

煎服中药必读

陶 廼 贵



山东科学技术出版社

煎服中药必读

陶 迺 贵

山东科学技术出版社

一九八五年·济南

责任编辑：齐 宁

封面设计：杨士林

煎服中药必读

陶 迺 贵

*

山东科学技术出版社出版

山东省新华书店发行

山东人民印刷厂印刷

*

787×1092毫米32开本 1.5印张 30千字

1985年6月第1版 1985年6月第1次印刷

印数：1——45,000

书号14195·183 定价 0.29 元

前 言

人体有恙，常求中医问诊，开几剂汤药，要求方必中病。但反过来说，病者吃药，也必须煎服得法，方能如愿。可惜的是，有些人因对煎服中药缺乏必要的常识，常常贸然行事，结果是药未凑效，反留下憾事。为此，确有必要读一点煎服中药的常识。

对此，明代伟大的医药家李时珍说：“凡服汤药，虽品物专精，修治如法，而煎煮者，卤莽造次，水火不良，火候失度，则药亦无功。”清代医学家徐大椿也说：“病之愈不愈，不但方必中病，方虽中病，而服之不得其法，则非特无功，而反有害，此不可不知也”。

《煎服中药必读》，采用问答形式，回答了人们在实际中常常碰到的中药的煎服、配制、注意事项等问题。通俗易懂，用时方便。若此有益于用药者，那就是我尽了一个医务工作者的职责了。

此书献给读者，由于水平所限，愿就教于四方。

陶澍贵

一九八五年一月

目 录

1. 什么叫汤剂? 汤剂有什么用途? 1
2. 汤剂在应用上有什么特点? 1
3. 煎中药为什么要用砂锅? 其他容器能行吗? 2
4. 药锅在使用前为什么要刷洗干净? 怎样处理? 3
5. 煎煮中药应选用什么水为好? 加多
少合适? 如何掌握? 4
6. 中药在煎煮前为什么要预先浸泡?
泡多长时间为宜? 5
7. 中药在煎煮前为什么不宜淘洗? 6
8. 一般中药为什么要煎二次?
如延长时间煎一次可以吗? 7
9. 煎中药应选择什么火为好? 其火候
又如何掌握? 8
10. 不注意将药熬干后, 是否还能再加水
继续煎煮? 9
11. 一般中药应煎多长时间? 头煎和二煎一样吗? 10
12. 煎中药是“开盖”好? 还是“盖盖”好? 10
13. 有时为什么在一副药中有的药要“先煎”、
有的药要“后下”、有的药要“包煎”、
有的要“另煎”? 11
14. 什么叫做“溶化”? 什么叫做“烊化”?
各适应于哪些药物? 13



15. 常见需特殊煎煮的药物有哪些？	13
16. 药物煎好后如何“过滤”？	14
17. 在煎煮中药时，有人制成粗末是否可以？	15
18. 煎时如无“干品”，用“鲜品” 代替能行吗？	17
19. 什么叫膏滋药？怎样煎法？	18
20. 大剂量的中药应如何煎煮？	19
21. 有些家庭采用暖水瓶浸法来代替传统的 煎煮法是否可以？	20
22. 为什么在中药汤剂中，一般都加有“甘草”？	21
23. 外用汤剂如何煎制？常用于哪些疾病？	22
24. 汤剂的服用剂量应如何掌握？	23
25. 汤剂应在什么时间服用为好？	24
26. 汤剂是“冷服”好？还是“热服”好？	25
27. 为什么要把两次煎液合并分服？	26
28. 服药时呕吐该怎么办？	27
29. 小孩服汤药应注意什么？	28
30. 在服用民间单方、验方时应注意什么？	29
31. 为什么有些汤药要以“生姜”、“大枣” 作引子？如无生姜用干姜代替可以吗？	29
32. 为什么有些药要用“黄酒”作药引子？	30
33. 服中药时能否同时吃西药？	31
34. 服中药时是否还需要“忌口”？	32
35. 服中药时能否喝“浓茶”；能吃“萝卜” 和“辣椒”吗？	34
36. 服中成药应注意什么？其时间如何掌握？	35

37. 外用汤剂如何应用?37
38. 一般家庭如何制备药酒? 怎样服用?
应注意什么?38
39. 中药的“补品”，人人都是可以服用吗?39
40. 有人说：“吃中药没有副作用”这话对吗?41



