



歡迎訂閱  
電子報

# 藥物食品

## 安全週報 第741期

### 1 化粧品添加精油 比較好嗎？

聽說精油泡澡可治皮膚病？當心病情惡化！彰化基督教醫院皮膚科主治醫師邱足滿指出，曾有一位罹患乾癬和乾癬性關節炎的中年婦女，經藥物治療後控制良好，但後來停止治療，自行在洗澡機中加精油使用3個月，結果不但病情復發，且更為嚴重。

萃取植物精油做為焚香、香水、調味料、化粧品原料由來已久，如：數千年前埃及人用雪松、沒藥及乳香等精油替木乃伊防腐。植物的根部、樹皮、木材、莖、葉、花、種子、果實及樹脂等部位都可萃取，並以冷壓、蒸餾、浸泡、溶解及超臨界二氧化碳萃取等方式，獲取到成分複雜的有機化合物—精油，可用於驅逐害蟲、改善室內空氣品質及芳香療法，有助於舒緩情緒、提神及紓壓等。

各種植物的不同產地、萃取方式及特性都不一樣，精油及各種植物萃取物亦然，不同的產地與品種就會有差異，民眾不易得知品質依據。理論上，每一批精油要做高效能液相層析法(HPLC)、確認每一種精油的獨特成分，得到專屬的身分證，目前在澳洲和歐洲有此類專業認證，臺灣則無，消費者也難辨其優劣。

精油的特定功效需要依據特定配方、濃度、使用條件(使用者的狀態)、使用方法(按摩、吸入、沐浴、按敷)及稀釋方法(基底油稀釋)等細節而定，我國還沒有相關人員的認證辦法，民眾應小心使用。如：茶樹精油具有抗菌功能，但必須特定濃度才對特定菌種有效，至於添加茶樹精油在化粧品中，是否仍具有實驗室中展現的抗菌力，則和濃度有



## 精油

使用時請先觀察皮膚、身體反應，一旦發生紅、癢、腫、痛，就是皮膚在抗議，絕非排毒反應喔！

關！當皮膚出現細菌、真菌感染跡象，應立刻就醫。

市售許多添加精油的洗髮精、沐浴乳、精油香膏、精油沐浴鹽、精油純露、精油保養品（精華液、乳液、面霜）等，精油只是附屬成分之一，要判斷品質時，應檢視其原始配方，而不是被行銷字眼迷惑。特別是敏感皮膚或皮膚生病、發炎時，使用的化粧保養品配方要越簡單越好，宜選用無香料、色素、精油等產品，尤其是嬰幼兒、孕婦、癩癩患者等特別族群，更應避免使用。

使用精油時請先觀察皮膚、身體反應，一旦發生紅、癢、腫、痛，就是皮膚在抗議，而不是排毒反應喔！

## 2 夯夯葉黃素知多少

現在人們不論在工作、日常生活，或休閒娛樂時，使用3C產品時間過長，對於視力的保養維護已成為重要課題。民眾除了需注意作息及使用3C產品時的姿勢和時間外，想從飲食補充營養，像是甘藍、菠菜、綠花椰菜、胡蘿蔔、南瓜、奇異果、葡萄、柳橙等蔬果，都是葉黃素含量較豐富的天然食物。另外，也有國人食用含葉黃素的保健產品作為該項營養素的補充來源。

葉黃素是一種類胡蘿蔔素(carotenoids)具有吸收光線的特殊性質，與玉米黃素結構相近，天然食物中兩者時常並存，而葉黃素含量較玉米黃素為多，有助於過濾藍光等有害光線，並保護視網膜黃斑部。目前市面上常見，從含有大量葉黃素的金盞花萃取製成的產品，由於廠商製作金盞花萃取物的程序不同，所得葉黃素型態可分為「游離型葉黃素」和「酯化型葉黃素」。

根據衛生福利部公布的「食品添加物使用範圍及限量暨規格標準」，膠囊、錠狀食品每日補充葉黃素不應超過30毫克。為保障消費者的健康及權益，食品藥物管理署（以下簡稱食藥署）研發膠囊錠狀食品中葉黃素的檢驗方法，具有良好專一性及準確性，適用於含游離型及酯化型葉黃素的產品分析。相關檢驗方法可參考食藥署網站查詢：首頁>業務專區>研究檢驗>建議檢驗方法>膠囊錠狀食品中葉黃素及玉米黃素的檢驗方



法 (TFDAA0051.01)。

食藥署提醒食用前，請把握「停、看、聽」3原則，想想是否需要購買、看清楚包裝標示、聽聽醫師或營養師等專業人員意見，再決定是否購買。

## 3 如何挑選有度數運動防護眼鏡？

我國的近視人口高居不下，運動時該如何挑選有度數的防護眼鏡呢？食藥署說明，泳鏡、潛水鏡屬於第一級醫療器材，要懂得正確挑選和試戴，才能在從事水中運動時，看得清楚又護眼喔！

