

# 藥物食品 安全週報



第 631 期

2017 年 10 月 20 日

發行人：吳秀梅 署長

## 【本期提要】

- 一、低頭族補充葉黃素可改善視力嗎？
- 二、藥品含賦形劑 看清成分免過敏
- 三、網路販賣醫療器材 當心觸法



## 低頭族補充葉黃素可改善視力嗎？

部分民眾年紀輕輕視力卻提早退化，主因就是錯誤使用 3C 產品所致。包括使用時間過長、閱讀姿勢不佳、及偏食等原因。現代人過度仰賴電子產品，除了年輕的「低頭族」之外，連坐在捷運博愛座的銀髮長輩們，都會盯著螢幕滑手機，此時想靠吞葉黃素補充劑救眼，恐怕就來不及了！

根據 2016 年全民護眼趨勢調查，國人每日使用 3C 總時數平均近 8 小時，相當於 1/3 天眼睛睫狀肌都處在緊張狀態，這些習慣都容易造成眼睛乾澀、模糊，甚至提高白內障風險。想要改善視力上的問題，除了改變生活習慣之外，坊間盛傳攝取葉黃素可以保護視力？食品藥物管理署（以下簡稱食藥署）特別邀請臺北醫學大學營養學院保健營養學系陳俊榮教授為大家解答。

葉黃素在體內主要分布於眼球水晶體的黃斑部、皮膚、乳房以及消化道。葉黃素和玉米黃質是組成視網膜和黃斑部的重要物質，是視網膜主要色素來源，對於神經系統傳導也有重要的輔助作用。含有紫外線的日光、電燈、電腦、電視等等，都會對眼球造成不同程度的傷害，葉黃素的黃色能中和藍光、減少藍光傷害，進而降低黃斑部病變和視網膜傷害，而葉黃素可以增進水晶體的抗氧化能力，抵抗紫外線與自由基的傷害，並可保護眼睛的微血管，維持良好的血液循環，是保護眼睛的營養素。

一旦身體感到疲勞時，最重要的是適度休息與充足睡眠，如果發現眼睛有乾



澀、視力模糊等症狀出現時，建議就醫診察治療。平日應養成良好的習慣，例如：電腦螢幕應放置在直視的位置、調整室內照明、注意工作時的身體姿勢是否正確、長時間連續工作時要有休息時間，都是保護眼球健康的方式。

此外，葉黃素是類胡蘿蔔素家族的一員，是植物的色素成分之一，人體無法自行合成，必須從天然食物中攝取，在甘藍、菠菜、綠花椰菜、胡蘿蔔、南瓜等綠黃色蔬菜，以及奇異果、葡萄、柳橙中，均含有豐富的葉黃素，飲食中可以增加富含葉黃素的食物來保健視力。隨著年齡增長，體內的葉黃素與玉米黃素也會逐漸遞減，所以必須適度補充。

在流行病學研究中發現，多攝取富含葉黃素的食物，可降低白內障及黃斑部病變的風險，對眼睛健康有正面效果。而攝取葉黃素補充劑是否具有上述的效果，目前沒有臨床上的科學證據。美國食品藥物管理署（FDA）建議，每天從食物中攝取 6 毫克就足夠，可降低罹患老化性黃斑退化症的風險。

【歡迎轉載本文，轉載時請註明出處（食藥署-藥物食品安全週報）及作者】



## 藥品含賦形劑 看清成分免過敏

藥品成分分為主成分及賦形劑，主成分是指藥品的有效成分，也就是能達到治療疾病或緩解症狀的成分。例如：乙醯胺酚，為藥品的有效成分，常用於止痛或退燒。另外，藥品加入賦形劑，有其特定的目的，而添加的物質，通常有稀釋劑、色素、矯味劑、潤滑劑、防腐劑、抗氧化劑，及其他添加劑等。這些並非藥品之有效成分，本身沒有藥理作用，各種製劑需各種不同之賦形劑，才可製成最終的藥品劑型；例如：玉米澱粉就是一種常見的賦形劑，用來作為製藥打成錠劑時，稀釋主成分使用。



賦形劑的特性，都是安全且風險很低的成分，但因個人體質的關係，可能對藥品中賦形劑的某些成分過敏，例如：缺乏乳糖分解酶的患者，服用含有乳糖賦形劑，可能會引發腹痛、腹脹等症狀。因此在藥品說明書（仿單）清楚標示藥品所有成分，讓醫療人員及病人易於了解，才能使用更適合病人的藥品。

自 2016 年起，食藥署已全面要求所有西藥藥品說明書，應標示賦形劑成分名或品名，目的是讓市面上所有藥品成分透明化，醫療人員在使用藥品或開立處方時，除了要了解藥品主成分外，亦可於仿單中查詢所標示之賦形劑，並讓民眾在社區藥局購買非處方藥品（包括指示藥、成藥）時，避開對於自身會產生過敏的



