後置於冰箱下層冷藏存放。

注意事項

◎服藥溫度：一般湯劑宜溫服，但高熱症、熱盛出血則宜冷飲。

◎小孩服藥可用溫水或糖水調送，但不可混合其他藥物或乳汁調送。

◎若同時服用西藥，需間隔一至二小時後再服用，並請先告知醫師，以免藥物產生交互作用影響療效。

◎有藥物過敏、懷孕、服用藥物或健康食品請先告知醫師，避免藥物或健康食品產生交互作用。

◎服用中藥勿與茶、牛奶及咖啡同時服用，以免降低藥效或引起不良反應。

◎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。

藥材煎煮與服用方式