

喝中药的不良反应有哪些

邛莫妹妹

井研县三江镇卫生院 四川井研 613100

〔中图分类号〕R28 〔文献标识码〕A 〔文章编号〕2095-7165 (2023) 12-101-02

中药,作为我国传统医学的瑰宝,承载了千年的医疗智慧。它在治疗和调理方面具有独特的优势,为无数患者带来了康复的希望。然而,正如任何医疗手段一样,中药在发挥治疗作用的同时,也可能带来一些不良反应。这些不良反应可能源于中药本身的特性、使用方法,或者是患者个体差异等多种因素。本文将深入探讨喝中药可能产生的不良反应,以及如何科学、安全地服用中药。

一、喝中药的不良反应有哪些



1. 过敏反应

部分人可能对中药中的某些成分产生过敏,表现为皮肤瘙痒、红肿、荨麻疹、呼吸困难等。严重的过敏反应可能导致休克,甚至危及生命。这类反应多发生于对某种中药成分敏感的人群中,应避免再次使用该药物。

2. 消化系统反应

如恶心、呕吐、腹泻、胃痛等。这可能与中药的成分、煎煮方式或个体差异有关。一般来说,轻度不适可自行缓解,若症状持续或加重,应及时就医。

3. 肝肾损伤

某些中药成分可能对肝肾造成损害,长期或过量使用可能导致肝功能或肾功能异常。在使用中药过程中,应定期进行肝肾功能检查。

4. 中药中毒

某些中药具有毒性,使用不当可能导致中毒,严重时危及生命。这类药物如附子、乌头等,应严格控制剂量,并掌握使用方法,遵医嘱使用。

5. 其他不良反应

此外,还有可能出现头痛、眩晕、心悸、心律不齐等症状。若不良反应持续或加重,应及时就医,寻求专业医生的帮助。

二、不良反应的原因

1. 药物成分过敏

某些中药成分可能引起机体的过敏反应,导致上述各种

症状。不同个体对药物的反应不同,过敏体质的患者更容易出现过敏反应。

2. 药物剂量与使用方法不当

中药的使用剂量和煎煮方法都有讲究。剂量过大或煎煮不当可能导致不良反应,如胃肠道刺激、肝肾损伤等。

3. 个体差异

每个人的体质不同,对药物的反应也有所不同。

4. 药物间的相互作用

同时使用其他药物时,可能产生药物间的相互作用导致不良反应。例如,某些中药可能与西药产生化学反应,影响药效或增加不良反应的风险。

5. 药材质量与炮制问题

中药材的质量受多种因素影响,如产地、采收季节、炮制方法等。药材质量不佳或炮制不当可能导致药效不稳定,增加不良反应的风险。

6. 患者自身疾病与状态

患者自身患有其他疾病或处于特殊生理状态(如妊娠、哺乳期等)时,对药物的反应可能有所不同,也可能增加不良反应的风险。

7. 不当配伍与禁忌

某些中药之间存在配伍禁忌,如果同时使用不当可能导致不良反应或降低药效。例如,十八反、十九畏等经典配伍禁忌需特别注意。

8. 其他因素

如患者自行更改剂量、误服过量中药、不遵医嘱等也可能导致不良反应的发生。此外,煎煮方法不当也可能影响药效和安全性。

三、常引起不良反应的中药有哪些

1. 朱砂

主要成分是硫化汞,可能导致汞中毒,损害中枢神经、肾脏、消化道。

2. 何首乌

生首乌服用量过大可能对胃肠产生刺激作用,出现恶心、呕吐、腹泻、腹痛等不适症状。

3. 附子

具有毒性,可能导致胃肠道反应、呼吸系统反应、心血管系统反应等。

4. 细辛

具有毒性,可能导致中枢神经系统反应和肾脏损害。

5. 马钱子

具有大毒,可能导致胃肠道反应、神经系统反应等。

6. 雄黄

(下转第 102 页)

抑郁症患者用药成依赖，到底该不该用药治疗？

赵林林

哈尔滨医科大学附属第二医院 黑龙江哈尔滨 150081

[中图分类号] R749.4 [文献标识码] A [文章编号] 2095-7165 (2023) 12-102-01

抑郁症患者用药成依赖，到底该不该用药治疗？这是一个让人困惑的问题。让我来给你一些科学的解释，帮助你更好地理解这个问题。

首先，我们要明确一点，抑郁症是一种严重的心理疾病，需要得到适当的治疗和管理。药物治疗是抑郁症治疗的重要手段之一，可以帮助患者缓解症状，改善生活质量。然而，一些抑郁症患者担心用药会导致依赖性，这是一个合理的担忧。确实，一些抗抑郁药物可能会产生一定的成瘾性，但这并不意味着所有患者都会成瘾。药物成瘾性的发生与个体差异、药物类型和使用方式等因素有关。

