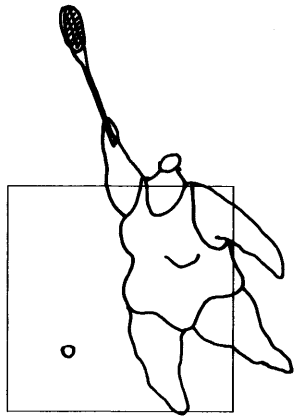


「防己」利尿也損腎

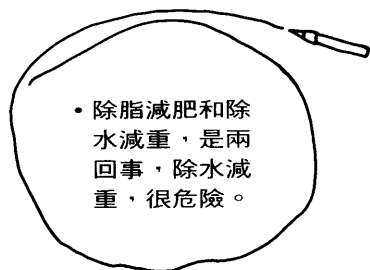
利尿劑，不管是中藥或西藥，都只能除水減輕，並不能除脂減肥；而且長期使用後，會損毀腎功能，嚴重時不能復原；故利尿劑不可當減肥藥使用。

一九九三年二月報載，五十三名比利時婦女因服用中藥防己減肥，而腎功能衰竭。對此，中醫認為，防己對腎臟無害，衛生署藥政處官員也認為中藥常摻入西藥，應是損腎原因，兩方面都不懷疑防己會對腎臟有害處。本文想提出下列三點說明：



第一、國人使用具利尿作用的中藥減肥，防己具利尿藥效，也是減肥中藥之一，其實那只是除水減重，藉利尿作用迅速除去體內部分水分，使體重迅速減輕，並非真正減肥。減肥是指將體內多餘脂肪燒掉以減輕體重並恢復身材。肥胖症會使人得十種以上慢性病而縮短壽命，除脂減肥過程緩慢但有益健康和身材，除水減重過程迅速但有許多不良後果，嚴重者可引起脫水、腎損害和休克等，故除水減重和除脂減肥是兩回事。

第二、防己服用過量或長期服用後確有損腎毒性。有些西藥利尿劑用於治腎病和水腫，但使用過量或長期使用後，倒楣的器官也是腎臟（利尿劑損腎），中藥利尿劑的防己也是如此。中西藥的有效成分都是化學物質，都有藥效和毒性，藥理都相同，所不同的是快慢大小而已，中西藥



的使用都應適時適量適可而止，才能獲取藥利避免藥害。世間事世間物適量有益、過量有毒，即連食物都是如此，更何況是藥。

第三、西醫藥理學強調藥利（療效）和藥害（毒性）必須同時考量，如服藥後得不償失，這藥便是有害無益，而不宜使用。世人由於沒有草藥（洋人稱中藥為草藥）也會有毒的觀念，才會盲目使用中藥或草藥，最後造成損害器官的結局，防己的損腎毒性不受懷疑就是一例。

（本文轉載自「全方位健康管理——防老養顏要訣」，許松勇著，並曾

刊載於民生報八十二年二月二十三日二十三版）

