

三軍總醫院 中醫部

Chinese Medical Department Tri-service General Hospital

讓你好骨力—龜鹿二仙膠

坊間時而耳聞「龜鹿二仙膠」補氣、補血，有增強免疫作用，是預防骨質疏鬆症的良方，但也常有假貨，以前真品在陽光下可透光，但現今假貨的外觀、氣味仿得幾可亂真，更讓病患無所適從。

「龜鹿二仙膠」的組成是龜板、鹿角、人參及枸杞，現代醫學研究指出：「龜板」有免疫調節、延緩衰老及中樞神經影響作用；「鹿角膠」含膠質、碳酸鈣、磷酸鈣等，有增加血紅蛋白、紅血球及白血球的作用，可預防骨質疏鬆症，增強免疫力；「人參」可興奮中樞神經、加強免疫力及造血機能、抗疲勞和強心；「枸杞」則具有增加造血機能、提高免疫力及抗衰老作用，也有明目、保肝之效。

「龜鹿二仙膠」的臨床功效有「大補精髓、益氣養神、治視物不清」，幫助骨質強健，對骨質疏鬆症(腎虛、腰痠背痛、骨質流失等)兼具治療與預防效果。但口乾舌燥、便秘及易長痘痘的實熱體質者要慎用，感冒、發熱、腹瀉或肝腎功能不佳者也不宜使用。

最重要的是經中醫師診斷後，選用中醫院所、GMP 藥廠或有信譽的中藥行製造的藥品，才能確保品質。

三總醫世代電子報 第 0055 期 2008 年 7 月 5 日

作者：中藥局