

# 当药品遇到调味品

一日三餐离不开油、盐、酱、醋、糖。当它们遇到药品，会发生怎样的变化，是否会影响药物疗效，在服药期间应该如何正确使用调味品。这一系列问题确实需要引起我们的重视。

编者

花生油、豆油、芝麻油等植物油可增强降脂药物的效果。动物油如猪油、羊油、鸡油等，可增加体内脂肪储存，而降低降脂药物的功效。所以在服用降脂类药物时，不宜多吃动物油，可以适当多吃一些植物油，以增强降脂药物的功效。

大量食用动、植物油时，不宜服用铁剂

(如硫酸亚铁、富马酸铁等)。因为油脂能抑制胃酸的分泌，从而减少铁在胃肠道的吸收。

实验证明，高脂肪性的食物会降低强力霉素、盐酸四环素胶囊的吸收，可分别降低这两种药物20%和50%的吸收率，影响其药效发挥。所以，在服用这两种药物时，应当控制脂肪的摄入量。

驱虫类西药多为脂溶性药物，且只在肠道内发挥局部治疗作用。如果摄入过多油脂含量高的食物，可促使驱虫药在体内被吸收，既增加了对人体的毒性，又降低了疗效(在肠道内的药物浓度降低)。

盐 盐的主要成分是氯化钠。食盐可降低降压药、利尿药、肾上腺皮质激素等药物的疗效。所以，在服用以上药物时，应尽量少吃盐。

风湿病伴有心脏损害者，在使用水杨酸钠治疗期间，要限制食盐的摄入量，因为钠可诱发或加重充血性心力衰竭。

服用可乐宁、优降宁等降压药物或解热镇痛药物保泰松时，如用淡盐水送服，会加重这些药物的“钠滞留”作用，容易产生水肿或导致血压升高。

食盐还可加速碘在人体内的排泄，故服用碘剂的病人应采用低盐饮食。

酱 酱的原料是大豆，而大豆中含有丰富的钙、镁等金属离子。在服用四环素族抗生素时，不宜

食用酱。因为四环素族抗生素会与这些金属离子形成络合物后，不易被胃肠道吸收，从而降低抗菌效果。抗结核药雷米封与酱同服，同样能形成络合物，使药物的抗菌效果降低。

在服用单胺氧化酶抑制剂(如优降宁、甲基苄肼、苯二肼等)时，不宜食用酱类，否则会起起恶心、呕吐、腹痛、腹泻、头痛、头晕甚至高血压反应等副作用，不仅降低药物效果，还会增加痛苦。

醋 在服用碳酸氢钠、碳酸钙、氢氧化铝、胰酶素、红霉素、碘胺类等碱性药物时，醋会与药物发生中和作用而消减药效。所以，服用上述药物时不要食用醋。

服用四环素类药物时吃一点醋，能增加药物在胃肠内的吸收，增加血药浓度，增强抗菌作用。另外，醋与吡喹酮同服，可增加药物在肾小管的吸收，提高肾组织内的药物浓度，增强该药物的抗菌作用。

糖 有些人吃中药汤剂怕苦，经常加糖来调味。其实，吃中药一般不宜加糖。这是由于糖会抑制某些药物退热的效果，还会干扰中药中所含的矿物质和维生素在人体内的吸收。

有些健胃药如大黄酊、姜酊、复方桂皮散、复方龙胆酊等能刺激味觉感受器并间接地增加胃液分泌，以达到帮助消化和增强食欲的目的。如果同时吃糖，会干扰、减弱这些药物的健胃作用。

另外，中药的化学成分很复杂，其中的蛋白质、鞣质等成分，若与红糖中的铁、钙等元素起化学反应，会使中药的某些有效成分凝固、变性、浑浊、沉淀，这样不但会影响药效，而且可能危害健康。

文/黄芳 王惟恒



## 岂有“一劳永逸”的降压药

### 药事警言

老李才40来岁，可是患高血压病已6年了。而且，他的血压一直比较高。6年来，他几乎吃遍了所有的新药，可都是吃药时血压下降明显，一停药血压很快就会升高。为此，他很是烦恼。老李渴望有一种好药，能根治自己的高血压。他说，即使价钱再贵，也在所不惜。

