

#### 4. 空腹服

具有滋补作用的汤药，宜早晨空腹服用，以利于充分吸收。用于驱虫或治疗四肢血脉病的药物也宜空腹服。

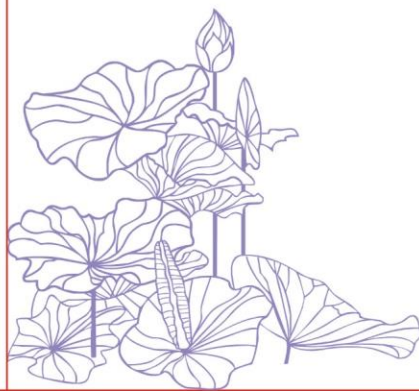
#### 5. 睡前服

一般在睡前15~30分钟服用。补心脾、安心神、镇静安眠的药物。

#### 6. 隔夜服

主要是指驱虫药，睡前服1次，第二天早晨空腹再服用1次，以便将虫杀死排出体外。

值得注意的是，急性重病应不拘时间尽快服药或频服(每隔1-2小时服一次)，慢性病则要按时服药。总之，服中药的时间要根据病情和药物的性质来定。以尽量发挥药物的预防、治疗作用，减少不良反应为原则。



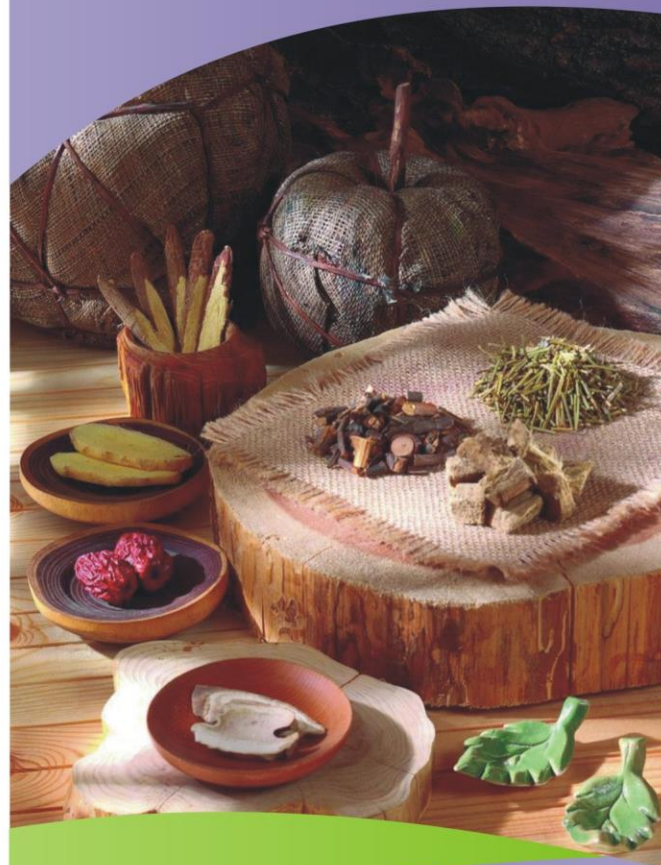
禅医官方微信号  
Official Wechat

地址：广东省佛山市石湾三友南路3号  
官方网站：[www.fscyy.com](http://www.fscyy.com)  
参考资料：无

制作日期：2017年7月  
编码：ZYK-折页-中文-235-01

中医科制作

## 服用中药的 注意事项



咨询热线：0757-82263333



佛山市禅城中心医院  
Foshan Chancheng Central Hospital

## 服药禁忌 >>

为了保障中药的疗效，使其更好的发挥其治疗作用，服用中药时是需要对一些食物忌口的，通常应该注意的有以下几点。

### 1. 忌浓茶

一般服用中药时不要喝浓茶，因为茶叶里含有鞣酸，浓茶里含的鞣酸更多，与中药同服时会影响人体对中药中有效成分的吸收，减低疗效。

### 2. 忌萝卜

因为萝卜有消食、破气等功效，服用补气中药时不宜吃生萝卜(服理气化痰药除外)，吃萝卜会削弱人参等的补益作用，降低药效而达不到治疗目的。

### 3. 忌生冷

生冷食物性多寒凉，难以消化。生冷类食物还易刺激消化道，影响胃肠对药物的吸收。特别在治疗“虚寒”、“痰湿”等病症时应该避免进食生冷食物。

### 4. 忌辛辣

热性辛辣食物性多温热，耗气动火。如服用清热败毒、养阴增液、凉血等中药或痈疡疮毒等热性疾病治疗期间，须忌食辛辣。如葱、蒜、胡椒、羊肉、狗肉等辛辣热性之品，如若食之，则会抵消中药效果，有的还会促发炎症，伤阴动血(出血)。

### 5. 忌油腻

油腻食物易助湿生痰，滑肠滞气，不易消化和吸收，而且油腻食物与药物混合更能阻碍胃肠对药物有效成分的吸收，从而降低疗效。

### 6. 忌腥膻

一般中药均有芳香气味，特别是芳香化湿、芳香理气药，含有大量的挥发油，赖以发挥治疗作用，这类芳香物质与腥膻气味最不相容。若服用中药时不避腥膻，往往影响药效。尤其是那些过敏性哮喘、过敏性鼻炎、疮疖、湿疹、寻麻疹等过敏性疾病患者更应注意。发作期间避免进食鱼、虾、海鲜，牛、羊肉等。



## 服药时间 >>

### 1. 饭前服

一般在饭前30~60分钟服药。治疗肠道疾病，肝肾虚损或腰以下的疾病宜在饭前服药。

### 2. 饭后服

一般在饭后15~30分钟服药。病位在上，如治疗心肺胸膈、胃脘以上的病症，在饭后服用，可使药性上行。对胃肠有刺激作用的药，在饭后服用可减少对胃肠黏膜的损害。毒性较大的药，也宜在饭后服用，避免因吸收太快而发生副作用。

### 3. 餐间服

在两餐之间服药，避免食物对药物的影响，治疗脾胃病的药宜餐间服。