

狗 年 趨吉避凶

蔡伯勵：金融平平 適宜保守
王序之：玄空三般卦 中國吉祥
李健麟：都天流年 股樓見頂
伍懷璞：東升西落 從善而隨



教買50隻「謎網股」
張公道、林少陽部署港股大時代
專訪百歲瑜伽大師 揭不老秘訣

藝術品金融
平民可投資



藥材二氧化硫超標 清水浸20分鐘

傳統上，有些中藥商會用「硫磺熏製」方式加工處理中藥材，以防蟲蛀及黴菌，甚至漂白以改善藥材的外觀，令藥材可以保存較長時間而不被蛀壞，但因此產生了二氧化硫的殘留污染，所以建議煎藥前用清水浸泡10至20分鐘，可有效去除殘留於藥材表面的水溶性有害物質（包括二氧化硫）。

2017年8月至10月，本港有政黨人士發現在市面購買的20個中藥材樣本中，有8個樣本的二氧化硫含量超過《中國藥典》標準上限，其中當歸片超標達10.8倍、天冬3.9倍、葛根3.6倍、黨參1.3倍。以超標最嚴重的當歸片為例（每1000克含1620毫克二氧化硫），一個約60公斤體重的成年人，假如每日服用量為10至20克，便可能最多攝取超過16至30多毫克。世界衛生組織建議每人每日的二氧化硫容許攝取量為每公斤體重0.7毫克，即一個體重60公斤的成人每日不應攝入多於42毫克，上述計算的量雖未超過世衛的建議，假如長期接觸二氧化硫，加上空氣（如酸雨）環境和食物的污染，便有機會造成過量吸入，對眼睛及呼吸道黏膜有強烈的刺激作用，使小支氣管和支氣管的管腔縮小，氣道阻力增，容易敏感的人或會產生氣喘、頭暈頭痛、惡心、全身乏力等症狀，甚至引發慢性鼻炎和咽喉炎。



▲左邊為硫磺熏蒸過的當歸，右邊為無硫當歸。（網上圖片）

傳統上，有些中藥商會用「硫磺熏製」方式加工處理中藥材，以防蟲蛀及黴菌，甚至漂白以改善藥材的外觀，令藥材可以保存較長時間而不被蛀壞，但因此產生了二氧化硫的殘留污染，所以建議煎藥前用清水浸泡10至20分鐘，可有效去除殘留於藥材表面的水溶性有害物質（包括二氧化硫）。近年漸漸流行的中藥濃縮藥粉，經過藥廠的一些工業程序，可有效把藥材的污染物（如重金屬、農藥、二氧化硫等）盡量清除，相信服用更為安全。

「硫磺熏製」影響藥效

筆者多年前在澳門科技大學參與中藥材品質的研究，團隊的一名專家領導謝培山教授，曾發表過一份以硫磺熏製藥材所產生的效果之研究報告，內容涉及能治頭痛、身痛、鼻病和止白帶的白芷。研究比較未經硫磺熏製和經過熏製的白芷之指紋圖譜，發現經熏製的白芷很多有效成分消失了，並出現很多未經熏製過的原藥材沒有的成分（可能是雜質，甚至是有害物質）。由此可見，以硫磺熏製藥材不單只殘留對人體有害的二氧化硫於藥材中，亦有可能因硫磺與藥材的某些成分產生化學反應，而影響該藥材的性質和藥效，甚至衍生一些有害成分，這方面有待進一步的研究去證實。

硫磺本身亦是一味中藥材，屬攻毒殺蟲止癢

作者學貫中西，現為臨床生化顧問及香港註冊中醫師。早年獲香港中文大學臨床生化博士及香港浸會大學中醫藥學博士學位，並取得英國生物醫療科學學院高級院士、英國皇家化學學院高級院士，是認可化驗師及特許科學家。現任香港衛生護理專業人員協會會長及亞洲抗衰老協會會長。

