

# 正确用中药 别让治病变致病

□半岛记者 徐军

最近,一条“11岁女孩喝了妈妈煮的‘水’,一夜之间手脚变形、瘫痪了”的消息,在朋友圈广为流传。这个看似有些惊悚的标题下,却是一个真实的悲剧:11岁女孩喝了妈妈泡的用来清咽利嗓的山豆根水,却因饮用过多出现了苦参碱中毒,最终孩子被诊断为中毒性脑病。山豆根是一种中药,但使用剂量有严格的限制,一旦超量则极易造成中毒。事实上,在我们身边一些中药虽然可以治疗疾病,但是如果未经过医生的把关,而简单听信偏方或者经验而使用、误用,极易造成严重的不良后果。本期养生周刊,记者采访了青岛海慈医院药剂科专家来解答如何避免不当地使用中药。



## 误饮妈妈泡的山豆根茶 11岁女孩患中毒性脑病

最近,这样一条新闻在不少人朋友圈转发,河南南阳11岁的女孩文文,在放学后因为口渴,一口气喝下了妈妈泡的一碗山豆根水(约50克山豆根),随后出现口角紧闭、头晕、呕吐等症状,后被松动医院诊断,最终被确诊为中毒性脑病。

文文因为脑损伤严重,基底节区严重受损,治疗难度很大。辗转全国各地医院求医,经过治疗,文文虽然清醒了,但无法说话,肢体运动能力和语言表达能力不如一个三四个大月的婴儿,全靠家人照顾。稍令人安慰的是,经过家人的精心照顾和文文的努力她终于站起来了。

山豆根在不少中药处方中都会用到,但这种药含有苦参碱,所以有毒性。在处方中,山豆根的用量一般控制在6克以内。

文文的妈妈之前也煮水喝过,想着山豆根可以治嗓子疼,但是从不知道山豆根摄入过多会中毒。几乎是转瞬之间,一个漂亮的女童的人生之路被改变,一家人陷入苦痛之中。

本报也曾经报道过一些类似的新闻。

平度的杨女士5个月大的小女儿拉肚子,寻医问药花了不少钱也没有太好的效果,此时,村里的老人给她推荐了一个偏方,用无花果叶子给孩子泡脚。结果,造成了化学性的皮肤灼伤,孩子脚上烫起了巨大的水泡,十分遭罪。而在杨女士女儿之后,还有一位小病号,也是在用无花果叶煮的水洗脚后,出现了严重的过敏反应。

此外,还有不慎食用一些植物一家庭6人因误食曼陀罗籽引发中毒,中毒原因为自制的米粉中有曼陀罗籽。该家庭用黑米、红豆、大米等打成米粉熬成米糊食用,误将曼陀罗籽当成黑芝麻使用。中毒后经医院救治,目前6名患者已康复出院。

## 中药并非都无毒副作用 用法用量均有严格要求

有人认为,中药无毒副作用,有人甚至未加详细了解,利用民间流传的偏方,把一些中药当成药品或者保健品滥用。俗话说“是药三分毒”,不论中药西药,药品本身对身体都会有或多或少的影响,如果在使用过程中

不注意用量和正确方法,结果造成了严重后果。

青岛海慈医院药剂科白小英副主任是中药专家,对于中药使用不当的一些现象,她接触过很多。“一些人以为中药就是树皮、一些植物,对中药不太了解,随便用中药不注意用量和用法,这其实是不正确的。”白小英告诉记者。

白小英介绍,在药典里,有28种毒性中药饮片和85种有毒的中药饮片。28种毒性中药饮片种包括人们常听说的生马钱子、雄黄、生川乌、生草乌等中药。85种有毒的中药饮片中,又分有大毒、有毒和小毒三类。“这些中药在使用中,都要严格限制使用的剂量和范围。”白小英介绍,比如造成上文提到的女孩问问中毒的山豆根,虽然具有清咽利嗓的作用,但是山豆根合适的剂量在3至6克内,超过这个剂量则会出现毒性。与山豆根相似的北豆根,属于有小毒的中药,使用起来也要十分谨慎。

除了一些有毒性中药外,即使是一些没有毒性的中药,使用起来也不是没有禁忌的。

白小英告诉记者,药都有偏性,如果不适宜个人体质而长期使用,对个人不但无益反而有害。比如山楂有消食健胃的功效,很多老年人没有食欲或者消化不良的时候喜欢咀嚼一些山楂,这几乎成为老年人养生的一个小窍门,不过,这个小窍门并非适合所有人。“对于脾胃虚弱的人来说,山楂吃多了对胃黏膜有刺激和收敛作用,效果适得其反。所以,脾胃功能虚弱的人不可以多吃山楂。”

