

認識中藥基礎

班級:綜高二甲 座號:1 姓名:王芊媛 指導老師:周純宇

1.研究動機:

我會選中醫作為我的自主學習內容，因為姊姊是護理師，從觀察她的工作狀況，引發我對醫護類的工作，有極大的興趣。而我在學習方面，理科一直很好，再加上家人與老師的建議，讓我想成為一名藥劑師。

所以我利用學校的自主學習時間，從 Ewant 這個網站上，找到了「認識中藥基礎」，學習對中藥的基本知識。

2.自主學習計劃書：

週次	實施內容與進度	
1	與指導教師討論自主學習規劃，完成本學期自主學習實施內容與進度。	
2	課程介紹	
3	中藥的起源與發展	10 方劑生活應用
4	中藥產地與採收	11 常用方劑
5	中藥真偽與優劣	12 中藥用藥安全
6	炮製加工與保存	13 養生藥膳
7	中藥性能與應用	14 中西藥交互作用
8	中藥命名與效用	15 期末測驗與評量
9	常用中藥	16 延伸資源
		17 線上即時互動課
		18 統整資料
		19-21 完成自主學習成果紀錄表撰寫並參與自主學習成果發表。

3.研究目的:

藉由 Ewant 這個網站，可以讓我認識中藥的知識，為以後我自己想當藥劑師提前預習做基本的常識。

- | | |
|---------|------------|
| 1.甚麼是中藥 | 4.中藥對身體的影響 |
| 2.中藥的起源 | 5.中藥飲食的禁忌 |
| 3.中藥的藥性 | 6.中藥與西藥的差別 |
| a.四氣 | |
| b.五味 | |

5.反思：

看完這個「認識中藥基礎」的影片後，了解到中藥的基礎及西藥的知識，但以中藥介紹的比較多，所以我還必須再另外搜尋有關西藥的知識。這樣才能更進一步的了解中藥和西藥的差別，並確實了解藥性及用途。

除此之外，還必須多了解相關法規，及公共事務政策，多面向的學習，讓自己可以更全面的做好成為一名藥劑師的準備。

7.成果簡報:

認識中藥基礎

學校:二林工商
班級:綜高二甲
姓名:王芊媛

研究動機

我會選中醫作為我的自主學習內容，因為姊姊是護理師，從觀察她的工作狀況，引發我對醫護類的工作，有極大的興趣。而我在學習方面，理科一直很好，再加上家人與老師的建議，讓我想成為一名藥劑師。

所以我利用學校的自主學習時間，從 Ewant 這個網站上，找到了「認識中藥基礎」，學習對中藥的基本知識。

自主學習計劃書

週次	實施內容與進度	
1	與指導教師討論自主學習規劃，完成本學期自主學習實施內容與進度。	
2	課程介紹	
3	中藥的起源與發展	10 方劑生活應用
4	中藥產地與採收	11 常用方劑
5	中藥真偽與優劣	12 中藥用藥安全
6	炮製加工與保存	13 養生藥膳
7	中藥性能與應用	14 中西藥交互作用
8	中藥命名與效用	15 期末測驗與評量
9	常用中藥	16 延伸資源
		17 線上即時互動課
		18 統整資料
		19-21 完成自主學習成果紀錄表撰寫並參與自主學習成果發表。

研究目的

藉由 Ewant 這個網站，可以讓我認識中藥的知識，為以後我自己想當藥劑師提前預習做基本的常識。

- 甚麼是中藥
- 中藥的起源
- 中藥的藥性
 - a.四氣
 - b.五味
- 中藥對身體的影響
- 中藥飲食的禁忌
- 中藥與西藥的差別

什麼是中藥?

中藥是我國傳統藥物的總稱。

- 植物藥
- 動物藥
- 礦物藥
- 生化製品等藥物

「中藥」又稱為「本草」。

在這些當中，植物藥較多使用也最普遍，所以有「諸藥以草為本」的說法。

研究中藥基本理論及其來源、採集、性能、功效、臨床應用等知識的學科，即為「本草學」又稱「中藥學」。

中藥的起源

中國醫藥的發明者——神農氏

他的身材魁梧，身體除了四肢手腳和腦袋外，都是透明的，因此可以清楚看見內臟，所以他吃下藥草後，可以看見藥草作用的結果，所以說了一個傳說：「嘗百草之滋味，一日而遇七十毒」。

人們在尋找食物的過程發現藥食同源

在生活經驗中，口嘗身受發現某些食物，是與某些病症的相互關係從而發現藥草的知識。

都是透明的因此可以清楚看見內臟

中藥的藥性(1)

藥性就是藥物作用於機體所發生的反應

四氣: 溫、熱、寒、涼、平、微溫、微寒、微涼、微熱。

五味: 辛、甘、酸、苦、鹹。

性味: 辛、甘、酸、苦、鹹。

藥性: 溫、熱、寒、涼、平、微溫、微寒、微涼、微熱。

藥性: 辛、甘、酸、苦、鹹。

中藥的藥性(2)

