

中藥服用須知



一、目的：

教導病人中藥服用的方法以達到藥物治療疾病之效果或減輕症狀。

二、適應症：

- (一)飯前服藥：飯前服藥藥物能較快進入小腸，以保持較高濃度，故適用於治療胃腸道疾病的中藥藥物及滋補藥物，這樣可使藥物不為食物影響而充分、及時發揮藥效。
- (二)飯後服藥：飯後服藥可減少藥物的刺激，對胃腸道有刺激的藥物宜飯後服。
- (三)調經藥：月經來前數日即開始服用，效果較好。
- (四)睡前服藥：安神鎮靜藥宜於睡前 30 分鐘至 1 小時服，可及時發揮藥效。

全人智慧 醫療典範
愛心 品質 創新 當責

經中醫科醫師專家檢視
臺中榮民總醫院護理部編印

(五)空腹服藥：瀉下、驅蟲藥物宜在空腹服用，因空腹時胃及十二指腸均無食物，服藥後可避免藥物與食物混合，能迅速進入腸道充分發揮藥效。

三、用藥之飲食禁忌：

- (一)避免與果汁及茶同服。因茶含鞣酸，會影響療效。
- (二)服人蔘時，不宜吃蘿蔔。因蘿蔔消食（消化食物）、通氣（行氣），而人蔘滋補，兩者同服，會互相抵消作用。
- (三)服感冒藥應少吃生冷及酸味食物。因酸味藥具收斂作用，會影響感冒藥的作用。

四、服用方法：

- (一)每日服用次數、劑量，及服用時間應遵照醫師指示服用。
- (二)飯前服藥：指飯前半小時至一小時服用。
- (三)飯後服藥：指飯後半小時至一小時服用。
- (四)睡前服藥：指睡前一小時服用。
- (五)中藥與西藥請間隔一小時以上服用，以防藥物交互作用。
- (六)濃縮科學中藥(藥粉)服用方法：
 - 1.先將藥粉酌量入口，再喝小口溫開水溶解後吞服。

2.或將藥粉置於空杯中，再加入適量的溫開水攪拌服用。

(七)生藥飲片(煎劑)服用注意事項：

1.藥液包須冷藏。

2.服用前請隔水溫熱 5-10 分鐘後服用。

五、結論：

目前本院中藥服法分為藥粉與煎劑，若服用前能瞭解藥物性質及正確服藥方法，才能達到有效的治療。

六、參考資料：

顏見明·(2022)·中藥用藥安全·*臨床醫學*，89(1)，1-5。

[https://doi.org/10.6666/ClinMed.202201_89\(1\).0001](https://doi.org/10.6666/ClinMed.202201_89(1).0001)

杜華平·(2020)·中藥治病的 5 大注意事項·*婚育與健康*，16，186。

讓我們來進行測驗，以確認您已充分了解

1.治療腸胃道疾病的中藥會建議飯前服藥，以讓藥物能較快進入小腸，不被食物影響。

是 否 不知道

2.服用感冒藥時建議不要吃生冷及酸味食物，以免影響藥效。

是 否 不知道

3.調經藥建議月經來時再吃效果比較好。

是 否 不知道

4.中藥和西藥如果同時段要服用，建議要間隔一小時避免交互作用。

是 否 不知道

5.為了減少苦味.服中藥時不可以用茶或果汁一同服用。

是 否 不知道