1. 什么叫汤剂？汤剂有什么用途？

汤剂，又称“汤液”，现人们普遍称“汤药”，是将一种或数种中药配好后加水（偶而还有加酒或其他药液）煎煮去渣取汁所得的液体剂型。可以看出来，这种制作方法几乎跟烧菜汤没有什么两样，所以自古以来就叫它做“汤剂”。

汤剂是中国药物最古老也最常用的剂型之一。说它古老，是因早在很久以前，相传有位出身于厨工的商汤宰相伊尹，从饮食而悟及医药，在实践中，他把两者结合起来，就发明了用汤剂来治疗疾病了；说它常用，是因为无论哪个朝代，都是用汤剂作为治疗疾病的主要手段，即便是在医学科学高度发达的今天，汤剂这一剂型仍占中医治病用药的80%以上。

汤剂的用途比较广泛，正如日本·丹波元坚所说的：“表里上下无所不适，卒病（新得的急病）痼疾（顽固的旧病）无所不适”。意思就是说全身的各种疾病（包括慢性病、皮肤病），是都可以用汤剂来治疗的。所以，汤剂不单供口服，也可供外用。如风湿痒疹，用其擦洗，可使药液直达病所；风寒湿痹、跌打损伤，用其熏蒸，可使药气窜入肌腠筋骨，产生祛风、散寒、活血祛瘀的作用；口腔、咽部疾患，用其含漱，可使药液直接分布患部，产生清热解毒的功效。

2. 汤剂在应用上有什么特点？

汤剂作为中医治病的一种剂型一直沿用到现在，经久不衰，是有其原因的。大体归纳一下，它具有以下几个方面的特点：

（1）可以根据病情的变化，灵活选用药物，适合于中医

临床辨证施治的需要。

(2) 汤剂多为复方，药物之间能互相促进，互相制约，起到增强疗效，缓和药性的目的。

(3) 内服后不需要经过崩解与分解等步骤，可立即被吸收，对急、慢性疾病都很适宜，作用既快又好。

(4) 汤剂所用的药物是动、植物和矿物的原药，难免带有细菌，在煎熬过程中药物经过煎煮消毒，符合卫生要求。

(5) 对病人来说，由于是水溶液，所以容易吞咽，无刺激性，副作用小；用时在制备上又不需要特殊的设备与器械，尚称得上简便易行，每个家庭都可进行操作。

3. 煎中药为什么要用砂锅？其他容器能行吗？

对于中药的煎煮，历代医药学家都强调用砂锅。其道理有二：一是砂锅性质稳定，在药物水煎复杂的化学反应中，不会“干扰”药物的合成和分解，煎出的汤液质量好；二是砂锅传热性能和缓，受热均匀，价格低廉，故为首选的煎具。其次，如铝合金、不锈钢和搪瓷器具也可以。

但不要用铁锅，其道理，这要从化学的角度谈起。铁锅传热虽然好，但化学性质不稳定，易氧化。加之中药所含的化学成分极其复杂，如鞣质、黄酮、有机酸及其他酚性成分等。这些成分广泛分布于天然药物中，几乎由中药组成的复方方剂中都交叉地含有这些成分。如铁与所含的鞣质发生化学反应，则生成鞣酸铁；铁与所含的黄酮类成分发生化学反应，则产生难溶络合物；铁与有机酸发生化学反应生成盐等等，均可改变药性，影响中药的疗效。中药在铁锅中煎出的汤液色泽也不好，如诃子、苏木、地榆等含有酚羟基类化合物

易与铁起化学反应，产生深紫色、紫黑色，或黑绿色沉淀。汤液中含有铁，服后易引起恶心、呕吐等反应。

用铜锅煎，也能煎出微量的铜，与中药的一些成分发生化学变化，可能产生铜绿（碱式碳酸铜）。铜绿毒性很大，有害于人体健康。因此，无论内服和外用的汤剂，都不宜用铁锅、铜锅或其它金属器皿来煎煮。

4. 药锅在使用前为什么要刷洗干净？怎样处理？

我们所用的药锅一般都是固定的。由于煎煮的药物常有变更，如邻居之间、同志之间常常互相借用，一只药锅往往为很多病人的药物煎汁所使用，所以使容器保持干净是非常重要的。

(1) 防止不同性质的药物相互干扰。

煎煮中药时，药汁因受热蒸发水分后而被浓缩，容器的周围常积成一层药汁的干燥物。这样若不及时擦去，而继续投放另一副药物煎煮时，这些滞积的物质就会溶解，从而相互干扰，造成“串味”、“串气”等。其中若有剧毒药品的，影响也就更大。因此，若不及时擦洗，随其相互干扰，轻则影响药液的质量，重则耽误病情。

