

如何選購優質的中藥

文·圖／藥劑部 藥師 張坤隆



大多數家庭都有使用中藥的經驗，無論是治療疾病或保健養生或冬令進補，到處可見中藥的身影。我們在新聞媒體經常看到有關黑心中藥材的報導，可見選購中藥必須特別注重品質，以免花錢又傷身。在此，提供大家選購中藥的幾個大原則，依此而行，既可得其療效，又能吃得安心。

1.挑來源·重標示

◆傳統劑型

在購買中藥藥膏、藥丸或藥粉時，選擇GMP（Good Manufacturing Practice，優良製造規範）藥廠製造的藥品，不要購買藥房私自配製的偏方。GMP藥廠的產品，藥效與品質較有保障，並且具有完整標示，包括成分、功效、適應症、服用方法、劑量、禁忌等。如果對選購或用藥方面有疑問，可請教醫師或藥師。



GMP藥廠製劑的標示完整

◆飲片

衛生署為確保民眾用藥安全，修正「進口及市售中藥材飲片之標籤或包裝應標示事項處理原則」，2009年1月1日生效。內容為：1.進口及市售中藥材飲片共324項，其標籤或包裝應標示品名、重量、製造日期、有效期間、廠商名稱及地址等事項。2.屬毒、劇類藥材（如：天南星、川烏、草烏、



枸杞要選顆粒大，乾而不黏者



紅棗要選完整無裂縫，色澤深紅者



紅棗剝開，果核與果肉黏在一起者為佳

巴豆等)，應於包裝標示上載明是否經炮製，以資區別。3.未依規定標示者，應依藥事法第九十二條第一項，以違反第七十五條第一項規定，處新臺幣3萬元以上，15萬元以下罰鍰，輸入者倘未依規定標示，應不准進口。

選購中藥飲片可以此為依據，選擇有完整包裝及標示的GMP藥廠產品，也可以請你信任的中醫師推薦值得信任的藥局，或是到有信譽且具有合格販售證明的中藥房選購。

2.看外觀·聞氣味

◆一般藥材

色澤：藥材色澤要自然鮮明，太純白或太鮮艷的中藥，可能經過加工或加了漂白劑，應避免選購。有些不肖商家為了增加藥材賣相及延長保存期限，常用二氧化硫薰，正常藥材的顏色原本不會完全一樣，但若薰過二氧化硫，顏色就會一致或變色，如暗紅色變成淡橘色等等，聞起來也有嗆鼻的酸味。以枸杞子為例，

假使顏色全都很鮮艷，沒有色澤暗淡者摻雜其中，就有可能是二氧化硫加工後的「傑作」。

味道：好的藥材會散發出本身特有的氣味，沒有濕氣及受潮味。如果帶有酸味，可能燻過硫磺；有霉腐味，可能變質了；有過度不自然的香味，往往也另有「隱情」，避之為宜。例如赤芍，聞起來有受潮味及刺鼻的酸味，那就不對了。

新鮮度：藥材外觀須完整乾淨，選購時要檢查其乾燥度及脆度，如果微濕鬆軟，腐敗速度較快；細屑多，可能存放過久；此外，還要注意有無發霉、蟲蛀或蟲卵附著。例如黨參，商家為了保持藥材乾燥，常放置於冰箱，以防發霉、蟲蛀。

◆**丸、散等濃縮劑型：**如果有怪味或酸腐味，顯然已經變質。



炒杜仲有起泡，斷面有白絲狀為優質品



赤芍聞起來有嗆鼻的酸味，應是薰過二氧化硫



白芷應呈黃白色，斷面黃黑色或空心蟲蛀即為劣品



黨參切片不完整且有蟲蛀屑為劣品



選購冬蟲夏草要小心

◆**貼布、藥膏等**：原應清涼刺鼻的薄荷腦、冰片等製劑，如果味道變淡或消失，表示存放過久，藥效已下降，繼續使用還可能會引起皮膚過敏反應。

3.多比較·勤比價

不管是傳統劑型的膏、丸、散等或煎煮的飲片，不必迷信貴的一定好，但也不要貪小便宜，價格太便宜，可能是藥商淘汰或被過度加工的劣質品。多方詢問，才可買到品質好的藥材。

4.勿輕信·遠偏方

千萬不要選購來路不明的藥品、偏方，有的商人為謀私利，竟在中藥裡添加西藥禁藥，並且吹噓是「祖傳秘方」或包治各種慢性病等，以廣招徠。這類因用藥不當而損及健康的病例屢見不鮮。

5.防偽劣·要理性

名貴藥材更要慎選，例如冬蟲夏草，因為價格昂貴及資源日少，有的商家會用澱粉仿製，這種假冬蟲夏草一掰開，就可以看見裡面的澱粉粒，還有的不肖業者甚至在冬蟲夏草裡穿鐵絲以增加重量。所以，要買名貴藥材，應到有信譽的中藥房。

又如昂貴的龜鹿二仙膠、牛樟芝等，如果來路不明，千萬不要隨便購買。坊間常見詐騙手法是數人搭檔，與你閒聊，讓你毫無警戒，再把低劣次等藥材甚至偽品，以高昂價格兜售，謀取暴利。所以，若有不明人士主動推銷藥材，請立刻拒絕並離開現場。

在舉凡治病、養生、藥膳、烹飪等，經常會用到中藥的此刻，大家選購中藥必須更理性而明智，健康才有保障。☺

參考資料

行政院衛生署中醫藥委員會資訊網站