

三軍總醫院 中醫部

Chinese Medical Department Tri-service General Hospital

中藥服用方法

科學中藥要怎麼服用？

科學中藥是藥粉，直接以溫開水沖服即可，若兒童或病患不方便吞服藥粉者，可以用一小杯溫開水，像泡咖啡或泡牛奶一樣，直接將藥粉泡成藥湯，溫溫的喝下去就可以。

服藥時間需依照醫師指示，不論是飯前、飯後或睡前服用，皆需要和吃飯、睡覺的時間隔開半小時到一小時，例如飯後服用，就是要在吃飯後一個小時吃藥，不要吃完藥馬上吃飯，這樣飯和藥會在胃裡混在一起，影響到藥物的吸收。

基本上中藥較不會傷胃，所以可以空腹服用，但您如果服用後有任何不舒服，都可以告訴您的醫師，以更改藥物或服藥的時間。

水煎藥要怎麼服用？

水煎的藥湯請溫服，所以一定要加熱後服用，一般可以用碗盛裝隔水加熱，較不建議使用微波爐加熱，因為微波可能破壞藥物部分的成分；如果您是由醫院為您代煎，並將藥湯分裝成真空包裝者，可以像調理包一樣，直接隔水加熱，再開封服用即可。

若您是自己煎煮藥物，一般頭煎和尾煎的濃度差異並不大，所以您可以直接服用煎煮好放涼後的藥湯，也可以將頭煎尾煎混合後，再分成兩次服用，只是還沒服用的藥湯或還沒即時煎煮尾煎的藥材，一定要放置於冰箱冷藏櫃保存，以保持新鮮度。

中藥、西藥、健康食品服用問題

若您在使用中藥的同時，也可以使用西藥或健康食品，只是需要您的醫師為您評估一下，所以當您就診時，最好攜帶著您所服用的西藥或健康食品來，請教醫師該如何調整，因為有些藥效可能重複或抵觸，導致藥物作用過強或減退，造成您身體不良的反應。

三軍總醫院 中醫部

Chinese Medical Department Tri-service General Hospital

一般來說，若您的西藥服用時間是在飯後，而中藥服用時間在飯前，這樣就不會有同時服用藥物的問題。但是如果您的兩種藥物都在飯前服用，建議您一定要將兩種藥物的服用時間隔開一個小時以上，先服任一種藥物都可以，就是不可以同時服用，以免影響藥效。

三總醫世代電子報 第 0055 期 2008 年 7 月 5 日

作者：中醫部