

中藥煎服法常識

A. 中藥材

為確保藥效及療效，請參照如下方法煎服中藥或遵醫囑：

煎藥步驟一



1. 冷水浸過藥面約 1 吋，浸泡 20~30 分鐘
2. 先用大火煲滾

適用於：

- 瓦煲
- 電子瓦煲
- 不銹鋼煲

不適用於：

- 鈦煲
- 鋁煲
- 鐵煲

注：

1. 滋補藥需煮約 1 小時
2. 感冒藥煎煮 30 分鐘即可

中藥煎服法常識

煎藥步驟二



改用中細火保持微沸狀態，煎煮時間約 40 分鐘



煎成一碗待用

注:

1. 碗：指普通飯碗 (約 250 毫升)
2. 小童酌減，約大半碗即可 (約 150 毫升)

煎藥步驟三



隨即加水浸過藥渣面，煎煮時間約 30 分鐘



再煎成一碗

注: 感冒藥不宜久煎

中藥煎服法常識

服藥方法



混和

將兩碗藥混和再分服



分服

服藥時間



早餐後 30 分鐘至 1 小時



晚餐後 30 分鐘至 1 小時

注:

小童或體虛、吞咽困難者應少量多次服用，每隔 1 小時服一次，直至當天服完

飲食注意事項



忌咖啡及濃茶



忌刺激性食物（例如：辣椒等）



忌難消化食物（例如：糯米等）

為免藥物變質，請將中藥存放於雪櫃

中藥煎服法常識

中藥內常有另包分裝的藥品，請注意各種藥物煎煮方法如下：

先煎藥：

將「先煎藥」放入煲內，加水 2-3 碗，用細火煲滾約 30 分鐘，再將浸泡的其他中藥加入同煎。

後下藥：

在煎好中藥前的 3-5 分鐘，加入「後下藥」再同煎即可。
(注: 較厚藥材如大黃、木香等須先用暖水浸泡 5-10 分鐘)

包煎藥：

用紗布將「包煎藥」包好後連同其他中藥一起浸泡煎煮。

分沖藥：

指粉末藥散，如川貝末、三七末等，宜先用少量冷開水調勻，加入煎好的藥液趁熱調勻後，與藥液一起飲用。

烱化藥：

指阿膠末、鹿角膠末等，用煎好的藥液趁熱調勻溶化後，與藥液一起飲用。

另煎藥：

一些較貴重的滋補藥如冬蟲夏草、高麗參等應另外用水煎煮，或隔水燉服，一天內代茶頻飲。

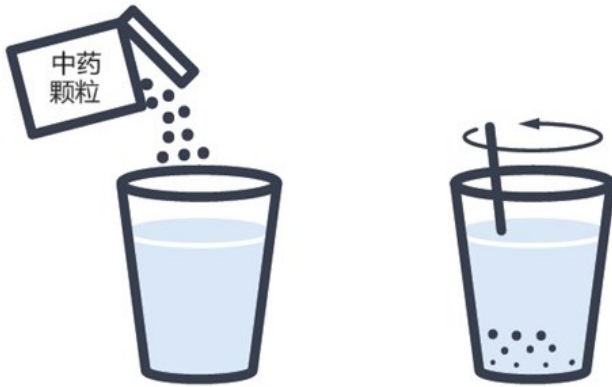
中藥煎服法常識

B. 顆粒沖劑

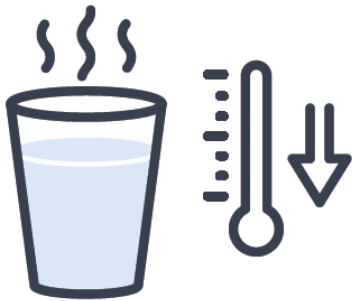
中藥顆粒沖調方法



1. 倒入 150-200 毫升沸水於杯中。



2. 加入中藥顆粒浸泡約 2 分鐘, 攪拌至溶解。



3. 待溫度適合方可服用, 如有部分藥物未完全溶解亦可一併服下。

儲存方法：存放於陰涼乾燥處

中藥煎服法常識

C. 膏方

膏方服用方法及注意事項

1. 服法 ：每日一至二次，每次一包，空腹服用，或遵醫囑。
2. 沖調方法 ：以約五倍量溫開水沖入、和勻服用，或直接將膏液含在口中融化、慢慢吞服。
3. 保存 ：須於冰箱保鮮格中冷藏保存，開封後請即時服用。

注：膏質如出現少量不均勻或沉澱、屬正常現象，服用膏方前後 一小時內忌喝茶或咖啡類飲料。

中藥煎服法常識

診所特色

診所除了提供中醫全科服務外，更提供多元化專科服務，包括：內科 (如：心腦病科、心血管科、皮膚科、腦病科、內分泌科、脾胃科、婦科、腎病科、神經內科、腫瘤科、眼科、五官科、兒科、神志科、風濕病科及疾病預防)、針灸科及骨傷科。

(診所詳細分科服務情況請致電有關診所查詢。)

服務熱線：2721 2678

網上預約：www.hkbucm.com