



12種中藥鉛鎘砷超標 綠豆煮水可解重金屬



■在有關12種中藥材飲片重金屬測試中，其鉛、鎘或砷的含量超出2004年香港政府公布相關中藥重金屬含量的最高限量，但水銀含量均未超標。

涼血解毒飲（一人量）

材料：車前子30克、土茯苓30克、綠豆60克、炙甘草10克

製法：將材料洗淨，用10碗水煎一小時可代茶飲。

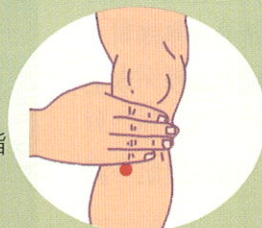
功效：可解重金屬、農藥的毒。民間智慧加上中醫的辨證論治原則對防治某些重金屬的慢性中毒有一定效果，常用的解重金屬中藥有土茯苓、金錢草、甘草、綠豆等。通過利尿藥如金錢草、車前子、澤瀉、豬苓等對加強尿液排泄重金屬有一定幫助。仍須強調，這些中毒排解重金屬的作用尚未見有正式的科研報告，成效未能肯定，在這裡提供只讓大家參考。如果懷疑身體有相關的中毒問題，最好盡快看醫生。

足三里穴（足陽明胃經）

定位：在小腿前外側，當犢鼻穴下三寸，距脛骨前緣一橫指

方法：用食指按壓足三里穴一分鐘，每天二至三次

功效：和胃健脾，通腑化痰，為保健要穴



■足三里有推動脾胃，補氣益血的效果。

上篇介紹了經常服用中藥人士血液中重金屬含量分析研究，本篇介紹研究的第二部分，即中藥材重金屬含量的分析。我們選取了由本地供應商供應的80種常用中藥材飲片（生藥材）及其相對應的中藥濃縮粉（由GMP廠生產）。所有藥材均經過分析，以測量鉛、汞、鎘及砷的含量，這四種重金屬是香港及澳門衛生署規定所有中成藥產品申請註冊時，必須測試的重金屬元素。



■利尿藥如金錢草對加強尿液排泄重金屬有一定幫助。

研究結果：

在80種受測試的中藥濃縮粉中，有50種含有至少一種相關的重金屬（鉛、汞、鎘或砷），但所有含量均屬極低水平，並未超出2004年香港政府公布相關中藥重金屬含量的最高限量。中藥材飲片方面，在80種受測試的藥材中，有12種其鉛、鎘或砷的含量超出2004年香港政府公布相關中藥重金屬含量的最高限量，但所有12種藥材的水銀含量均未超標。這12種藥材分別是川斷、川牛膝、半枝蓮、玉竹、白花蛇舌草、旱蓮草、法半夏、前胡、桂枝、連翹、龍骨和蟬蛻。鑑於這12種藥材的重金

屬超標，我們另外從不同的供應商購入相關的藥材（假設其來源不同），再次測試這12種藥材的四種相關重金屬含量，結果與第一次的測試結果差不多。這12種中藥飲片的重金屬含量超標情況，見於下表。

從表中可見，12種中藥材飲片中，有10種含鎘量均超標，由超標不足一倍至最高11倍多（蟬蛻），有八種藥材兩個批次均超標。蟬蛻的污染最明顯，兩個批次的蟬蛻含砷量及其中一個批次的含鉛量均超標（由一倍多至三倍多）。



■綠豆對防治某些重金屬的慢性中毒有一定效果。

12種超標中藥飲片的兩次化驗結果

分析項目		砷		鎘		鉛		汞	
參考標準		2.0 mg/kg		0.3 mg/kg		5.0 mg/kg		0.2 mg/kg	
供應商									
樣本	A	B	A	B	A	B	A	B	
川斷	<2.0	<2.0	0.5	0.8	<5.0	<5.0	<2.0	<2.0	
川牛膝	<2.0	<2.0	1.3	1.2	<5.0	<5.0	<2.0	<2.0	
半枝蓮	<2.0	<2.0	0.7	0.5	5.2	<5.0	<2.0	<2.0	
玉竹	<2.0	<2.0	0.4	0.4	<5.0	<5.0	<2.0	<2.0	
白花蛇舌草	<2.0	<2.0	2	1.9	<5.0	<5.0	<2.0	<2.0	
旱蓮草	<2.0	<2.0	1.6	1.6	<5.0	<5.0	<2.0	<2.0	
法半夏	<2.0	<2.0	1.3	1.2	<5.0	<5.0	<2.0	<2.0	
前胡	<2.0	<2.0	0.6	0.7	<5.0	<5.0	<2.0	<2.0	
桂枝	<2.0	<2.0	0.4	<0.3	<5.0	<5.0	<2.0	<2.0	
連翹	<2.0	<2.0	<0.3	<0.3	5.2	6	<2.0	<2.0	
龍骨	13.9	<2.0	<0.3	<0.3	11.2	<5.0	<2.0	<2.0	
蟬蛻	2.2	7.2	3.5	<0.3	<5.0	9.5	<2.0	<2.0	