(2) 防止煎煮的药物沉底、粘结和焦化。

有些中药在煎煮时容易下沉，往往粘结在锅底，若不擦洗干净，势必越积越厚，严重的会出现焦化，这时不仅影响药汁的澄明度，而且造成药液混淆，妨碍疗效。

刷洗时，首先除去沉积物，用水刷洗干净，然后加水再置炉上加热沸腾即可。这就是人们通常所说的药锅在使用前必须“浴浴锅”。

5. 煎煮中药应选用什么水为好?加多少合适?如何掌握?

水是煎煮中药汤剂的主要溶媒,古代医药学家都非常注意用水,如《医学心悟·医中百误歌》中说:“煎药误,水不洁,油汤入锅必呕哕,呕哕之时病转增,任是名医审不决”。可见,水的洁净与否对疗效的影响是很大的。

《本草纲目》对制备汤剂用水就选有42种之多,其中包括泉水、井水、河水、雨水、露水、雪水等等。一般来讲,雨水、雪水、露水均为天热的蒸馏水,就矿物质的含量来说,要比泉水、井水、河水少一些,纯净一些,对中药所含成分的影响当然也就少一些。但在我们实际生活中采用天然蒸馏水煎药,即不可能,也不切合实际。作者认为:在我们国家对煎中药用水未作质量规定以前,凡人们生活上可作饮用的水,一般都可用来煎药。重要的一点是,水必须无异味,洁净澄清,含矿物质及杂质少的。一些含重金属过高,或被农药、放射线物质污染过的水均不宜选用。

至于加多少水合适,常与药物的吸水量、煎药时间、火候(即煎药的温度)及病人所需的药量有关。据现代实验研究证明:同一方剂的药量,在相同条件下煎煮,加水量越多,其浸出物含量也越高。但实际上加水量是有一定限度的。加水量过少,不仅药物的有效成分不易被煎出,而且尚易干锅;加水量过多,则药汤太多,浓度过低,不便服用。因此,有必要大致上计算一下加水量。据多方实验证明:在一副药中往往有吸水量较大的药与吸水量较小的药配伍使用时,平均起来每1克药物,约需加10毫升水。当遇到吸水量较大的药物占多数时,可适当多加些水;反之,则少加些水。总之,

加水量可随药物的性质适当增减。把计算得到的总加水量的65%加到第一煎中，余下的35%留待第二煎用。比如治疗感冒的银翘散，药物总量100克，应加水1000毫升，头煎应加650毫升，二煎350毫升。

另据上海市药材公司规定煎药的加水量为：调理、滋补药，头煎700~900毫升，二煎400~450毫升；解表药，头煎400~600毫升，二煎280~300毫升；一般药，头煎500~700毫升，二煎300~350毫升。实践证明，以上二法都是比较合适的。

在实际应用上，患者也可根据自己的情况，按照传统的经验进行掌握加水量，即先把药物倒入药锅内，使之摊平，然后加水高出药面3~4厘米（约二横指）即可。但有时药物在加水时随之浮起，不易掌握，最好在放水前先作一个记号，然后再加水，这样就比较妥当了。

总之，无论采用什么方法确定加水量，煎煮一定时间后，最后每副药的滤取量应保持在400~500毫升为宜。

6. 中药在煎煮前为什么要预先浸泡？泡多长时间为宜？

我们都知道，无论药店和医院所出售的中药大都是干品，而且都有一定的体积、厚度。如果不预先用凉水浸泡，直接用快火去煎或者用开水煎煮，都是欠妥的。其道理就象我们做面条一样，面条须等开锅后再放进去，因为开水能使面条表面的淀粉、蛋白质迅速凝固，面条就能保持完整。若用凉水煮面条，则面条上的淀粉及蛋白质就会随水温的变化而逐渐溶化到水里，成为一锅浆糊。同理，中草药也含有淀粉和蛋白质，如果不用凉水预浸，直接用快火去煎，也会使药材

