



如何避开“好看”的劣质药材?

这份通用鉴药法则请收好

中药材质量,关乎疗效,更系安全。面对市场上以硫磺熏制增白、化学原料漂洗、泥沙淀粉增重,甚至用伪品冒充正品的乱象,仅凭外观判断往往难以洞悉真相。如何避开“好看”的劣质药材,守住健康防线?本文将从形、色、气、味入手,梳理一套实用鉴别法则,助你练就辨识药材真伪优劣的“火眼金睛”。

警惕硫磺熏制

硫磺熏蒸可使药材外观漂亮、易于保存,但过度熏蒸会生成亚硫酸盐等有害物质,危害健康。简易鉴别要点如下:

闻气味:有刺鼻酸味者多经硫熏。可用热水冲泡后闻其气味,酸味更明显。

看颜色:颜色太鲜亮、惨白者要警惕。如百合正常应为淡棕黄色或微带紫色,若颜色非常洁白可能经硫熏。

舔试法:用舌尖轻舔药材表面,硫熏者常有酸味或涩味。

日晒法:将药材放在阳光下晒半小时,硫熏药材可能颜色变暗、发黄。

二氧化硫快检法:取药材样品约10克,放入密封袋中,加入少量温水(约50℃),密封后摇晃1分钟,打开袋口立即闻气味。如有明显刺鼻酸味,说明二氧化硫残留可能超标。也可用碘酸钾-淀粉试纸(网上可购)进行简易检测。

警惕化学漂白与染色

央视调查曾曝光,不法商贩使用工业烧碱、双氧水、荧光增白剂等化工原料处理霉变、虫蛀的劣质莲子,使其“变废

为宝”。简易鉴别要点如下:

颜色异常:颜色过于洁白或鲜艳,不自然。

表面异常:表面过于光滑,缺乏天然纹理。

气味异常:可能有化学试剂气味。

内部差异:掰开后内部颜色与表面不一致,或可见霉斑、虫蛀痕迹。

紫外灯照射:荧光增白剂在紫外灯下会有蓝白色荧光。

警惕掺伪增重

常见手法包括茯苓掺淀粉、药材中掺入泥沙等。简易鉴别要点如下:

碘酒测试:滴碘酒变蓝者掺淀粉(注意:测试后药材不可食用)。

指甲刮试:刮后有粉末脱落者掺淀粉或泥沙。

水试沉淀:泡水后杯底有明显沉淀者可能掺泥沙。

手掂重量:异常沉重者可能掺入金属粉末或矿物。

警惕以伪充真

常见的有丝棉木皮冒充杜仲、山杏果肉伪制黄精、热河黄精冒充玉竹、山银花冒充金银花等。简易鉴别要点如下:

掌握核心特征:每种正品药材都有其独特的鉴别点,如杜仲的胶丝、玉竹的嚼之发黏、茯苓的遇碘不变蓝。

多法联用:综合运用眼看、手摸、鼻闻、口尝、水试、火烧等多种方法。

对比鉴别:如有条件,可购买少量已知正品作为对照,对比鉴别。



劣质药材的危害警示

劣质药材不仅无效,更可能危害健康。

霉变药材:含黄曲霉毒素等强致癌物。央视调查中,不法商贩将霉变莲子经化学处理后销往药材市场。

熏硫过度:二氧化硫残留超标,刺激呼吸道和消化道,长期摄入危害肝肾功能。

化学漂白:工业烧碱、双氧水、荧光增白剂等化工原料残留,对人体有明确毒害作用。

掺伪增重:掺入淀粉的茯苓在潮湿环境中易滋生霉菌,产生毒素。

以伪充真:伪品与正品功效不同,误用不仅无效,还可能延误病情。

选购建议

1. 选择正规渠道:尽量去知名、正规的大药店或医院药房。

2. 不贪便宜:好药有成本,低价必有妖。价格明显低于市场价的药材要警惕。

3. 学会简易鉴别:随身携带“小工具”,掌握上述简易鉴别法,可避免大部分低劣药材。

4. 查看检测报告:大批量采购时可要求查看符合《中国药典》标准的检测报告。

湖南医药学院中医学院教授 健康管理研究所所长 骆敏

春分时节 做个火龙罐 告别“春困”

3月20日是春分,是二十四节气中阴阳平衡、昼夜均等的日子。此时,天地之气趋于中和,是人体调和阴阳、疏通气血的黄金时机。传统中医特色疗法——火龙罐,能助人体顺应自然,达到身心的平衡与焕新。

