

喝完中药,药渣别着急扔

孟凡繁

(巴中市中心医院 四川 巴中 636000)

【中图分类号】R25

【文献标识码】A

【文章编号】1674-1412(2021)09-0003-01

中医学是我国的传统医学,从古至今深受老百姓的信赖。在西医学不断发展的今天,中医学以其自身显著的疗效及独特魅力,在人们治疗及日常养生中起着不可或缺的作用。中医治疗常见手段包括中药汤剂、针灸、推拿等多种治疗方式。其中口服中药存在着药渣该如何处理的问题。中药熬制成药液之后,其过滤后的药渣中还残留着很多有效成分,有着一定的利用价值,尤其是一些名贵的中药,在煎煮之后还残留着较多的药效,白白倒掉无疑是一种浪费。因此,有的医生也会主动告诉患者,喝完中药后不要急着倒掉,还可以采取相应的措施进行处理,这样能够使中药的药效得到最大限度的发挥。接下来,本文将详细阐述如何将中药药渣“变废为宝”,最大限度地发挥药渣的作用,希望可以为广大人民群众提供有用的参考。

一、中药药渣处理不当的危害

中药药渣主要来源于中药饮片以及中成药的制作,还有很多含有中药成分的轻工产品,也会产生大量的药渣。有研究资料显示,中成药的生产是中药药渣的主要来源,超过70%的药渣都是由中成药的制作所产生。由于中药药渣通常为湿物料,很容易会出现变质的问题,还会产生极大的异味。尤其是在高温季节,这种情况就更加明显。通常,药渣都是采取堆放、填埋以及焚烧等方式进行处理,而对药渣的最常见处理措施则是堆放,药渣在堆放的过程中,受到风吹雨淋,很容易会对堆放地周围环境造成污染,情况严重时还会对浅表地下水造成污染。

二、中药药渣的残余成分

大多数人通常会将药渣视为废物而丢弃,这种想法无疑是错误的。因为中药在经过煎煮后,并不能将其中所有的有效成分煎煮出来,通常还会残留很多有效成分。有研究资料显示,在藿香正气水的药渣中,含有23.4%的粗纤维、8.1%的粗多糖、4.9%的粗蛋白以及1.4%的粗脂肪,还残留大量的铁、钙以及磷等微量元素。特别是很多名贵的中草药,即使采取针对性的提取措施,在药渣中还残留着一定的药效。所以,药渣有着极其巨大的“再利用”价值,而现在有很多人因为没有认识到药渣的作用,并没有对药渣进行合理的处置,这就造成了资源的极大浪费。

三、中药药渣的各种用途

第一,中药熏洗以及热敷。针对一些闪挫伤、风湿骨痛且无皮肤破损的患者,可以对药渣采用中药熏洗的方式进行再利用。

熏洗的具体方法:首先,在残留的药渣中,加入1000毫升的清水,文火煎煮15到20分钟,滤出药渣。然后,在煎煮好的药液中加入适量的醋以及白酒,就可以对肿胀或疼痛部位进行熏洗,每次30分钟左右。

热敷的具体方法:首先,患者需要根据自己患部的实际情况,提前准备好合适规格的小布袋。然后,在残留的药渣中加入100毫升白醋或100毫升白酒,并搅拌均匀,沥干水分,在保证布袋不滴出水分的情况下,就可以对自己的肿胀部位或疼痛部位进行热敷,每次30分钟左右。需要注意的是,在药渣变冷后,可以通过微波炉进行适当的加热,但要避免温度太高,防止对熏洗或热敷部位造成烫伤。

第二,熨烫。熨烫的方法与热敷有着很大的相似处,主要也是针对外伤未出现皮肤破损的患者。熨烫的具体方法为:首先,将残留的药渣进行过滤后沥干水分,加入500克粗盐,并搅拌均匀。然后,通过炒制或者是微波炉对其进行加热后,包

裹到布包之中,放置于肿胀或疼痛部位进行熨烫,能够起到活血化瘀、祛湿止痛以及舒筋活络等治疗作用。

第三,制作药枕。如果是睡眠质量差或者是失眠的患者,在接受口服中药调理的时候,可以将药渣制作为药枕。药枕的制作方法为:首先,需要将煎煮后的药渣滤出,通过晾晒或者是烘干的方式将其中的水分沥干,然后在加入适量的干陈皮,将其制作为枕芯,在睡觉时可以放在枕头下,从而起到安神助眠的作用。需要注意的是,在使用的过程中,要观察是否出现皮肤过敏反应,如红疹、发热以及瘙痒等。如果有过敏反应,则要及时弃用。

第四,足浴。将药渣放置到锅中加入1500毫升的清水,煎煮20分钟左右,并可以加入10克到20克左右的艾叶以及花椒,提高药渣的温通作用。在煎煮过后,将药液滤出,倒入合适的盆中,在其温度降至可浸洗的程度后,加入30克到40克左右的盐、适量白酒以及醋,就可以进行足浴。这一方法不仅可使残留药效通过皮肤黏膜吸收,补充口服中药的疗效。同时,因其具有温通之效,可通过改善末梢血液循环,起到养生保健的作用。

四、药渣外用的各种注意事项

患者外用药渣时,不要盲目地使用,而是要咨询专业医生,自己服用的中药药渣能否外用,得到医生的确定后,才能够外用药渣。同时,还有以下几点注意事项:

第一,在对药渣进行外敷式(足浴、热敷、熨烫以及熏洗等)使用时,最好是在每天临睡前进行,这样不仅具有治疗效果,还能够起到促进睡眠的作用。

第二,在对药渣进行外敷式使用时,需要合理控制时间,时间太短无法取得应有的效果,时间太长不仅不能增加效果,反而还可能产生副作用,如引起皮肤过敏等。通常情况下,15分钟到30分钟即可,而老年人以及高血压患者最好不要超过20分钟。

第三,在通过药渣进行熏洗和浴足时,最好不要使用铁盆、铜盆以及铝盆等金属器皿,因为金属器皿的某些化学成分很容易会与药物中含有的鞣酸发生化学反应,影响药效。最好是使用搪瓷盆、不锈钢盆以及木盆等。

第四,通常情况下,最佳的熏洗以及泡脚温度为40摄氏度左右,耐受力较强以及存在怕凉、怕风、容易手脚冰凉等虚寒病症患者,则可以将温度适当地提高一些。但是,如果患者存在关节疼痛伴发热、局部红肿热痛以及皮肤发红等症状,则需要将温度适当降低,并且外敷时间也需要适当缩短,避免其症状加重。

第五,如果患者存在皮肤破损以及过敏症状,则不适合使用药渣外敷。并且,如果患者在使用过程中出现不适症状,也要立即停止操作,并详细咨询专业中医师。

总而言之,随着中医疗效得到越来越多的患者认可,中药饮片作为中医治疗的主要手段,为更多的患者所接受。而中药煎制后产生的药渣该如何处理确实需要认真思考。因药渣中残留一定的药效,若能对药渣进行合理的利用,不仅能够最大限度地发挥药渣的价值,还能解决资源浪费的问题。除了文中讲到的通过熏洗、药枕以及贴敷等方式发挥药渣的残余药效,还可以将其作为牲畜饲料、添加剂以及花肥使用。因此,就需要根据药渣的药理性质以及化学性质,对药渣进行适当的再“加工”,从而更好地利用资源。