表面所含的蛋白质凝固，淀粉糊化，以致阻塞药片毛细管的通道孔隙，水分难以进入而有效成分又难以向外扩散，故有效成分不易充分煎出，药物的疗效不能充分发挥。

浸泡能使药物湿润变软，细胞膨胀，有效成分首先渗透溶解在进入药材组织的水分中，然后再煎。这样，随水温的逐渐增高，药物就会进一步膨胀，细胞破裂，其中的淀粉和蛋白质逐渐释放出来，药物的有效成分就会尽可能的被煎出。这点，已被科学实验所证实：如未经浸泡的茵陈蒿汤，第一煎仅煎出总量的16.05%，第二煎煎出总量的7.69%，共为23.74%。在同样条件下，预先浸泡60分钟的，第一煎煎出总量21.31%，第二煎煎出总量9.67%，共为30.98%，比未经浸泡者高7.24%。白头翁汤，经二十分钟浸泡之后，煎得的药汤比未浸泡煎得的药汤，其抑菌圈也明显增大了。可见预先用凉水浸泡，有利于有效成分的溶出，提高治疗效果。

至于浸泡时间，这要根据所取药物的性质来定。如以花、叶、茎类为主的药方可浸泡二十至三十分钟；以根、根茎、种子、果实为主的药方可浸泡六十分钟。

7. 中药在煎煮前为什么不宜淘洗？

有些人在煎煮中药时，总喜欢先用水淘洗几遍，便觉得药物就干净了，就能提高药的疗效了。其实，这种做法是不科学的，严格的讲是错误的。其原因有二：

(1) 中药虽然来自自然界，难免带有一些泥砂及夹杂物，但是中药在配方前，都是经过严格的净选加工、炮制后才使用的。即便还有一些不干净的东西混入，然而在煎煮时经过长时间的煎熬消毒、几经过滤，药液还是比较卫生的，故无

洗的必要。

(2) 中草药都具有固有的气味，或香，或臭，或苦，或辣。然而，中医治病用药也是非常重视其气味厚薄浓淡的，所以保存药物固有气味是煎煮中药必须注意的问题，尤其是气味容易走窜的芳香性药物，如薄荷、细辛、砂仁、白豆蔻、肉桂等等，这种芳香之气，正是药物起作用的有效成分。味浓气香，药效力就高，味淡气走失，药效就低。因此在煎煮这些药物时一定要保护其气味不受损失。如果经长时间的淘洗，药物的气味必然散失，影响汤液质量，故不宜用水淘洗。

8. 一般中药为什么要煎二次？如延长时间煎一次可以吗？

中草药绝大多数来自自然界，都有一定的软硬度，成分又极其复杂，煎煮一次是不可能将药物的有效成分全部煎出的。现已证明：一般方剂即便是煎二次，才有70~80%的成分被煎出，还有20~30%的残留在药渣中。对于滋补药，就更难煎出了，如常用来治疗血虚的四物汤（当归、川芎、白芍、熟地黄），第一次煎出比重为1.0265，第二次煎出比重为1.0255，第三次比重为1.0089。由此可见，二煎的药液浓度并不比头煎淡，所以中药光煎一次是不够的，煎二次比较合理。对于象滋补类这样的方子，还要考虑煎第三次，才能尽可能的将药物的有效成分煎出。

若不煎第二次，而以一次久煎来代替行不行呢？这里面就大有物理化学的道理了。汤剂煎出的机理，大致包括湿润、渗透、解吸、溶解、扩散、置换等过程。具体的说就是：进入生药组织内的水分借溶解作用使有效成分逐渐溶解，再借脱吸附作用使有效成分脱离生药组织，再借扩散作用逐渐地

向药液里弥散。以上这些现象在煎煮时，自始至终是不断地进行的，所以药液才会越煎越浓。在理论上，等到饮片本身与药液中的有效成分浓度平衡了就会停止，就不再渗出、溶解。此时，必须滤取药液，在药渣中再加水，造成新的不平衡状态，这样才有利于中药内的成分继续溶出。如果不煎煮第二次，使头煎的药液过分煎熬，那么即使不会破坏有效成分，也会因为饮片组织的浓度与药液的高浓度相等，实际上等于损失了一部分有效成分。这就是一次煎煮即使延长时间也不能代替两次的理由。

