

# 漫談茶事



## 不找“碴”

本院藥劑科藥師 | 陳春福

茶古代稱為「茗」。其發源地，出現多種的觀點。目前觀點，茶樹發源於中國雲南、貴州、四川一帶，且茶書記載著雲南當地的世界三大古茶樹。而對於茶的使用，傳說可追溯至遠古時代之神農氏。根據《神農本草經》的記載：「神農嚐百草，日遇七十二毒，得茶而解之」，茶是荼的古寫。透露出茶於古代已當為藥用。世界上第一部茶葉專著—陸羽的《茶經》是第一部茶葉之百科全書，論茶的起源和栽培，採製的工具，蒸菁的技術，茶的掌故、產區、事略和圖譜。茶從傳說中的神農氏發現藥用，衍生食用菜羹至飲料。說明人們開門七件事：柴、米、油、鹽、醬、醋、茶，茶早已成為生活中重要的一件事。

中國歷代醫藥對茶之論述頗多，以明·李時珍編撰的《本草綱目》介紹飲食、藥用最為完整之大著，其中對茶所述為：葉氣味苦甘微寒無毒。主治瘰癧；利小便，去痰熱，止渴，令人少睡有力悅志。寒苦，久食令人瘦去人脂，飲之宜熱。

冷則聚痰。空腹最忌之。服威靈仙、土茯苓者忌茶飲。解酒食之毒，濃茶嗽口去煩膩，苦能堅齒消蠱乃為茶飲之妙。入手足厥經。此中有提到功能主治，交互作用，注意事項，服用時機，服用方法，非常符合現代科學用藥方式，可說是醫藥經典之作。

現代茶的研究亦非常多，其成分有兒茶素類、黃酮素類、咖啡因，可溶性醣類，維生素C、維生素E，胺基酸、有機酸，氟、鋅、錳、硒等等可溶性礦物質。總括其效用為提神、消除疲勞、增強耐力、利尿、降膽固醇、預防蛀牙、抗菌、防癌、抗氧化、抗發炎、抗增生、抗血栓及減緩衰老。因有「久食令人瘦去人脂」之功能，所以國內外

有人以綠茶之萃取物來作為減肥的產品。但中藥亦是藥，入藥三分毒，以往中藥是直接煎煮或磨粉其有效成分相形較少量，但經濃縮之後其有效成分相對會提高，所以其危險性也相對提高。於最近發表於Am J Health-Syst Pharm 一篇文章指出，服用綠茶萃取物可能誘發血栓性血小板減少性紫斑症(TTP)，其特徵為血小板減少及微血管病變性溶血性貧血，是一種必須立即治療之病症。而續發性的TTP的發生可能來自懷孕或疾病或藥物引起；如常開立的抗血小板製劑CLOPIDOGREL及TICLOPIDINE，而本篇案例報告推論可能是因綠茶酚(GTCs)有同CLOPIDOGREL及TICLOPIDINE產生抗血小板的功能而其可能產生ADAMTS13 IgG引發TTP。雖然相關訊息仍需進一步的研究，也沒有相似英語系的相關文獻報導。但此案例經評估Naranjo et al.是3分為“可能的”。

總之，如要服用保健食品或其他中草藥須詢問相關醫療人員醫師或藥師，盡量不要自行服用，否則未達保健，就已給身體找“碴”了！當然若有出現不良反應，應通報中草藥不良反應中心或保健食品不良反應中心，以匯集更多此類相關訊息，建立國人之不良反應事件的資料庫。

### 參考資料

- 1.本草綱目 明·李時珍 撰
- 2.台灣茶 陳煥堂 林世燿
- 3.就是要這樣喝茶才健康 呂毅 駱少君
4. Am J Health-Syst Pharm vol67 Apr 1, 2010  
Possible green tea-induced  
thrombotic thrombocytopenic purpura