这种好药终于出现了！这天，老李看到一则“根治高血压有良方”的广告。广告上说，该药是在祖传秘方基础上，通过高科技技术研发而成。老李和对方联系后得知，该药一个星期明显见效，10天为一疗程，一个疗程药费2000元，连服3个疗程可完全治愈。

虽然药费很贵，但老李觉得“便宜没好货，好货不便宜”，只要病能治好，就是再多花些钱也值。于是，他先买了一个疗程的药试用。服用一个星期后，他的血压下降了。他非常高兴，立即又汇了两个疗程的药费给对方。

服用期间，老李的血压都很正常。全疗程服完后的一周内，老李又量了几次血压，也都很正常。他得意地想，这回的药果然用对了，不愧是祖传秘方和现代高科技相结合的产物！

可是，老李得意没几天，头又突然痛了起来。以往他血压一高头就痛，老李知道，一定是自己的血压又高了。他赶紧去看医生。果然，医生说老李的血压又升高了。

当医生知道了“根治高血压有良方”的故事后，告诉老李，高血压病是不能根治的，患者基本上都得终身服药，而且必须在专业医生的指导下根据个人的病情，选择合适的正规药物。另外，医生还提醒老李，邮购药品的质量难有保障，如果吃出了问题，可就悔之晚矣。以后如果遇到类似的事，一定要多多个心眼，捂紧自己的钱袋子，以免上当受骗。 文/江春

## 颈椎病的外敷治疗

颈椎病是中老年人的常见病，多由颈部外伤、劳损、风湿等因素诱发。临床实践证明，中药外敷法治疗颈椎病可取得显著效果。

热敷法 用威灵仙、五加皮、苍术、乳香、没药、白芷、三棱、莪术、木瓜、细辛、黄柏、大黄、赤芍、红花、冰片等量，分别研细末，调匀，加食盐和黄酒适量，炒至糊状，装入两个棉布袋内，置锅内蒸到40摄氏度左右，直敷患处。两袋交替使用，每次30分钟左右，早晚各1次，药物袋可反复使用数次。

敷贴法 用制附片、桂枝、麝香、蟾酥研成细末调匀，加食醋适量调成糊状。临床治疗时，如体质偏热者加冰片、雄黄，偏湿者加苍术、珍珠，血虚者加当归、赤芍，肾虚者加黄芪、巴戟天，研末调匀，外敷患处，每周1-2次。

涂擦法 将中药制成药酒剂、油剂或软膏等涂擦在患处。如复方马钱子药酒：制马钱子、草乌、威灵仙、三七、姜黄、水蛭、乌蛇、冰片等适量，用75%的酒精浸泡5-7天可用，涂擦颈部，每日4-6次，连续用1个月。

药枕法 用羌活、独活、秦艽、防风、桑枝、葛根、赤芍、桃仁、细辛、补骨脂、川芎、五加皮、荆芥各等量，研末调匀装入布袋，制成枕头使用。

文/吴社群

### 家庭小药箱

一些自然因素的作用下溢出表面，表面出现油润状态；或者质地发生变化，药物内外色泽加深暗淡，或者产生“哈喇”味的现象，称为“泛油”，也就是俗称的“走油”。

例如：柏子仁、桃仁、杏仁、火麻仁、郁李仁、白果等，出现果仁内

有无存在干枯、粘连等现象。如枸杞子表面色泽发暗、发黑，因糖分溢出而互相粘连，基本上就可以判断已经“泛油”了。

手摸 用手来直接检查药物的疲软程度，表面有无油腻感及发粘等现象。如党参，如果表皮内外色泽暗淡，断面有油溢出，且手感疲软粘腻，即为“泛油”。如乌梢蛇，如果蛇体呈灰暗色或者色泽暗淡，折之疲软不易断开，就是“泛油”了。

鼻闻 通过鼻闻药物发出“哈喇”味或者其他异常的刺激性气味时，也可以判断此药物已经“泛油”了。如刺楸皮，其发出的气味是特有的腥臭味，如果产生异常气味，很可能已经“泛油”了。