9. 煎中药应选择什么火为好？其火候又如何掌握？

火是汤剂制备的唯一反应条件。我国民间习惯于用苧秆作燃料，是有一定道理的，因为苧秆在燃烧时不仅烟灰少，火力均匀，而且容易控制。如果在烟煤炉或柴油炉上煎煮都是欠妥的。一是它们的烟、灰较大，煎煮时灰屑容易散落在锅内，影响药液质量；二是火力较猛，温度上升较快，水分迅速蒸发，且火力也不易控制，不当心很容易把水分熬干、药物烧焦。这就是人们常说的“宜柴不宜煤”的道理。但并不是说，所有的煤都不行，比如我们用来做饭的蜂窝煤就是可行的。但必须注意，当药物沸腾后一定要严密观察火候，使之保持微沸状态为度。

煎药时的火力，按其大小分为武火与文火两种。火焰微弱的火叫“文火”，水分蒸发与温度上升都很慢，即使在水开了以后也不会有大沸腾，所以又称为“鱼眼沸”或“蟹目沸”。相反，武火的火焰大、火力猛，温度很快上升，水分迅速蒸发，所以不当心很容易把药物烧焦。一般中药经二十

至六十分钟浸泡之后，加热煎煮在没有煮沸之前，可用武火煎，沸腾之后，应改为文火慢煎。这样做既可防止药液溢出，又可减少水分过多蒸发，更主要的是为了减少挥发成分的损耗和高温引起的有效成分的破坏。这正如梁·陶弘景曾经说过的“凡煮汤欲微火令小沸”的道理所在。在煎煮过程中，每隔六至七分钟搅拌一次，这样有利于药物煎出均匀，但不宜频频打开锅盖，反复搅拌，以免挥发性成分损耗过多。

10. 不注意将药熬干后，是否还能再加水继续煎煮？

不注意将药熬干后，一般不宜再加水继续煎煮，即便药物还未有烧焦，加水煎煮后，照样影响药物的疗效。

治疗伤风感冒的发汗解表药，如荆芥、防风、薄荷、桂枝、藿香等，其有效成分主要是一些挥发性物质，若药物煎煮时间过长，则挥发性物质大部分丧失，药效也肯定不会好。如果将药熬干了，其挥发性物质必将丧失干净，即使再加水煎煮，服后也无效。滋补药品，如党参、黄芪、山药、当归、熟地黄、黄精等被熬干了，其所含的糖、氨基酸、酶等也会先遭破坏，药效大为降低。即使再加水煎煮，服后不但达不到治疗目的，而且汤液有焦糊味，服后易引起恶心、呕吐，反而会起到相反的作用。这与某些药物在炮制过程中需要将其炒焦、成炭完全是两回事。

所以，为使药物发挥应有的效力，不使病人耽误治疗时机，在煎煮时一定要水量适宜，火候适度，随时观看，不能远离。

11. 一般中药应煎多长时间？头煎和二煎一样吗？

煎药的时间，古人有句术语，叫做煎药要“煎透”。所谓“透”，就是恰如其分的意思。但一副药究竟要煎多长时间才能煎透，这要根据每副药的性质而定。

一般来说，调理、滋补药，即补养身体的药类，多系植物的根茎、果实、动物的甲角壳类，如党参、黄芪、白术、熟地黄、龟板、鳖甲、鹿角等厚重之品。其特性坚硬厚实，油腻性强，药物内含有大量的营养物质，煎药的目的就是要煎取这些有效成分，故时间要长，否则就达不到这个目的。煎药的时间为：头煎从沸后算起1小时，二煎沸后三十分钟左右，以消灭白芯为度（煎药时，取出药片掰开观之，如无白芯，证明药已煎透；反之，尚未煎透）。

发汗解表药，就是人们受了外感后，医生用发汗解表法以消除外邪的药。这类药物多系全草、花、叶，如麻黄、细辛、薄荷、菊花等轻薄之品。其性散发，味辛香，含挥发油较多。煎药的目的就是取其辛香散发之性，故时间要短，长煎则性味散失，效果反而不好。煎煮时间为：头煎沸后十至十五分钟，二煎沸后五至十分钟即可。

一般的药类，就是普通的治疗药，或者以治疗为主，略带滋补作用的。这类药物的特点具有多方面的性能，大约沸后煎三十分钟就可取头汁，二汁再煎20分钟就行了。

12. 煎中药是“开盖”好？还是“盖盖”好？

煎中药时，为了使药物煎透，最好是“盖盖”煎。尤其是含有挥发性成分的中草药，如薄荷、佩兰、砂仁、白豆蔻