

# 中药煎服法常识

## A. 中药材

为确保药效及疗效，请参照如下方法煎服中药或遵医嘱：

### 煎药步骤一



1. 冷水浸过药面约 1 吋，浸泡 20~30 分钟
2. 先用大火煲滚

适用于：

- 瓦煲
- 电子瓦煲
- 不锈钢煲

不适用于：

- 钛煲
- 铝煲
- 铁煲

注：

1. 滋补药需煮约 1 小时
2. 感冒药煎煮 30 分钟即可

# 中药煎服法常识

## 煎药步骤二



改用中细火保持微沸状态，煎煮时间约 40 分钟



煎成一碗待用

注:

1. 碗：指普通饭碗 (约 250 毫升)
2. 小童酌减，约大半碗即可 (约 150 毫升)

## 煎药步骤三



随即加水浸过药渣面，煎煮时间约 30 分钟



再煎成一碗

注: 感冒药不宜久煎

# 中药煎服法常识

## 服药方法



混和

将两碗药混和再分服



分服

## 服药时间



早餐后 30 分钟至 1 小时



晚餐后 30 分钟至 1 小时

## 注:

小童或体虚、吞咽困难者应少量多次服用，每隔 1 小时服一次，直至当天服完

## 饮食注意事项



忌咖啡及浓茶



忌刺激性食物（例如：辣椒等）



忌难消化食物（例如：糯米等）

\*为免药物变质，请将中药存放于雪柜\*

# 中药煎服法常识

中药内常有另包分装的药品，请注意各种药物煎煮方法如下：

**先煎药：**

将「先煎药」放入煲内，加水 2-3 碗，用细火煲滚约 30 分钟，再将浸泡的其他中药加入同煎。

**后下药：**

在煎好中药前的 3-5 分钟，加入「后下药」再同煎即可。  
(注: 较厚药材如大黄、木香等须先用暖水浸泡 5-10 分钟)

**包煎药：**

用纱布将「包煎药」包好后连同其他中药一起浸泡煎煮。

**分冲药：**

指粉末药散，如川贝末、三七末等，宜先用少量冷开水调匀，加入煎好的药液趁热调匀后，与药液一起饮用。

**烊化药：**

指阿胶末、鹿角胶末等，用煎好的药液趁热调匀溶化后，与药液一起饮用。

**另煎药：**

一些较贵重的滋补药如冬虫夏草、高丽参等应另外用水煎煮，或隔水炖服，一天内代茶频饮。

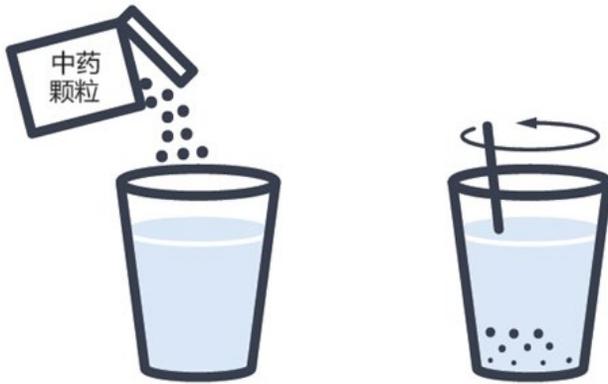
# 中药煎服法常识

## B. 颗粒冲剂

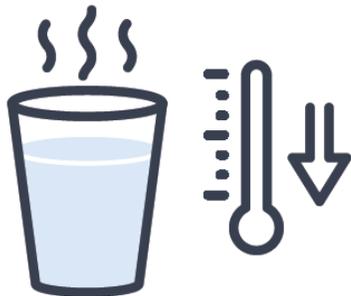
### 中药颗粒冲调方法



1. 倒入 150-200 毫升沸水于杯中。



2. 加入中药颗粒浸泡约 2 分钟, 搅拌至溶解。



3. 待温度适合方可服用, 如有部分药物未完全溶解亦可一并服下。

储存方法：存放于阴凉干燥处

# 中药煎服法常识

## C. 膏方

### 膏方服用方法及注意事项

1. 服法            : 每日一至二次, 每次一包, 空腹服用, 或遵医嘱。
2. 冲调方法       : 以约五倍量温开水冲入、和匀服用, 或直接将膏液含在口中融化、慢慢吞咽服用。
3. 保存            : 须于冰箱保鲜格中冷藏保存, 开封后请实时服用。

注: 膏质如出现少量不均匀或沉淀、属正常现象, 服用膏方前后 一小时内忌喝茶或咖啡类饮料。

# 中药煎服法常识

## 诊所特色

诊所除了提供中医全科服务外，更提供多元化专科服务，包括：内科（如：心脑血管科、心血管科、皮肤科、脑病科、内分泌科、脾胃科、妇科、肾病科、神经内科、肿瘤科、眼科、五官科、儿科、神志科、风湿病科及疾病预防）、针灸科及骨伤科。

(诊所详细分科服务情况请致电有关诊所查询。)

服务热线：2721 2678

网上预约：[www.hkbucm.com](http://www.hkbucm.com)