

藥材煎煮及服用方式

一、中藥藥材煎煮法

優點	中藥材經由煎煮後之湯劑，具有配伍靈活、吸收快，能迅速發揮藥效。
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，除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 1~2 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。

二、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 4~5 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。
燉服	將藥材浸泡於煎好之熱藥液，加蓋悶 3~5 分鐘。

三、藥材儲存方式

- 1.未煎煮藥材請將外包裝夾鏈袋封口封緊後置於冰箱冷藏存放。
- 2.未飲用之藥液，可先存放冰箱冷藏，等要服用時再拿出溫熱，於3日內盡快服用完畢。
- 3.客製化代煎真空藥液包，建議0~5°C冷藏保存。

四、注意事項

- 1.服藥溫度：一般湯劑宜溫服，但高熱症、熱盛出血則宜冷飲。
- 2.小孩服藥可用溫水或糖水調送，但不可混合其他藥物。
- 3.若同時服用西藥，需間隔1~2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。
- 4.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。
- 5.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。
- 6.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。

參考資料：

- 1.衛生福利部中醫藥司（2025，8月13日）•中醫藥衛生教育宣傳海報單張。
<https://dep.mohw.gov.tw/DOCMAP/cp-881-5407-108.html>
- 2.衛生福利部（2025，9月30日）•中醫藥安全諮詢服務平台。
<https://www.tm-safety.info/public/faq/124/>

諮詢電話02-26723456轉3210

行天宮醫療志業醫療財團法人恩主公醫院