

中草藥 用藥觀念之釐清

文/中醫部 蘇珊玉 醫師

幾千年來，中藥的使用在中國社會中已是一件很自然的事，而日前接連「中藥馬兜鈴酸」和「中藥肝毒性」事件，引起台灣中醫界的軒然大波，也造成民眾對服用中藥的恐慌。這個事件突顯了以往台灣人使用中草藥觀念的不正確和醫藥常識的貧乏。

根據大陸北京「藥品不良反應」報告，中藥（包含中藥和民間草藥）已經和西藥的抗生素、解熱鎮痛劑並列為藥物不良反應的前三大禍首。而在台灣，市場上仍然充斥著許多良莠不齊的中草藥商品，其中包括一般坊間宣稱據有「體質調養」功能的衛生署『食』字號產品。民眾對中草藥的使用觀念必須改變，有正確的觀念才能保護自己及家人的安全，在使用中草藥治療疾病的時候得到更多的保障。以下是給大家的一些建議：

一、認清"中藥並非無毒"的觀念

一般人常認為吃中藥「有病治病，無病強身」、「天然物沒有毒性」，因而降低了對中藥副作用的戒心。其實中藥並非無毒，中醫古籍中早有記載中藥的副作用，並提出「藥即是毒」的觀念，藉以提醒醫師，用藥時要小心謹慎。例如早在三百多年前，「本草備要」（西元1694年）中就有記載：細辛"味厚性烈，不可過用"、葶藶子"久服令人虛"等，觀察到用藥後病人的副作用。更早的「神農本草經」（約西元前100-300年），經由臨床經驗，將中藥分成上品、中品與下品；其中"下品"藥，如附子、半夏、桃仁等，多為具有副作用的藥物，並且當時就已強調在使用上必須特別注意病人反應。這些藥物在用法、劑量上都必須受到限制。現代科學對藥物安全性做實驗，從基因、細胞的研究，到動物實驗及大型的臨床試驗，更能明確的發現其現代藥理機轉，也進一步探討藥物的毒性，這提供了病人及醫師更多的用藥資訊。惟有更了解藥物的副作用，醫師使用藥物時才更能夠掌握，病人也更能夠安心。

二、拒買不實廣告的產品

中草藥在台灣的濫用程度超乎想像，社會上充斥著各式各類的健康食品，有很多非主流媒體（第四台、廣播、報章與雜誌）的廣告標榜"特效"、"奇效"、"速效"，有的聲稱能根治糖尿病、高血壓、脂肪肝、白血病等等，事實上，如果稍具醫療常識，或請教專業醫療人員就會知道，這些大多誇大而不實的廣告，消費者花錢買到的常是無效、標識不明確，甚至不安全的產品，購買藥品最好選擇GMP合格藥廠的產品，因為GMP出產的藥品成分標示清楚，藥廠對安全性、有效性及藥物品質均有管控，非GMP合格藥廠出品的藥品常被視為非法的劣質品，還是不要輕易使用為妙。

三、不輕易相信偏方

民眾往往聽信親友的偏方，自行到藥房抓藥，甚至購買來路不明的草藥就回家煮來吃，這是非常危險的，病房中因為服用偏方而造成急性腎衰竭或藥物性肝炎的案例層出不窮，台灣常見誤食黃藥子造成猛暴性肝炎，就是一個典型的例子，要知道，這些偏方或許是某某人家傳的藥方，或許是某某廟裡的藥籤，或許某某人吃了之後覺得疾病改善很多，但是它們通常缺乏明確的現代藥理研究，也沒有大規模的臨床試驗，僅是鄰居街坊口耳相傳的話題，茶餘飯後聊聊可以，但絕不足採信，相信偏方等於是把自己當作白老鼠，服用後可能遭受的後果危險而不可預期。

四、經過專業醫師處方用藥才有保障

看病找專業醫師是最基本的認知，現代社會強調專業分工，醫師也不例外。要吃西藥就要找西醫，吃中藥就要找中醫。尤其是中醫最強調體質，不同體質的人有不同的用藥方式；小孩、孕婦、老人也都有特殊用藥方法和禁忌。例如孕婦忌用的藥物就有數十種，老人形體衰弱不可使用氣味強悍之藥，小兒臟腑嬌嫩用藥過於寒涼易損脾腎，過於溫熱又易化火傷陰等。又如「本草備要」中說辛夷這味藥是「氣虛火盛者忌用」、黃連則是「虛寒為病者忌用」，諸如此類，要給病人開出一帖藥是須要審慎思考、小心拿捏，這個層次惟有專業醫師才能夠給病人把關。反觀，台灣民間流傳許多所謂「驗方」、「特效藥」與「家傳秘方」等，仔細深究，許多都是口耳相傳的草藥，或許真有其效，但是潛藏許多用藥安全問題，諸如：適用時機迥異、作用機理不明、劑量觀念不清、垂手可得無須處方以及真偽難辨等等問題。但是許多民眾，還是盲目聽信、以身試藥，這樣的用藥習慣，其實極需教育加以改善。而醫藥界更是需要本著專業責任，加緊研究，釐清讓許多混沌不清的問題，使一般民眾有所遵循。

中草藥雖然是古中國的產物，今日的科學研究卻一再的證明它們在疾病治療上有著不輸於西藥的重要角色，而醫師和民眾都不能再堅持舊時代的想法，不能用以前"偏方"的想法來看待中草藥，要以科學的眼光來看待中草藥，因為科學的驗證才是強而有力的保障，無論是吃中草藥來治療疾病，亦或是用來強身保健，有科學與專業做為後盾，才能吃得安全、吃得安心。