

服用中藥、慎防意外

Chinese Herbal Medicine

傳統中藥長久以來被採用作預防及治療疾病之用，可是，其存在的毒性卻往往被忽略。由於中藥被認為是成份天然，服用者以為它不會對身體造成任何傷害；然而，因誤服冒牌、污染或夾雜其他成份的中藥引致中毒的個案不知凡幾，有些更對生命構成威脅。

由於目前政府尚沒有對中藥成分的鑑定或其安全使用定下法例，所以增加了服食中藥的危險性。但現今對中藥的能效或安生使用已逐漸開始有所研究。

若您選擇服用中藥，請注意以下幾點：

1. 認識不同形式的中藥: 例如藥丸、膠囊藥丸、藥粉、藥膏、藥湯、藥茶及藥酒等。這些藥物可能會含有不同的有毒污染物如水銀、鉛、砒素等。某些中藥更可能混有西方藥物或夾雜其他已經被「食品及藥物管理局」禁用的藥物成份，並會對健康造成損害（如肝／腎衰竭）或導致死亡。
2. 認識中藥中毒的徵狀: 例如噁心、嘔吐、腹瀉、頭暈、視力模糊、昏厥、麻痺、虛弱或產生幻覺等。如果使用中藥後出現上述任何徵狀，應該立刻停止使用該種藥物並即時看醫生診治。
3. 查看藥品的成份表以確定是否會對該藥品產生過敏反應。某些中藥可能含有糖份、酒精或其他物質而不適用於某些病症的患者、例如糖尿病病人。

4. 切勿嘗試自行處方中藥。不適當的藥物份量不但對身體有害，有時甚至會引起生命危險。應請教有中醫牌照及經驗的中醫師。
5. 避免同時服用中藥和西方藥物，因服用該兩種不同藥物可能會產生不良的化學作用: 應該讓醫生知道您同時間在服用那些藥物。

雖然中藥已有數千年安全使用的歷史，但它們並非絕對無害。因此，在還未詳細研究到使用中藥的安全守則及其能效之前，採用中藥時，必須特別小心。

華人社區健康資源中心編譯 - 1994 年 版權所有,
01/2010 年修正

©1994 Chinese Community Health Resource Center
Revised 01/2010