藥性就是藥物作用於機體所發生的反應

四氣: 溫、熱、寒、涼、平、微溫、微寒、微涼、微熱。

五味: 辛、甘、酸、苦、鹹。

性味: 辛、甘、酸、苦、鹹。

藥性: 溫、熱、寒、涼、平、微溫、微寒、微涼、微熱。

藥性: 辛、甘、酸、苦、鹹。

中藥對身體的影響(1)

副作用:

體內生理反應及藥物成分的化學結構式不同，中藥的副作用或者是毒性反應會因為藥物種類、給藥途徑、劑量多寡、劑型的不同、服藥的頻率和藥物的配伍是否產生交互作用等因素，而有不同程度的影響。

錯誤認知:

傳統的民間觀念認為中藥吃了不會傷身，藥性溫和，即使吃了不對的藥也沒關係，頂多只是病沒治好而已，長期吃也不會有副作用，但這都是錯誤的觀念。不管吃什麼藥，其實多多少少都會有副作用。

中藥對身體的影響(2)

小結:

雖然中藥大多採自生長在大自然環境中的動、植物，有毒成份大多在炮製過程中盡量予以消除，但如果長期服用，同樣會產生副作用。國人一向都有吃補藥養生的習慣，但久服會損傷陽氣，造成人體陰陽平衡嚴重地失調。

中藥與西藥的差別

中藥	西藥
生物為藥	非生物為藥
以植物、動物或礦物等自然物的提煉或化學方式合成的藥品	以化學方式合成的藥品
成分複雜，不以藥物成分分類	藥物成分分類

小結:

一般人總是會好奇中藥和西藥哪個效果更好其實大部分西藥短期可達到效果，中藥長效可達到效果；雖然中藥的藥性溫和，只要對症下藥，中藥對於治療病在遠處有一定的功效。

中藥飲食的禁忌

- 不能將茶葉與中藥一起服用，因為茶葉的成分會抑制腸胃蠕動，而不利于藥物吸收，尤其是苦寒藥性者，最忌茶葉。
- 如果有服用西藥或感冒藥，必須與服用中藥間隔兩個小時。
- 服用補益藥時，不能吃蘿蔔、竹筍、茶葉、芹菜。
- 服用溫熱性質藥時，避免吃酒類、咖啡、辛辣。
- 服用溫熱性質藥時，不要吃生冷瓜果及冰凍食物。
- 服用清熱解毒、瀉下作用的藥，可以用溫開水送服。
- 服用滋陰藥時，忌食辛辣、燥熱和羊肉等熱性食物。
- 如果有服用人參，則不宜吃白蘿蔔，因為白蘿蔔味甘性寒，具有消食、通便、化痰的作用，會降低滋補藥氣中藥的作用。

所以服用中藥的期間凡是生冷寒涼、油膩和難消化食物盡量都不要吃。

反思

看完這個「認識中藥基礎」的影片後，了解到中藥的基礎及西藥的知識，但以中藥介紹的比較多，所以我還必須再另外搜尋有關西藥的知識。這樣才能更進一步的了解中藥和西藥的差別，並確實了解藥性及用途。

除此之外，還必須多了解相關法規，及公共事務政策，多面向的學習，讓自己可以更全面的做好成為一名藥劑師的準備。

心得

Ewant 這個網站上，看完了中藥的概論，我感覺我像是一位藥學系的學生。看影片的過程中，不是只有單純的文字，它還增添許多動畫、圖片在這之中，讓整個畫面不會太無趣，使我的記憶非常的深刻，讓我對中藥這個方面的知識增加不少。久而久之，越聽會越有趣，記的也越來越多。聽完中藥的一些基本知識後，為了想成為一位藥劑師，我要更加努力的考上藥學系。

學習成果

中藥的起源與發展 09月 17日 - 09月 19日	中藥產地與採收 09月 24日 - 09月 26日	中藥用藥安全 11月 9日 - 11月 15日
1. 課程介紹 2. 中藥的起源與發展 3. 中藥的藥性 4. 中藥對身體的影響 5. 中藥飲食的禁忌 6. 中藥與西藥的差別	1. 中藥的起源與發展 2. 中藥的藥性 3. 中藥對身體的影響 4. 中藥飲食的禁忌 5. 中藥與西藥的差別	1. 中藥的起源與發展 2. 中藥的藥性 3. 中藥對身體的影響 4. 中藥飲食的禁忌 5. 中藥與西藥的差別
平均分數: 90.0 / 100.0	平均分數: 90.0 / 100.0	平均分數: 90.0 / 100.0
養生藥膳 11月 16日 - 11月 22日	中西藥交互作用 11月 23日 - 11月 29日	期末測驗與評量 11月 30日 - 12月 6日
1. 養生藥膳 2. 中西藥交互作用 3. 期末測驗與評量	1. 養生藥膳 2. 中西藥交互作用 3. 期末測驗與評量	1. 養生藥膳 2. 中西藥交互作用 3. 期末測驗與評量
平均分數: 80.0 / 100.0	平均分數: 80.0 / 100.0	平均分數: 80.0 / 100.0