

## 清除殘餘農藥

近日調查發現，市面有多種中藥材的農藥含量嚴重超出歐盟標準，亦含有重金屬及硫磺。現代社會談毒色變，我們的生活早就被化學毒害擾亂，生活中舉凡吃穿用，都要先花些心思考證一下它們的安全性，才敢長期大膽地使用下去，不然四、五十歲就撒手人寰還不知道究竟是因為什麼。科技發達進步到今天，似乎物質很豐富，可是我們活得比古人還累，至少他們不需要花那麼多精力去證偽。

我明白一個道理，西藥再如何看起來高端，無非是人工合成的化學物質，是西藥廠巨大利潤驅動下的產物，不管它們從多麼美麗潔淨的生產線上走過，本質上就是酸性物質，長期服用會毒害人體；中藥，無論它長在多麼骯髒污濁的土地上，它始終是大自然本身賜予我們的寶物，即使品質下降，本質上是天然，是鹼性，有利於人體。

某些中藥確實含農藥重金屬，都是土壤裏種出來的。跟我們每天吃的蔬菜水果一樣長在這塊貧瘠、又被酸化污染的土地上。蔬菜水果都難免施用了很多含了重金屬的農藥、化肥，可是我們會拒絕吃蔬菜水果嗎？人人每天都吃有機蔬菜水果嗎？人人每天都吃自己栽培的蔬菜水果嗎？

一般噴灑在作物表面的農藥，稱為接觸性農藥，這種大部分會被陽光分解，或是被雨水給沖掉。另一種會經由植物氣孔、根部而吸收到整株作物的系統性農藥，這類的農藥大多可溶於水。所以，換句話說，只要清洗的方法正確並且夠徹底，大部分殘留的農藥也就能順利去除。

### 小蘇打粉浸泡

方法是在煎藥前，先將中藥材與小蘇打粉共同浸泡 5 分鐘，然後沖洗過水兩轉，再將藥材浸泡在清水中 20 分鐘，把水倒掉後才開始煲藥過程，就能除農藥又能除氯，原理是小蘇打粉是「碳酸氫鈉粉」，化學式是  $\text{NaHCO}_3$ 。 $\text{Na}$  是鈉帶正電，放到自來水裏面，會跟水中帶負電的氯結合變成氯化鈉，也就是鹽，這解決了自來水氯毒的問題。再來就是  $\text{H}$  氫，氫帶正電加入水中會結合帶負電的水分子  $\text{O}_2$ ，變成  $\text{OH}$  弱鹼水，一般大部分的農藥都是酸性，因此弱鹼水中和酸性之外，還能加速去除附着在中藥上的農藥。再利用電腦電煎中藥機配合煲藥袋煎藥，有害重金屬被隔離在煲藥袋內之餘，其餘殘餘有毒物質在煎藥過程中被高溫揮發及分解掉。

若仍未放心或懷疑自己中了農藥和重金屬毒，要解毒，亦有計，就是針灸。針灸能促進身分排毒、解毒最有效的方法之一，因針灸可以疏通經絡。人的經絡就彷彿一條條的高速公路，大家一定有塞在高速公路上的痛苦經驗，經絡不通，就像大塞車，無法順暢通行。莫說是毒，就連氣血也被堵塞掉。只要針刺足三里、三陰交和天樞等穴，平補平瀉，佐以艾灸，隔日 1 次，7 次為一療程，便可疏通經絡，氣血循環順暢，從而達到排毒解毒之效。

百草醫藥坊