“泛油”的产生多因药品处于高温、潮湿的储藏环境，以及药品储藏过久所致。“泛油”会导致中药

饮片内部组织破坏、糖分和蛋白质流失、脂肪酸败，从而使药物的疗效降低或消失。所以，家庭储存中药时一定要合理储备、定期检查。

对易于“泛油”的中药，应储藏在干燥、阴凉处。装药材用的器皿应为干燥卫生和密闭性能较好的容器。

### 调理“泛油”药

已经“泛油”的药物有些可以根据具体的“泛油”程度和中药材自身所具有的特性采取不同的方法调理：

1. 晾晒法 常用于易受潮的植物类药材。如当归、防风、党参、黄芪、牛膝、麦门冬、柏子仁、枸杞、太子参等。如柏子仁可以晾晒几小时，待凉后再装包储藏。

2. 烘干法 烘干法的使用应分别对待，对含挥发油较多的中药材及其中药饮片，应将温度控制在50℃以下；对于昆虫等动物类药材，应将温度控制在不出出现焦黑、肢体断裂等情况以下。

3. 炒炙法 九香虫如出现“泛油”，可以使用炒炙法。把九香虫放入铁锅内加热炒干，出锅后放在绵纸上，待其吸附表面油脂后，密闭保存。

文/甘小冬

## 中药“泛油”怎么办

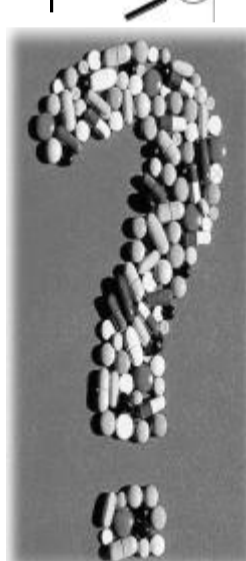


### 检查“泛油”药

眼观 目测药物内外色泽的细微变化，表面是否有油渍溢出，

## 服用六神丸 注意有三忌

### 用药安全



六神丸由牛黄、冰片、珍珠、雄黄、蟾酥、麝香等制成，有清心透窍、解毒消炎的功效，对咽喉肿痛、牙周炎、痈疖等症都有较好的疗效。很多家庭的小药箱中都有此药。但是，六神丸虽好，若使用不当，后患无穷。使用该药时除说明书上注明的“孕妇忌服”外，尚须注意以下三忌：

婴幼儿忌过量服用 小儿正在生长发育时期，许多生理特点与成人不同，对药物的反应有明显差异。有些家长为了使病儿迅速康复，往往超量用药，从而带来诸多意想不到的后果。六神丸的治疗剂量对成人无严重不良反应，但对小儿却易引起中毒，甚至危及小儿生命。有一位年轻的妈妈给宝宝一次喂了10粒六神丸，结果孩子出现了呕吐、腹痛、四肢湿冷等中毒反应，经抢救才化险为夷。像这样因过量服用而中毒的幼儿病例时有报道，应引起家

长的高度重视。心脏病患者忌服 六神丸主要成分之一的“蟾酥”，是蟾蜍(俗称癞蛤蟆)分泌的毒液加工而成的，具有抗炎消肿、强心、止痛等功效，但是一次服用过量或多次过量蓄积，则易造成蟾酥中毒。蟾酥损害心肌组织，中毒反应快的只要20分钟就可出现症状，病人常有头晕、心悸、心动过缓、血压下降、发绀、四肢及口唇发麻等表现，严重者抽搐、昏迷甚至死亡。故心脏病病人应慎用六神丸。

忌久服六神丸 六神丸所含成分大多气味芳香，辛散走窜，易耗气伤津。主要成分之一的雄黄是矿物质硫化砷，长期使用有可能发生慢性砷中毒，损害肝脏和肾脏。故不宜久服，以免蓄积中毒，用药剂量也应从严掌握。 从中医角度来看，只有肺胃热盛、热毒内炽的热证，才适宜使用六神丸。若肝肾阴虚、虚火上炎，或肝气郁结之咽喉病症，均非六神丸所宜。 文/阿联

本版用药方法请在使用前请教专业医生及药师。——编者