

中藥的安全使用

中藥的安全使用講求對證下藥、合理配伍，經適當煎煮及遵循正確使用方法。所謂“是藥三分毒”，中藥也不例外，任何一個環節如果疏忽大意，都可能引起不良反在分析過以往發生中藥不良反應事故的主要原因後，以下提醒大家注意幾點：

坊間流傳的驗方並不一定安全有效

有些市民身體不適不找中醫師診證，單憑別人介紹就自己購買和服食所謂的中藥“驗方”，有時甚至不知道方劑中是否含有毒性中藥，又或者劑量是否合理，有沒有服用禁忌等，其實十分危險；另外，因為服用的中藥未必能針對病情，這樣做也很容易而出現藥不對證的情況，結果不但達不到療效，反而可能有害。所以市民不應胡亂使用驗方或其他人的藥方，如有病需要服食中藥應先向中醫師求診。

用藥講求劑量合理，並不是用量越大就療效越強

其實，中藥材都有常規的使用劑量，遇到特別情況例如用於小童或老人，亦需要酌情增減。曾經有病人由於長期風濕骨痛，就使用大量有毒的製馬錢子，以為藥力越強效果越好，結果出現頭痛、嘴角及頸部肌肉強硬、驚厥等神經系統的中毒症狀。即使是藥性平和的常用中藥，若劑量過大，也可能導致不良反應，所以市民不應自己開藥，或者隨意增減或配搭中藥。

長期服中藥，不一定可以有病治病，沒病強身

服用中藥應病癒即止或遵醫囑，不可隨意長期服用。因為有些中藥含毒性成分，例如，安神定驚用的朱砂，主要成份硫化汞（內服不超過 0.5 克），若長期服用可能令水銀重金屬在體內積蓄而中毒。而有些中藥如黃藥子等，長期服用會損害肝臟功能。有的人因為便秘長期服用有瀉下作用的番瀉葉，

結果產生依賴性，甚至出現焦慮不安、失眠等戒斷症狀。

即使一些補益的中藥，好似溫陽補氣的鹿茸，如果身體不是寒底，長期實用也容易出現心煩失眠、咽乾舌燥等熱氣症狀。所以即使是補身用途，如果是長期服用的話，亦應該諮詢中醫師意見。

中藥材不可以隨意配搭使用

中藥也有配伍禁忌，有些中藥不可配合使用，否則有可能產量不良反應。例如，祛風濕止痛用的川烏，與化痰止咳用的半夏一起用，會增加毒性，所以中醫師處方用藥時就會避免這兩隻藥一起用。

中藥源自天然，但一樣可以引起敏感

中藥含有複雜的化學成份，由於個人體質的差異，某些中藥所含的成份也會引起敏感反應。如果曾經發生過中藥敏感，看病時同樣要將情況告知醫師。

藥材賣相好未必等於質量好

藥材的炮製對藥效和毒性都很大有影響。藥材的炮製可能要經過繁複的工序，例如有些藥材需要蜜炙，有些要醋炒，有些要炒製或炒成炭。而未經炒炙的藥材很多時比製過的藥材看似較為新鮮賣相好，例如生蒼耳子呈青綠色，炒製後則呈黃褐色，而生蒼耳子毒性較炒蒼耳子大。大家購買藥材時不可只重賣相。

中藥煎煮方法不一，須注意醫師的指示

中藥煲藥的器具與方法對藥效都有直接影響。有些藥要先煲、有些要後下、有些要大火，有些要小火，要聽從中醫師的指示，一點都不能忽視。

例如，川烏通常用於治療寒性的風濕骨痛，煲藥時應該在其

他藥材之前先煲 1-2 小時，令所含的有毒成份烏頭鹼水解，降低毒性。如果煲藥時間不夠，就容易出現口舌、手腳及全身麻木等烏頭鹼中毒症狀。市民在這方面須留意醫師的指示。

購買中成藥該注意的地方

市民在購買中成藥時，要注意選擇可信的商舖，看清楚中成藥的標籤及說明書的內容，了解該藥的成份、功效、適應症、禁忌症或毒副作用、服用方法、劑量、產地、儲存指示等，有不清楚的地方應請教中醫師。服用後如果出現不適，要停藥及諮詢中醫師的意見。

我們曾經發現有病人爲了減肥，長期服用被非法摻雜曲布曲明、氟苯丙氨等西藥的中成藥後，出現各種與西藥有關的不良反應，包括抽搐、心瓣病變及肝衰竭等。所以，市民服用成藥前應先瞭解自己的需要，不要聽信一些誇大及渲染的宣稱，也不要購買來歷不明(例如一些只透過互聯網銷售或郵購)的藥，和留意服用後出現的副作用。

併用中西藥，應告訴主診醫生和中醫師

中西藥物同時服用，有的情況可能加強藥效，但有的情況就可能產生不良反應，包括影響藥物的吸收、代謝，而影響藥效，或產生有害物質，或加重毒副反應等。

所以市民無論向西醫或中醫求診時，都要將正在服用中藥或西藥的情況告訴主診的醫師，以避免違反中西藥物合用的禁忌。

不可隨意替代藥名或外形相似的中藥材

中藥品種複雜，外形相似或藥名相似十分常見。例如“廣防己”和“防己”一字之差，但廣防己由於含有馬兜鈴酸，而馬兜鈴酸會導致腎衰竭及尿道癌等不良反應，已被禁止使用，所以不可以用廣防己代替防己。

又如，凌霄花與洋金花藥材外形很相似，但洋金花是毒性中藥，劑量不超過 0.6 克。如果不小心分辯，就容易混淆出現口乾、皮膚潮紅、視物模糊、站立不穩等中毒症狀。

我們鼓勵中醫師及中藥商用中藥材正名，留意分辨一些香港常見容易混淆的中藥材。若市民對中醫師處方的中藥有疑問，亦要向中醫師查詢以確實藥材的正名，切勿隨使用名稱相似的藥材替代。

總之，要安全使用中藥，大家在使用前應該先向中醫師請教，尤其是長者、兒童、孕婦及長期病患者，更應在中醫的指導下用藥。看完病後，應向中醫師清楚瞭解診斷、服用甚麼藥、份量多少，及藥方可以重配的次數，遵照中醫師的指示煲藥及服藥，也可以向中醫師拿回自己的處方。

如果想瞭解更多中醫藥的資訊，可致電衛生署中醫藥事務部查詢熱線：2574 9999 或瀏覽衛生署網頁 www.chcu.gov.hk。香港中醫藥管理委員會網頁 www.cmchk.org.hk也上載了有執業資格的中醫師名單，供市民查閱。

衛生署中醫藥事務部
二零零六年三月