对于抑郁症患者来说，是否使用药物治疗应该根据病情的严重程度来决定。对于轻度抑郁症，我们可以尝试一些非药物的治疗方法，如心理疏导、认知行为疗法、运动疗法等。这些方法可以帮助患者调整心态，缓解症状，而不需要依赖药物。然而，对于严重抑郁症患者来说，药物治疗是必不可少的。抑郁症严重时，患者可能无法通过非药物方式有效缓解症状，这时使用药物是必要的。药物治疗可以帮助患者恢复正常的生活功能，减轻痛苦，为其他治疗方法的实施提供基础。当然，我们也要注意药物治疗的风险和副作用。在使用药物治疗时，我们应该遵循医生的建议，按照剂量和使用方式进行合理用药。同时，我们也要密切关注自身的身体和心理变化，及时向医生汇报，以便及时调整治疗方案。

此外，我们还要明确一点，抑郁症是一种需要长期管理的疾病，不能指望一次药物治疗就能完全解决问题。药物治

疗只是抑郁症管理的一部分，我们还需要结合其他方法来维持心理健康。除了药物治疗，心理疏导和心理治疗也是非常重要的。通过与专业心理咨询师或心理医生的交流，我们可以了解自己的情绪和心理状况，学会应对压力和负面情绪的方法，建立积极的心态和健康的心理机制。我们还可以通过改善生活方式来辅助治疗抑郁症。良好的饮食习惯、适量的体育锻炼、规律的作息时间和充足的睡眠都对心理健康有积极的影响。我们可以选择健康的食物，如蔬菜、水果、全谷物和富含 Omega-3 脂肪酸的食物，同时避免过度依赖咖啡因和糖分。适量的运动可以释放身体的压力，增加身体的活力和快乐感。我们还要注意社交和支持系统的建立。与亲朋好友保持良好的沟通和联系，寻求他们的支持和理解，可以帮助我们减轻心理负担，增加自信和安全感。同时，参加一些兴趣小组、志愿者活动或社区活动，扩大社交圈子，增加社交互动，也有助于改善心理健康。抑郁症的治疗是一个综合性的过程，需要我们的坚持和努力。药物治疗是其中的一部分，但并不是唯一的解决方案。我们还需要结合心理治疗、健康的生活方式和社交支持来维持心理健康。

我们还可以通过改善生活方式来辅助治疗抑郁症。良好的饮食习惯、适量的体育锻炼、规律的作息时间和充足的睡眠都对心理健康有积极的影响。与亲朋好友保持良好的沟通和联系，寻求他们的支持和理解，可以帮助我们减轻心理负担，增加自信和安全感。最重要的是，我们要相信自己的力量，相信治愈的可能性。

(上接第 101 页)

含有砷元素，具有毒性，可能导致肝脏损害和皮肤刺激等。

7. 乌头碱

如川乌、草乌等，具有毒性，可能导致神经系统反应、心血管系统反应等。

8. 藜芦

具有毒性，可能导致神经系统反应和心脏毒性。

四、如何避免喝中药的不良反应

1. 了解中药成分

在用药前，应了解中药的成分，特别是可能对消化系统产生刺激的成分。如有不适，可与医生沟通，调整药物或剂量。

2. 注意煎煮方式

煎煮中药时，应遵循正确的煎煮方法。如煎煮时间过长或过短、火候不当等都可能影响药效，并可能引发不适。

3. 合理饮食

服药期间，应注意饮食卫生和搭配。避免油腻、辛辣、生冷食物，以免加重消化系统负担。建议服药前后保持空腹或少量进食，以减轻不适感。

4. 个体差异考虑

每个人的体质和耐受性不同，对于某些人来说可能对某些中药成分更敏感或容易出现不适。如出现消化系统不适，应与医生沟通，考虑调整药物或剂量。

5. 观察症状

如出现轻度不适，可先观察症状变化。轻度不适可能随着药物作用的发挥而自行缓解。如症状持续或加重，应及时就医，并告知医生正在服用的中药。

6. 配合其他治疗

如同时进行其他治疗（如西医治疗），应告知医生正在服用的中药，以避免药物间的相互作用或不良反应。

7. 定期检查

长期服用中药的患者，应定期进行肝功能、肾功能等检查，以便及时发现并处理不良反应。

总之，为了避免喝中药引起的不良反应，患者应了解中药成分、注意煎煮方式、合理饮食、个体差异考虑、观察症状变化、配合其他治疗、定期检查以及保持警觉。通过这些措施的综合应用，可以降低不良反应的发生率，确保用药安全有效。