



中藥之煎法與服法



1. 煎藥容器最好使用陶瓷鍋罐或不銹鋼鍋，忌用鐵器或鋁鍋、銅鍋、錫鍋；理想燃煤是瓦斯，因可以控制火勢大小。
2. 將藥放入鍋內加冷水浸過藥面一至二公分，如有些藥物隨水浮起則稍攪拌，藥物經水浸溼約三十分至一小時再行煎煮。
3. 一般先用大火煎沸後改用中火或小火，以免藥汁溢出及過快熬乾；煎藥時不宜頻頻打開鍋蓋，以減少揮發油成份損失。
4. 一帖藥可煎二回，頭煎與二煎的濃度不同，應該把兩次煎液混合均勻，分二至三次飯後一小時溫服。留待下一餐喝的要放進冰箱，防止變質，飲前加溫。
5. 一般人買多日份中藥材，尚未用到的藥材應包妥放進冰箱冷藏。

