



## 服用中藥護理指導

2019.03 制定  
2022.09 修訂

### 一、服用中藥的注意事項：

1. 服用中藥一般以溫開水為佳，勿用茶類、咖啡及果汁配藥，以免影響藥效吸收。藥粉必須充分溶解於溫水中服用，沾於杯上的殘渣可用水沖過再服。不要直接把藥粉倒入口中才喝水，以免嗆到引發咳嗽。
2. 中藥勿與其它藥物同時服用，如有其他西藥或保健食品(如維骨力、維他命…等)，原則上兩者需間隔至少一個小時以上。
3. 如醫師開立法為三餐飯前，忘記服用仍可於飯後服用；忘記服藥若未超過2小時內可立即補服；若超過2小時後才補服，則與下次服藥時間應間隔4小時以上，以免藥物過量。
4. 濃縮中藥一般置放於室溫下乾燥陰涼避光處，中藥材及中藥液體包裝應存於冰箱冷藏，如發現變質、發霉、有異味時，需立即停止服用。台灣濕度高若需長期服用建議可存放於防潮箱或冰箱冷藏。科學中藥開封後，如見結塊且輕捏即碎不表示已變質，在貯存安全期限內且無特別異味仍可安心服用。
5. 請遵循醫師指示方式服藥，自行購買的不明成份藥物或上次沒有服完的中藥，若未詢問醫師請勿服用；勿自行調整服藥次數及劑量，並定時回診(健保用藥不可提前返診取藥)。
6. 服藥後若發現身體不適或藥物過敏情形(如:皮膚發癢、蕁麻疹、嚴重腹瀉等)，請立即停藥掛號返診。

### 二、服用中藥的禁忌：

1. 中醫非常強調服用中藥期間的飲食禁忌，食物一般分為溫熱性和寒涼性兩大類，介於二者間則屬於平和性食物。服藥期間的飲食禁忌須與醫師討論。
2. 不同的證候(身體狀況)，有其不同的飲食禁忌。如寒證應忌生冷、瓜果等寒涼性食物，而宜食溫性、熱性食物；熱證宜食寒、涼、平性食物，應忌辛辣、薑、蔥、蒜、菸、酒及油炸之類。如肺結核多數屬陰虛體質，忌辛辣動火傷陰的食物。水腫病人忌鹽，因鹽屬鹹寒使水腫加重。高血壓屬於濕熱症，忌燥熱、辛辣食物。
3. 中藥材服藥的飲食禁忌如下：滋補藥：如參類忌食白蘿蔔，因白蘿蔔為破氣之物會降低人參的藥性；健脾胃藥，忌食豆類、油膩的食物；發汗解表藥，忌食生冷及酸性食物；補血藥不能喝濃茶，因為濃茶裡有鞣酸成分，會降低中藥療效。

若有問題請隨時提出，護理人員非常樂意為您服務，任何疑問可利用馬偕醫院中醫藥局諮詢專線：台北馬偕(02)25433535 轉 3361、3362，淡水馬偕(02)28094661 轉 2171，諮詢時間：週一至週六上午 9:00-12:00，週一至週五下午 2:00-5:00。

祝您 平安健康