有度數的運動防護眼鏡（例如泳鏡、滑雪鏡、壁球護目鏡及潛水鏡），具有視力矯正的功能，屬於第一級醫療器材，需經食藥署審查通過取得醫療器材許可證，另販售業者須有藥商許可執照才能販賣。

消費者在購買醫療器材時，可以參考「醫材安心三步驟，一認、二看、三會用」：第一要先「認」識有度數運動防護眼鏡是醫療器材，第二是在購買產品時，「看」清楚包裝上載明的醫療器材許可證字號及標示，第三則是在使用前要詳閱說明書，依說明書的方式「正確使用」醫療器材。

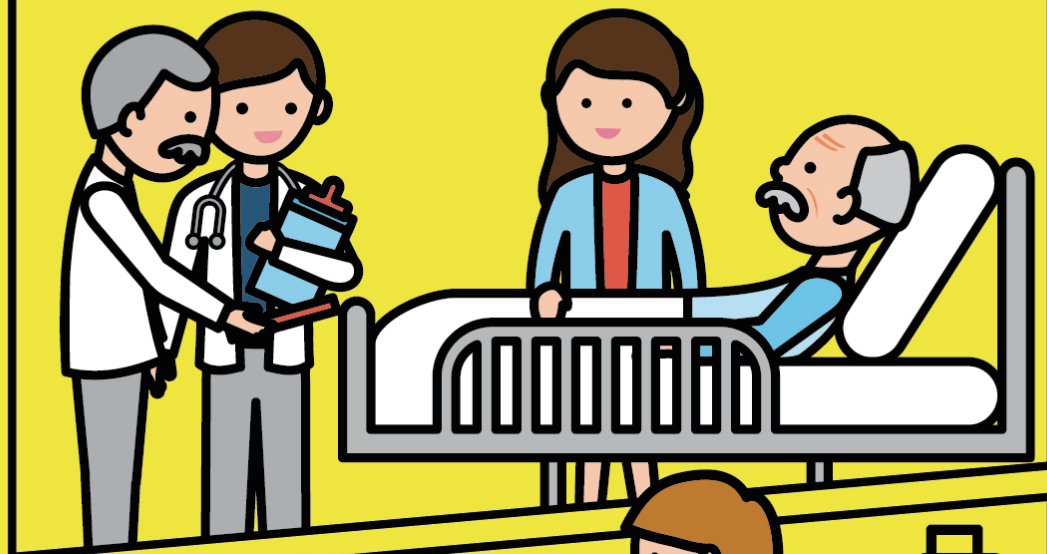
## 有度數運動防護眼鏡

### 一認、二看、三會用

- ▶ 先「認」識有度數運動防護眼鏡是醫療器材
- ▶ 在購買產品時，「看」清楚包裝上載明的醫療器材許可證字號及標示
- ▶ 在使用前要詳閱說明書，依說明書的方式「正確使用」醫療器材

有關醫療器材相關資訊，可至食藥署網站的許可證資料庫，查詢產品的相關資訊（連結：食藥署網站首頁<http://www.fda.gov.tw>>醫療器材>資訊查詢>醫療器材許可證資料庫>西藥、醫療器材、特殊用途化粧品許可證查詢作業）。民眾使用醫療器材前，可先向相關專科醫師諮詢，並詳細閱讀產品使用說明書；如有發現不良品或使用時發生不良反應，請立即向藥物食品化粧品上市後品質管理系統（<http://qms.fda.gov.tw>）通報，或撥打不良反應通報專線02-23960100。

出院 **3** 天前 完成評估



出院返家後 **7** 天內  
得到長照服務

無縫 接軌的 長照 出院 準備 服務

更多詳細資訊，請洽詢醫院出院準備服務小組

長照服務專線 **1966**  
(前 5 分鐘 免費)



衛生福利部  
Ministry of Health and Welfare



長照 2.0  
我們照顧您

廣告

刊 名：藥物食品安全週報

出版機關：衛生福利部食品藥物管理署

地 址：臺北市南港區昆陽街161-2號

電 話：02-2787-8000

GPN：4909405233

ISSN：1817-3691

編輯委員：陳信誠、許朝凱、江仟琦、李婉嬪、蔡佳芬、黃守潔、黃秋羽、楊博文、簡希文  
洪志平、吳正寧、林邦德、羅維新、周清邦、楊雅瑤、林高賢、陳信志

美術編輯：郭儀君

出版年月：2019年11月29日

創刊年月：2005年9月28日

刊期頻率：每週一次

第741期第4頁