

中藥、靈芝、雲芝、舞菇可以跟化療一起吃嗎

TCM, mushroom supplements, and chemotherapy: safety and evidence

林協霆, MD, 內科專科醫師, 腫瘤內科專科醫師

醫療財團法人辜公亮基金會和信治癌中心醫院 腫瘤內科部 · ORCID: [0009-0002-3974-4528](https://orcid.org/0009-0002-3974-4528)

發表日期: 2026/05/12 · 最後更新: 2026/05/12 · 審稿: 林協霆 (2026/05/12) · 主題: 中草藥與菇類補充劑配合化療 (TCM and mushroom supplements with chemotherapy)

DOI: 10.5281/zenodo.20131263 · 此版本 10.5281/zenodo.20131264 · <https://lin.hsiehting.com/posts/2026/tcm-mushroom-supplement-chemo>

摘要 · ABSTRACT

靈芝、雲芝 (PSK/PSP)、舞菇 (D-fraction) 多酚多醣體在亞洲廣泛使用，部分小型試驗顯示可改善生活品質、調節免疫；但證據強度不足以「治療」癌症。中藥更需注意 CYP450 交互作用 (聖約翰草、銀杏、黃芩) 與肝毒性。本文整理該避免、可考慮、與必須告知主治醫師的清單。

亞洲文化中，中藥、靈芝、雲芝、舞菇與化療同用極常見。部分有合理證據作為「輔助」(改善生活品質、調節免疫、減輕副作用)，但沒有任何證據支持取代化療、放療、手術。更重要的是藥物交互作用——聖約翰草、銀杏、薑黃、紅麴等可能影響化療代謝，個別嚴重者甚至致命。本文整理證據等級、高風險清單、台灣中西醫合療制度、與「該怎麼跟主治醫師討論」。

閱讀對象

本文設定讀者為使用或考慮使用中藥、菇類補充劑的癌友與家屬。實際使用請務必告知主治醫師、中醫師、藥師；本文不取代個別專業評估。



為什麼要特別小心？

風險	機轉
CYP450 交互作用	中草藥多含影響肝臟代謝酶的成分（特別 CYP3A4）
抗血小板 / 抗凝血	銀杏、大蒜、薑、人參、丹參
肝毒性	何首烏、土三七、千里光
免疫調節	部分中藥可能拮抗免疫療法或加劇 irAE
未知純度與摻偽	部分中藥含西藥成分、重金屬污染
取代標準療法	「相信偏方而停化療」的悲劇案例

高風險清單（化療期間應避免或謹慎）

中藥 / 草本	風險
聖約翰草 (St. John's wort)	強誘導 CYP3A4，絕對禁用
銀杏 (Ginkgo biloba) 高劑量	抗血小板、出血風險
大蒜補充劑高劑量	同上
生薑 (高劑量補充劑)	抗血小板
何首烏	肝毒性
土三七、千里光、白屈菜	肝毒性、含吡咯里西啶
甘草 (高劑量)	高鉀、低鈉、與類固醇交互作用
柴胡 (含 saikosaponins)	肝毒性
薑黃 (高劑量補充劑)	與部分化療可能拮抗、抗凝
紅麴 (高劑量)	含類他汀，與多種藥交互作用
黃連、黃芩	抗血小板、肝毒性
「不知成分的祕方、藥粉、藥膏」	摻偽、重金屬、西藥污染

可能有證據的「輔助」（仍需個別評估）

雲芝 (PSK / PSP)

- PSK (克癌靈)：日本核准用於胃癌、大腸癌術後輔助；多項 RCT 顯示 5 年存活率改善 5–10%

- **PSP**：肺癌、乳癌、肝癌部分小型試驗顯示改善生活品質、免疫指標
- **台灣健保收載** PSK 用於部分癌症術後

靈芝 (*Ganoderma lucidum*)

- **Cochrane review 2016**：可能改善化療相關生活品質與免疫；治癌證據不足
- 多為**輔助**而非主要治療

舞菇 (*Maitake D-fraction*)

- 免疫調節證據 (NK 細胞活性、T 細胞)
- 多數研究在動物與小型人類試驗

美國紅景天人參 (*American/Wisconsin Ginseng*)

- **Wisconsin Ginseng RCT (JNCI 2013)**：對化療相關疲憊 (CRF) 有改善訊號
- 化療期間建議低劑量、避開治療當天前後 1-2 天

蜂膠 (*propolis*)

- 部分試驗顯示不影響 5-FU、bortezomib 代謝
- 注意過敏

台灣中西醫合療制度

機構	整合範圍
台大、長庚、中國醫、台中榮總、奇美等	有整合中醫部，提供合療諮詢
健保中西醫合療試辦	部分癌別、部分療程可健保給付中醫介入
中醫個案管理	主治醫師 + 中醫師 + 藥師共同照護

