

## 中药煎服有讲究 (一)



### 1. 中药煎煮有哪些讲究?

汤剂是中医在临床上应用最早,最广泛的一种中药剂型。它的优点是吸收快、起效迅速。汤剂长久以来备受医生和患者的喜爱。但要使药效达到最佳,还需要掌握正确的煎药方法。使用正确的方法煎煮药物,才能使煮出的药物最大限度地发挥作用。因此,我们在煎煮药物的时候要重视这些过程,切不可图省事而盲目地按自己的想法去做,以免造成不必要的浪费,甚至适得其反,把治疗疾病的药熬成了加重疾病的药。另外在熬药时,切记熬糊的中药是不能喝的。

### 2. 煎煮中药选择什么样的容器最好?

中药汤剂质量的优劣与选用的煎药器具具有密切的关系。煎煮中药最好选择瓦罐、砂锅类器具,因为这类器皿的材质稳定,导热均匀缓和,不易与药物发生化学反应,不会影响药物的合成与分

解,故从古至今一直被沿用。另外,可以选搪瓷、不锈钢、玻璃等材质的器皿。但是要禁用铁锅、铜锅和铝锅煎药,因为这些材质的化学性质不稳定,在煎煮药时能与中药所含的化学成分发生反应,从而改变药性,影响汤剂的质量,进而降低疗效。

### 3. 你知道煎药用水有什么讲究吗?

煎药时的加水量很重要,要严格把控,因为,水多了可能会影响药效,且服用困难;水少了,可能煎焦。所以,要根据不同药材的具体情况适当加水,否则会影响药剂的质量。一般第一次加水量控制在高出药面3厘米为宜,第二次控制在高出药渣表面2厘米左右。但应注意质地疏松、体积大、芳香易挥发类的药材,加水以覆没为度;质地坚实、体积小、需要长时间熬制的药材,需多加水。

### 4. 煎药前一定要先用水浸泡吗?煎煮前一定要把药物先用冷水

浸泡,加入的水量以高出药面两指为准,以便药材能够充分浸透变软、细胞膨胀,利于药材有效成分的煎出。另外,中药材大都含有蛋白质,所以,不要用热水浸泡,否则药物表面的蛋白质会立即凝固,影响有效成分的释放。

### 5. 煎煮中药的时间多长最好?

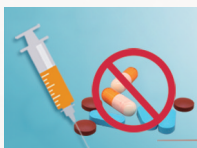
煎药时间要根据药物和疾病的具体性质来决定。以花、叶、茎等药材为主的中药可浸泡20至30分钟,以根、根茎种子、果实等为主的可浸泡1小时,浸泡时间不宜过长,以免引起药物酶解或腐败。煎煮时间,一般第一煎以药沸开始计算需要20至30分钟,第二煎30至40分钟。但解表类药第一煎10至15分钟,第二煎10至20分钟;滋补类药第一煎30至40

分钟,第二煎40至50分钟。在次数上,多次煎煮比一次长时间煎煮的效果更佳。

### 6. 煎煮中药需要严格控制火候吗?

煎药温度的高低,中医称之为火候,有“文火”和“武火”之分。文火是指弱火,温度上升缓慢,水分蒸发也慢。武火是指强火,温度上升快,水分蒸发也快。通常煎药时的温度太高会使水分蒸发太快,不利于药物成分的释放,甚至煎糊;温度太低又熬不出效果。因此,一般对火候的控制是,在未沸腾前用武火,至煮沸后再改用文火,使其保持在微沸状态,这样有利于药物有效成分的煎出。

内容选自中国健康传媒集团编印资料



### 药物警戒

主办单位: 晋中市药品不良反应监测中心(第十二期)

# 做好秋冬季森林草原防火工作 为人民群众平安过节创造良好环境