在临床上,火龙罐疗法集推拿、按摩、刮痧、艾灸、点穴、熨烫等功能为一体,具有祛湿散寒、舒筋活络、调和阴阳的作用。

春分时节,为何适合火龙罐调理

1. 解乏提神,赶走“春困” 春天老觉得睡不醒、没力气,那是身体里的寒湿没排出去。火龙罐的温热就像小太阳,能把这些“乏气”赶走,让人浑身轻松。

2. 疏通“堵点”,浑身舒畅 冬天活动少,气血容易“堵车”,脖子硬、肩膀酸、腰背僵。火龙罐能疏通淤堵,做完肌肉松了,关节也灵活了。

3. 安抚情绪,睡得更香 春天人容易烦躁、生闷气,火龙罐能帮助顺气,放松紧绷的神经。

4. 提升防御,少感冒 火龙罐能提高身体的抵抗力,让人不容易被风寒“偷袭”。

火龙罐的适应症有哪些

1. 颈肩腰腿疼痛疾病,如颈椎病、腰椎间盘突出、背部筋膜炎、强直性脊柱炎、肌肉劳损等。

2. 胃肠类疾病,如便秘、腹胀、消化不良等。

3. 妇科疾病,如月经不调、痛经、盆腔积液等。

4. 中医风寒湿所致的痹症。

湘南学院附属医院中医科 邓洁丽
审核:主任医师 梁攀



湖南道地药材③1

汝城升麻

汝城升麻来自菊科植物麻花头的干燥块根。汝城升麻又称“广升麻”(卫生部药品标准中药材第一册(1992年版)),与中国药典收录的“升麻”不是同一种药材。夏、秋季采挖,除去芦头及须根,焙干或晒干。

汝城升麻是华南地区应用的特色药材,在广东、福建地区习惯做升麻使用,湖南省汝城县所产品质最佳,《湖南省中药材标准》(1993年版)以“汝城升麻”之名收录,专销往广东和出口外销。

除了湖南汝城县外,其周边地区均有汝城升麻药材供应。汝城升麻的道地产区包括汝城县、桂东县、炎陵县等地。

根据《卫生部药品标准中药材第一册(1992年版)》规定,汝城升麻性味甘、辛,微苦寒。归肺、胃经。具有升阳、散风、解毒、透疹之功效。用于风热头痛、咽喉肿痛、斑疹不透、中气下陷、久泻脱肛、子宫下坠。

汝城升麻地方特色药材,应用相对专一。在2020年版《中国药典》中,以汝城升麻为原料的处方制剂只有新雪颗粒,用于外感热病、热毒壅盛证,症见高热、烦躁和扁桃腺炎、上呼吸道感染、气管炎、感冒等。

湖南省中医药研究院中药资源研究所所长 二级研究员 张水寒

脊髓损伤,中医特色疗法助力康复

脊髓损伤是由各种致病因素引起的脊髓结构和功能损害,多为外力所致,易造成损伤水平以下脊髓功能障碍,包括感觉和运动功能障碍、反射异常及大小便失禁等相应的病理改变,也就是常见的四肢瘫(颈段脊髓损伤)、截瘫(胸、腰段脊髓损伤),是一种严重致残性损伤。中医在脊髓损伤康复中可起到重要作用,具体来说主要包括以下几个方面。

针刺疗法

有效调节经络气血和脏腑功能

针刺疗法是依据中医理论,运用特制的金属针具,按照穴位准确刺入人体,以此刺激神经和促进血液循环,有效调节人体经络气血、脏腑功能,助力改善脊髓功能。在治疗过程中,采用局部取穴和循经取穴相结合的方法。

中药外敷

有助消肿通络、活血化瘀

通过辨证,选取具有舒筋通络功效的草药,经过碾碎打成粉后调成糊状,外敷于患处,再利用红外线灯在上方进行烘烤。调

配后的药物能更好地渗透,发挥消肿通络、活血化瘀的效果。

中药内服

守护神经元,促进恢复

辨证开出具有活血通络、温补元气的中药方剂,煎服,能对损伤区神经元细胞起到有效的保护作用。

恢复期康复锻炼

不可或缺的康复环节

这一环节在整个康复过程中起着至关重要的作用,涵盖了丰富多样的训练内容,例如增强损伤平面以下残留肌力训练、未损伤肌群肌力的强化训

练,还有增强代偿功能等,具体包含了肌力训练、ROM训练、抑制痉挛的训练等等。

在临床中,不少患者经过一段时间的住院治疗,病情有了不同程度的好转。如有的从起初只能卧床的艰难状态,到后来能够自己坐着轮椅在病区各处逛逛,再到手扶扶手在走廊走上几分钟,这些实实在在的变化,充分彰显了中医药特色治疗手段在脊髓损伤(截瘫)治疗方面的优势与成效。

常德市第二中医医院 杨帆