合療的關鍵：

1. **公開使用**：主治醫師、中醫師、藥師互通
2. **避開高風險中藥**：依西藥清單調整
3. **不取代標準療法**：作為輔助
4. **定期評估**：療效、副作用、藥物濃度

該避免的「紅旗」

紅旗	為什麼
「停所有西藥，用中藥取代」	醫療法 §87 招徠紅線、療效未證實
「百分百能治癒癌症」這類絕對宣稱	違反醫療法 §87
不告知成分的「祕方、藥粉、藥膏」	摻偽風險高
不告知主治醫師	無法評估交互作用
來路不明的網購中藥	重金屬、農藥、摻西藥
「親戚朋友推薦」非合格中醫師處方	缺乏個別評估

該怎麼跟主治醫師討論？

1. 主動告知

任何中藥、補充劑、保健品都告知。不要「先吃看看」。

2. 帶完整清單

成分、品牌、劑量、來源、開始時間。

3. 詢問是否有交互作用

主治醫師、藥師、合療中醫師可協助評估。

4. 評估「目的」

是否為「治癌」、「改善副作用」、「補身體」？目的不同建議不同。

5. 定期重新檢視

化療方案變動、新加標靶 / 免疫療法時重新評估。

適用對象 / 不適用對象

本文適用

- 使用或考慮使用中藥、菇類補充劑的癌友
- 中西醫合療諮詢者
- 第一線住院醫師、家醫科、藥師衛教

本文不適用

- 取代主治醫師、中醫師、藥師個別評估

- 詳細中藥配方建議 (請找合格中醫師)

副作用 / 風險揭露

一般風險

- 過敏反應
- 肝腎毒性
- 與西藥交互作用
- 摻偽 / 重金屬污染

主要禁忌

- 聖約翰草 (與多數化療、標靶藥禁用)
- 不明來源中藥
- 嚴重肝腎功能不全
- 凝血異常 + 抗血小板中藥
- 自行停西藥取代



參考文獻

1. Eliza WLY, et al. **Efficacy of Yun Zhi (*Coriolus versicolor*) on survival in cancer patients: systematic review and meta-analysis.** *Recent Pat Inflamm Allergy Drug Discov.* 2012;6(1):78–87. [doi:10.2174/187221312798889310](https://doi.org/10.2174/187221312798889310)
2. Jin X, et al. **Ganoderma lucidum (Reishi mushroom) for cancer treatment.** *Cochrane Database Syst Rev.* 2016;4:CD007731. [doi:10.1002/14651858.CD007731.pub3](https://doi.org/10.1002/14651858.CD007731.pub3)
3. Barton DL, et al. **Wisconsin Ginseng (*Panax quinquefolius*) to Improve Cancer-Related Fatigue: A Randomized, Double-Blind Trial, N07C2.** *J Natl Cancer Inst.* 2013;105(16):1230–1238. [doi:10.1093/jnci/djt181](https://doi.org/10.1093/jnci/djt181)
4. Mathijssen RH, et al. **Effects of St. John's wort on irinotecan metabolism.** *J Natl Cancer Inst.* 2002;94(16):1247–1249. [doi:10.1093/jnci/94.16.1247](https://doi.org/10.1093/jnci/94.16.1247)
5. Heine-Bröring RC, et al. **Dietary supplement use and colorectal cancer risk: a systematic review and meta-analyses of prospective cohort studies.** *Int J Cancer.* 2015;136(10):2388–2401. [doi:10.1002/ijc.29277](https://doi.org/10.1002/ijc.29277)
6. Nakazato H, et al. **Efficacy of immunochemotherapy as adjuvant treatment after curative resection of gastric cancer (PSK).** *Lancet.* 1994;343(8906):1122–1126. [doi:10.1016/S0140-6736\(94\)90233-X](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(94)90233-X)
7. Greenlee H, et al. **Clinical Practice Guidelines on the Evidence-Based Use of Integrative Therapies During and After Breast Cancer Treatment.** *CA Cancer J Clin.* 2017;67(3):194–232. [doi:10.3322/caac.21397](https://doi.org/10.3322/caac.21397)

引用整理協力：Cochrane Ganoderma 2016、Wisconsin Ginseng JNCI 2013、PSK Lancet 1994、SIO 2017 整合腫瘤指引 (2026/05/12)。

CITATION 林協霆. 中藥、靈芝、雲芝、舞菇可以跟化療一起吃嗎. 林協霆 · 臨床筆記. 2026/05/12. doi:10.5281/zenodo.20131263

LICENSE CC BY-NC-ND 4.0 — 文章內容依 [Creative Commons 姓名標示-非商業性-禁止改作 4.0 國際](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/) 授權公開使用。

DISCLAIMER 本文整理公開發表之臨床試驗結果與 NCCN/ASCO/ESMO 治療指引，僅供醫學新知與病人衛生教育參考，不構成個別醫療建議，亦不取代主治醫師之診療判斷。實際治療決策請與您的主治團隊面對面討論。