

中藥也含 重金屬嗎？

文 / 鄭朝駿 臺中慈濟醫院藥劑科中藥組藥師

Q：藥師，我最近上衛生福利部網頁發現，之前常服用的中藥被檢驗出含有重金屬汞，中藥是否如外界所說，都含有重金屬與農藥殘留呢？另外聽說很多大陸的中藥（例如葛根）都有燻硫磺，倘若要自己買，該如何找尋沒有農藥重金屬殘留的藥材呢？

A：在這資訊爆炸的年代，雖然民眾容易取得資訊，但不易判定網路資訊的真偽。中藥材大多來自天然物，因此容易遭受環境汙染，而含有重金屬、農藥殘留、黃麴毒素等物質，現今食安、藥安意識抬頭，民眾又該如何判斷藥材是否安全，吃得安心又有效？

環境汙染與中藥汙染

工業革命後，大量的石化產業蓬勃發展，雖然造就經濟起飛，卻也讓環境留下不可抹滅的傷害。工廠私下排放未經處理過的廢氣、廢水或廢土，導致許多土壤被重金屬汙染，讓中藥材成為首當其衝的受害者之一。

中藥材大多來自於自然界，包含動物、植物或礦物。在動、植物的生長過程中，倘若生長環境中的空氣、水源、土壤遭受到汙染，產生的藥材就可能遭受汙染。例如含有重金屬、農藥殘留的桑葉餵食蠶寶寶，這批蠶寶寶所產生的蠶砂就有很大的機會被驗出農藥殘留或重金屬。

廣義來說，植物性中藥材其實也是農作物，為了增加產能，減少病蟲害，栽種時或多或少都會噴灑農藥。其中最嚴重的是「有機氯農藥」，會影響動物的生殖能力，因為有機氯不像有機磷農藥有急性毒性，因此早期經常被使用。可怕的是，有機氯的半衰期長達五十年，因此就算大多數國家已禁用超過半世紀，土壤中的毒性仍有可能被植物吸收，進而被驗出農藥殘留。

所幸中藥有一個特點，就是會利用「炮製」來增加藥性與調節藥物功能，並減少藥物的副作用，使藥物便於保存。這項老祖宗傳承的智慧，讓遭受汙染的中藥材有了解決的方法，像有機氯這類的農藥，一般清水洗滌是無法去除的，但是經由炮製的過程，卻可以把農藥污染物破壞或分解掉。另



臺中慈院中藥局皆採用GMP藥廠所製造的濃縮科學中藥，並經由合格醫師、藥師層層把關，讓民眾能安心服用。攝影／馬順德

外，我們吃的濃縮科學中藥，都是經過 GMP 藥廠煎煮萃取後，將藥液噴灑在澱粉等賦形劑上製成的，因此科學中藥驗出農藥殘留的比例很低。

燻硫磺並不可怕 發霉藥材更需注意

中藥材燻硫磺？聽起來很可怕，但其實這是大陸早期保存藥材的一種方式。一般來說，中藥上殘留的硫磺除了會隨著時間遞減，煎煮前先泡水，然後等到煎煮的中藥材沸騰時，將鍋蓋打開讓水蒸氣散出，就能讓二氧化硫隨之散去，減少攝取的機會。

「蛀藥不蛀性，霉藥不治病。」這句傳統俗語說明了中藥材保存的重要性，藥材蟲蛀、發霉後，不但沒有治病效果，更會導致生病。以現代觀點看來，中藥材發霉後可能產生黃麴毒素，吃入人體內會造成肝炎、肝細胞壞死、延長凝血時間等嚴重後果，而且黃麴毒素需要攝氏兩百六十度以上的高溫才能破壞，在家煎煮藥材不太可能達到這種高溫，因此若發現藥材發霉，請直接丟棄，不要食用，才能維護身體健康。

中藥認證有保障 醫師診斷更放心

要如何挑選良好的中藥材，其實衛生福利部中醫藥司網頁上公告的文件就是很好的參考選項，只是這份名單不是代表被驗出含有重金屬或農藥殘留的黑名單，反而是指通過政府把關與背書，可安心食用的廠商。

衛福部公告的重金屬含量其實是指「限量標準」，也就是藥品出廠時必須檢驗的數值，當超過標準就不能販售，如果被抽驗到不合格，還會被依違反藥事法規定處以罰鍰。目前國內多家中藥大廠都有販賣常用中藥材的安心藥材（安全藥材），雖然品項外觀看起來較差，價格也偏高，但都有經過 GMP 藥廠對重金屬、農藥殘留及黃麴毒素的嚴格把關。

有些藥廠甚至還會放上 QR code，讓民眾用智慧型手機即時查閱這批藥材的生產履歷，以及各項檢驗報告。由於每個人適用的中藥不盡相同，民眾最好還是經由醫師診斷取得處方，再去購買中藥材，不要擅自購買使用，否則吃壞身體可就得不償失了。👤