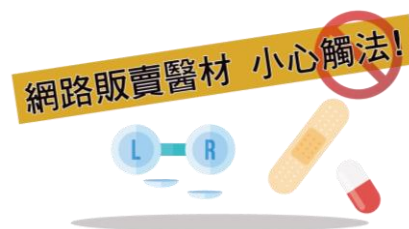
成分。另外，食藥署也要求非處方藥的外盒，亦須刊載賦形劑，當民眾選購時，即可知道藥品成分及相關訊息。

民眾用藥前應詳閱藥品外盒及說明書標示，並依照標示用法用量正確使用藥品，藉此保障自身用藥安全。對於所刊載之藥品名稱、成分、用途（適應症）、用法用量、注意事項、副作用或警語、保存方法等，若仍不明瞭的話，可諮詢醫師或藥師解惑。



## 網路販賣醫療器材 當心觸法

女大生網拍 50 元 OK 繃遭罰 3 萬元？現今網路拍賣、購物非常盛行，但您知道上網拍賣醫療器材會觸法受罰嗎？食藥署提醒，一般民眾因不具備藥商身分，千萬不要將家中用不到的醫療器材；例如 OK 繃、隱形眼鏡、耳溫槍、血壓計等醫療器材上網販賣，以免違反藥事法第 27 條，依法將處 3 萬元以上，200 萬元以下罰鍰。



為兼顧民眾購買醫療器材的便利性，並確保消費者使用醫療器材之安全，食藥署以「居家使用」、「非侵入性」、「非植入性」、「無須專業人員指示操作」等四大原則，評估醫材可否於通訊交易通路販售；截至 2017 年 3 月 16 日止，除了開放低風險之第一等級醫療器材，也陸續評估並開放體脂計、衛生套、衛生棉條等 18 類品項第二等級醫療器材，得於通訊交易通路販賣，以持續提升消費者取得醫療器材之便利性。但通訊交易通路販售醫療器材者，應先取得藥商資格，並向衛生局辦理登記。

經食藥署核准之醫療器材，可於食藥署官網設置之醫療器材許可證資料庫查詢系統，以中英文或製造廠名稱等關鍵字查詢。為保障消費者權益和自身安全，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；若發現不良品或使用時發生不良反應，請向藥物食品化粧品上市後品質管理系統 (<http://qms.fda.gov.tw/tcbw/>)，或撥打不良反應通報專線：02-23960100 進行通報。



### 使用退燒藥會延誤治療，是真的嗎？

- (1) 發燒為一種症狀，並非病因，瞭解引起發燒之原因遠比退燒重要。因此，出現發燒症狀時，應立即就醫治療，以瞭解導致發燒的原因，切勿自行購買退燒藥使用，以免延誤疾病之治療。
- (2) 退燒藥之使用，主要目的是減緩因發燒出現之不適感。當發燒超過 38.5°C 且有不舒服的感覺，可適當給予退燒藥，但不一定要讓體溫降到正常範圍。

本文案為食藥署與臺灣兒科醫學會共同撰文

廣告

# 您 正 確 選 購

# 讓 醫 療 器 材 守 護 健 康

## 《正確選用合格的醫療器材》

### 1. 認明醫療器材許可字號。

如：衛部(署)醫器輸字第\*\*\*\*\*號  
衛部(署)醫器製字第\*\*\*\*\*號  
衛部(署)醫器陸輸字第\*\*\*\*\*號

### 2. 注意產品內外包裝之標示是否完整一致。

### 3. 販賣醫療器材，應有藥商許可執照。

### 4. 查詢領有許可證之合格醫療器材，可至食品藥物管理署網站 搜尋（本署首頁<http://www.fda.gov.tw>→業務專區→醫療器材 →資訊查詢→醫療器材許可證資料庫）或直接掃描QR碼。



衛生福利部食品藥物管理署 **關心您**  
<http://www.fda.gov.tw>

刊名：藥物食品安全週報 (Food & Drug Consumer Newsletter) 出版機關：衛生福利部食品藥物管理署

電話：02-2787-8000 地址：臺北市 11561 南港區昆陽街 161-2 號

編輯委員：吳秀英、林金富、陳信誠、陳瑜鈞、吳立雅、簡希文、張志旭、許朝凱、林旭陽、李婉嬪

王博譽、陳可欣、洪悅慈、洪肇宏、關麗卿、曾素香、遲蘭慧、謝碧蓮、陳惠章、陳美娟

出版年月：2017年10月20日 創刊年月：2005年9月22日 刊期頻率：每週一次

GPN : 4909405233 ISSN : 1817-3691

本刊電子版登載於衛生福利部食品藥物管理署(<http://www.fda.gov.tw>)政府出版品及食品藥物消費者  
知識服務資訊網(<http://consumer.fda.gov.tw/Pages/List.aspx?nodeID=310>)；或請至該網站訂閱電子報