藥，可外用及內服。它味酸、性溫、有毒，歸腎、大腸經。硫磺外用有解毒殺蟲，療瘡之效，主要用治疥癬、濕疹、瘰癧、皮膚瘙癢、陰疽、惡瘡。《神農本草經》云：「主婦人陰蝕，疽痔，惡血，堅筋骨，除頭瘡。」內服可補火助陽通便，用治腎虛所致的腰膝冷痛、陽痿、遺尿、短氣喘逆等，或脾腎虛寒引致的便秘，或腹痛冷瀉。《本草衍義》云：「硫磺，今人用治下元虛冷，元氣將絕，久患寒泄，脾胃虛弱，垂命欲盡。中病當便已，不可盡劑。」《本草綱目》亦云：「硫磺秉純陽之精，賦大熱之性，能補命門真火不足，且其性熱而疏利大腸，又與燥濕者不同，蓋亦救妙藥也。」藥理研究顯示，硫磺接觸皮膚後會產生硫化氫及五硫磺酸，有溶解角質，殺疥蟲、細菌和真菌的作用，亦能使支氣管慢性炎症細胞浸潤減輕，促進支氣管分泌，有祛痰、鎮咳的作用；在腸內可形成硫化氫，刺激腸壁蠕動，產生緩瀉作用。用量為每次 1.5 至 3 克，體質屬陰虛火旺者及孕婦忌用。

生綠豆粉可解輕微硫磺中毒

硫磺有毒，除主要含硫外，另外有砷、鐵、硒、石灰等。內服硫磺過量會引起中毒，一般中毒量為 10 至 20 克。硫磺在腸道中可形成硫化氫，是一種強烈的神經毒素，並可抑制某些酶的活性。中毒的不良反應包括頭暈頭痛、氣短乏力、心悸、耳鳴、惡心、嘔吐、腹痛腹瀉；嚴重者可出現體溫升高、意識模糊、血壓下降、脈搏微弱，繼而昏迷，甚至休克而死亡。此外，由於硫磺雜有砷（砒霜），如果服用未經炮制／純化的硫磺，有可能引起砷中毒。輕微的硫磺中毒可用生綠豆粉 15 克，用溫水沖服，也可試服下方：

金銀花 21 克、黃芩、連翹各 9 克、扁豆 15 克、甘草 12 克，以 5—6 碗水煎剩約 1 碗飲服。嚴重者則要立即求醫。

民初著名的中西醫結合醫家張錫純說：「硫磺

毒即其熱，使少服，不會覺熱則無損於人」。上述兩條解毒方都有明顯的清熱作用。

中國歷史上曾出現服礦石之風，尤其是在魏晉南北朝時期，服石之風非常狂熱，士大夫、上層社會甚至帝王，均以服石為時尚。當時流行一種「五石散」（又稱寒石散，因服後須冷食，飲溫酒，冷浴，穿薄衣，散步，或食寒藥以散熱，故名），隋代名醫巢元方指此方是由「鍾乳石、白石英、紫石英、赤石脂和硫磺」五種礦物組成，再加入一些中藥如附子、肉桂、乾薑、細辛、人參、白術、海蛤粉等。方中絕大部分藥性皆屬大辛大熱，服後令人全身發熱，並會產生一種短期興奮迷茫的精神狀態。據說首先提倡服食五石散的是魏朝尚書何晏，此人好色，淫佚過度，以至身體虛弱，精神萎靡，服了五石散後，頓覺體力恢復，精神好轉，於是在他的鼓吹倡導下，五石散廣為流傳。不過，事實證明，不少人因長期服食而中毒身亡。

以下介紹一款去硫磺毒的保健湯水。🍵



潤肺養胃湯（2人量）

材料：

銀耳 30 克、黑木耳 30 克、百合 30 克、無花果 5 枚、豬瘦肉 300 克。

製法：

將材料洗淨，豬瘦肉汆水，銀耳及黑木耳用水浸泡，除去未發開部分，加清水十碗用猛火煲滾後，改用細火煲約 2 小時，調味即成。

功效：

滋陰潤肺，益氣養胃。