

中藥煎煮

門診中醫部

中醫師建議的中藥材處方，需煎煮成湯劑後服用。煎煮藥材時，應使用煎藥壺、陶瓷鍋、砂鍋或不鏽鋼鍋具等。不可使用鐵鍋、鋁鍋或銅鍋煎煮，以免鍋具的微金屬物質與藥材發生化學反應，影響藥效。以下為煎煮方式介紹：

一、自動煎藥壺煮法

1. 先將藥材放入煎煮壺後倒水，水量高出藥材面約 2 公分，浸泡半個小時。
2. 按下開關進行煎煮。煎煮完成後，先將藥湯倒出，放涼備用。
3. 接著進行第二次煎煮，加入的水量與藥材面平行即可，按下開關進行煎煮。
若為有加熱芯棒的煎藥壺，水面至少須超過加熱芯棒。
4. 第二次煎煮完成後，將藥湯倒出，與第一次煎煮的藥湯混合，依照醫師囑咐的次數，分次服用。

二、瓦斯爐煎煮法

1. 先將藥材置於鍋具後倒水，水量約高出藥材面 2 公分，浸泡半個小時。
2. 先用大火煮至水滾，接著轉小火繼續煎煮 30 分鐘後關火。將煎煮完的藥湯倒出，放涼備用。
3. 接著進行第二次煎煮，加入的水量與藥材面平行即可。煎煮的火侯與第一次煎煮相同。
4. 第二次煎煮完成後，將藥湯倒出，與第一次煎煮的藥湯混合，依照醫師囑咐的次數，分次服用。

三、食物共煮法（醫師有建議藥材可與雞肉或排骨一同煎煮成藥膳服用時）

1. 先將一起燉煮的雞肉或排骨汆燙去血水。
2. 若使用電鍋燉煮，將食材與藥材一同放入內鍋後倒水，水量約高出食材與藥材面 2 公分。外鍋放 2 杯水 (300 mL)，燉煮至電鍋開關跳起。
3. 若使用瓦斯爐燉煮，將食材與藥材一同放入鍋具後倒水，水量約高出食材與藥材面 2 公分。先用大火煮至沸騰，再轉小火燉煮一個小時。
4. 燉煮完成的藥膳，建議三天內吃完。未吃完的藥膳，要放冰箱冷藏，避免壞掉。

四、茶飲煎煮法（醫師有建議藥材煮成茶飲，代水飲用時）

1. 先將適量的水 (2000 mL-3000 mL) 的水放置於適當鍋具中，大火煮沸騰後，放入藥材，以小火加蓋煮 10 分鐘。
2. 接著熄火，悶泡 10 分鐘後，將藥材撈起丟棄，其悶泡後的茶飲放涼即可飲用。
3. 未服用完的茶飲，請置於冰箱冷藏，避免壞掉。

五、其他注意事項

1. 藥材買回家若未即時煎煮，需放冰箱冷藏保存。
2. 若同時須服用西藥，建議西藥與中藥需間隔一個小時以上。

參考文獻

陳慧珊 (2019) · 服藥護理 · 張永賢、張曼玲總校閱，中醫護理學概論 (四版，278-284 頁) · 新文京。

制定：2013/09；修訂：2023/05；審閱：2023/10

本著作非經著作人同意，不得轉載、翻印或轉售。

著作權人：高雄醫學大學附設中和紀念醫院

