

藥材與重金屬

重金屬分佈環境之中，是自然存在的元素，會通過水、食物、空氣進入人體，當超過一定濃度時會對人體造成危害。雖然正常使用中藥材而引致單次攝入大量重金屬的情況罕見，急性中毒的風險也不高，然而，重金屬尤其是砷、鎘、鉛和汞等人體內無任何生理功能且可在體內累積，長期攝入可能對健康造成嚴重影響。



根據中醫師的指示 使用藥材



使用藥材前應先諮詢中醫師的意見，遵從指示煎藥，並按指定時間和份量服用；病癒即止，不可隨意長期服用。

從持牌的中藥材 零售商購買藥材

持牌中藥材零售商



從持牌的中藥材零售商購買藥材可保證藥材來自信譽的供應商，減少購買到因摻偽或不當加工導致重金屬含量較高的藥材之風險。

本小冊子內的資訊，可供發布或複製作非商業用途，但必須註明有關資訊是由衛生署中醫藥規管辦公室提供的。除非事先得到衛生署中醫藥規管辦公室的書面授權，否則嚴禁複製、改編、分發、發布或提供本小冊子內的資訊作商業用途。



衛生署中醫藥規管辦公室
網址： www.cmro.gov.hk

煎藥前先沖洗藥材



煎藥前應先以清水沖洗藥材，以去除附於表面含有重金屬污染物的泥沙。

使用陶瓷器具煎藥

× 鋁煲
× 銅煲
× 鐵煲



瓷煲 ✓
砂煲 ✓
瓦煲 ✓

金屬器具較易與藥材內的成分發生化學反應而釋出金屬離子，故煎藥時應使用性質較穩定的陶瓷器具。

應只飲用藥湯



藥材的有效成分在適當煎煮後已溶入藥湯中。研究顯示，即使所用藥材曾受重金屬污染，經煎煮後大部分的重金屬仍然會保留於藥渣中，所以市民應只飲用藥湯而不食用藥渣。

正確的煎藥方法可參閱：

https://www.cmro.gov.hk/html/b5/useful_information/public_health/pamphlet/Preparing_Herbal_Decotions.html

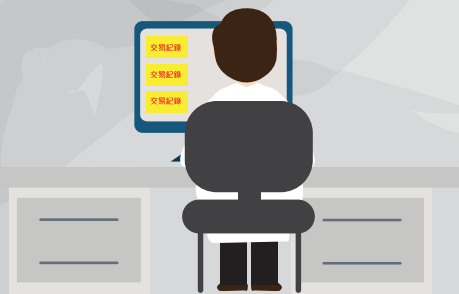


從有信譽的供應商採購藥材



中藥材批發商應從有信譽的供應商採購藥材，中藥材零售商應從持牌中藥材批發商採購藥材，以確保藥材符合安全標準。

妥善保存交易紀錄



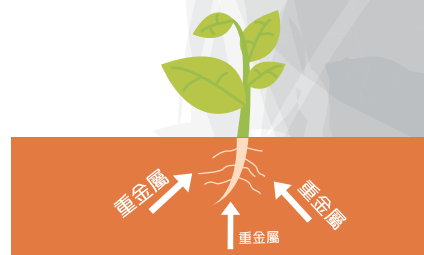
中藥材零售商及批發商應按《中藥規例》(香港法例第549F章)及香港中醫藥管理委員會制定的執業指引保存交易紀錄。一旦出現問題，可迅速地追溯到有關藥材的來源及流通情況。

藥材生長環境受到污染



例如土壤和水源受到重金屬污染，或是種植過程中不當使用農藥和化肥。

植物富集作用



部分植物會主動吸收土壤中特定的重金屬。

藥材加工過程中受到污染



炮製過程中使用了會釋出重金屬的容器或含重金屬的輔料。

來源自礦物的中藥



例如朱砂(主要含有硫化汞)和雄黃(主要含有二硫化二砷)為礦物類藥材，均含有重金屬。

重金屬的影響

砷

無機砷是人類致癌物，長期接觸可引起皮膚病變和發育問題。

鉛

長期接觸可降低兒童智商(IQ)，並增加成人罹患高血壓、心血管疾病及腎臟損傷的風險。

鎘

人類致癌物，主要在腎臟累積，可能導致不可逆的腎功能障礙、鈣代謝失調和腎結石。

汞

無機汞對皮膚、眼睛及胃腸道具有腐蝕性，並可能導致腎功能受損。有機汞(如甲基汞)可損害胎兒與兒童的神經發育，進而引起發育遲緩及行為問題。