



板蓝根并非人人皆宜

<http://www.firstlight.cn> 2010-12-13

经常有人一感冒，就喝上两袋板蓝根。其实，板蓝根并不适合所有人，应合理服用。

板蓝根性寒，味苦，具清热解毒、凉血利咽之效，主要用于温热病发热、头痛、喉痛。由于其性味苦寒，较适于风热感冒，不适于风寒等其他类型感冒。人在健康状态下过多服用板蓝根，会伤及脾胃，反而易引发疾病。如果体质偏于虚寒，如容易腹泻、怕冷，就不适宜多喝板蓝根冲剂，最好不要超过3天。因其苦寒伤胃，会带来一系列胃肠道反应，如胃痛、食欲不振等。尤其是儿童，脾胃功能尚未健全，多服板蓝根，更容易引起消化不良等症状。其次，对板蓝根过敏者，要避免使用。过敏反应绝大多数为板蓝根注射液所引起的，表现为头昏眼花、气短、呕吐、心慌、皮疹，有时为全身多形红斑型药疹，严重者血压下降而出现过敏性休克，抢救不及时就会有生命危险。此外，糖尿病患者也不宜擅自服用含糖的板蓝根颗粒剂

[存档文本](#)