## 无论偏方宣称多么有效 都需要找医生详加咨询

记者梳理发现,在中药被误用造成损害的背后,常常和民间流传的偏方有关。

因使用偏方造成身体损害的,可以说是屡见不鲜。比如,沧州一家媒体报道,黑龙江一对小两口在网上看到一个“吃仙人掌可以美容”的偏方信以为真,两人吃了用仙人掌炒的菜后中毒。邻居在楼道里发现虚脱的小两口后,马上拨打了急救电话才救了两人。武汉晚报报道过一位患银屑病10多年的男士,听说中药浴治疗这个病效果不错,他开始从网上买来中药包泡澡。四五个月后,小赵面部和下肢开始浮肿,渐渐蔓延到全身,后来被诊断为肾病综合征,如果再晚来就医,还可能造成急性肾衰竭。致病的

原因,就是在网购中药包中含有超量的金属汞。

一些民间偏方,因为在几代人之间广为流传而被人们常用于治疗一些简单的疾病。而与此同时,由于人们缺乏中药药理学知识,这些偏方在被人们利用的时候并没有经过仔细的辨别,这就存在了较大的安全隐患。

“比如何首乌,有些老百姓看到它有滋补的作用,能让白发变黑,就在菜市场上、在药贩子那里买来自己直接用,对于合适的剂量也没有一个准确的概念。但是,这样做很可能给肝肾造成损伤。”白小英告诉记者,与市场上不加处理直接卖的何首乌不同,在医院,大量的有毒性的中药都经过了反复的蒸煮加工之后,去除了毒副作用才用于临床,再加上有医生根据患者需要来判断用量和用法,这样以来,保证了患者的用药质量和安全,最大程度减少损伤。

一方面偏方流传甚广,历时长久,推荐者言之凿凿,让人容易相信、尝试,另一方面是可能潜在的不可知的危险。在这种情况下,应该怎样对待偏方呢?

针对这种情况,白小英提醒,一方面,不管偏方宣称有怎样的功效,在使用前,一定要找专业的医生或者药师咨询,参考医生的建议和意见;另一方面,服用偏方时要少量服用,一旦感到有不适要立即停止服用并尽快就医,并告知医生自己服用偏方的成分,便于医生尽快诊断和采取有效措施。

## ■相关知识 这些中药常被误用 如何使用谨遵医嘱

中药并非完全无毒非作用,用错或者误用一样会度身体造成很大的损伤。以下5种中药,是生活中常见的也是极易用错的中药,使用时最好咨询医生,在医嘱下使用,以免造成严重后果,千万别让治病的药变成了致病的毒。

### 1、何首乌

许多人都喜欢服用何首乌护发、补肾。但随着使用增多,其安全性也成为焦点。早在2014年,国家食品药品监督管理局就发布不良反应通报,提示何首乌有引起肝损伤风险。

何首乌有生熟之分,熟首乌有补肝肾、益精血、乌发的作用,而生首乌可治疟疾、润肠通便等。用其补虚、乌

发一定要选炮制后的首乌,即“制首乌”。

何首乌如果未经炮制,会含有一种蒽醌衍生物大黄酚,擅自滥用会对身体产生毒性,最主要的体现便是肝脏损害和刺激肠道充血。

### 2、番泻叶

出现便秘,许多患者会自行选择番泻叶来治疗。番泻叶确有不错的泻下作用,但更适合急性便秘,且一般用量5~6克即可。如果长期过量服用,它在肠道内代谢的蒽醌类似活性产物,易伤害肝脏。常出现畏寒喜暖、大便稀溏等症的脾胃虚寒者也不宜用。

另外,许多患者听信偏方,用大黄煮水治疗便秘。大黄中含大黄素等物质,一般每次1~5克比较适宜,长期滥用也会导致肝损伤。

### 3、艾叶

中医认为艾叶具有温经止血、散寒调经等作用。有些患者会用艾叶茶或艾附暖宫丸等中成药来治疗痛经,但不能长期、大量使用,甚至服用它来预防疾病。

研究发现,艾叶中含有的一些挥发油或水溶性物质,长期服用可对肝脏造成损伤,严重时甚至出现肝硬化等疾病。

一般建议,宜在经前3~5天开始服药。连服1周,若症状仍未缓解,应马上停药就医。

### 4、苦参

苦参可以清热燥湿,有些患者会自行长期服用苦参片,来自行治疗湿疹与慢性阴道炎。但要注意的是,苦参片仅适用于湿热蕴蓄下焦所致的阴道炎与湿疹,擅自服用可能耽误病情,甚至过量而伤肝。遵医嘱长期服用的患者,应定期复查,一旦出现肝脏问题,马上停药,必要时采取相应治疗措施。

### 5、白果

银杏树的果实,有润肺、止咳、平喘的功效。有些老年哮喘患者喜欢捡路边的白果泡茶喝。但未经炮制的白果核仁中含有银杏酸、苦杏仁苷等有毒成分。过量服用易导致腹胀,严重者甚至会出现肝中毒等问题。

一般情况下,白果炒熟后可将大部分的苦杏仁苷去除,使毒性减低。可将白果剥壳后泡水一小时左右再加热食用。但成年人一般一次不要超过10粒,儿童一定不要超过5粒。5岁以下儿童禁食。易出血和身体虚寒者也不宜食白果。