



【本期提要】

- 一、中元祭品勿久放
- 二、「丙泊酚」舒眠？
麻醉前 3 要點
- 三、香港腳對症擦藥



中元祭品勿久放

每逢農曆七月的中元普渡，是民間流傳已久的習俗，民眾會為「好兄弟」準備許多三牲素果、零食、餅乾等祭品，但市面上琳瑯滿目的罐頭、鮮食等普渡食品，到底該如何挑選呢？又該如何正確保存及食用呢？

食品藥物管理署（以下稱食藥署）建議，消費者選購完整包裝食品時，應確認其是否有完整的標示，如內容物、食品添加物、有效日期、製造廠商或國內負責廠商名稱等。而購買散裝食品時，應避免挑選外觀過於鮮豔的食材，或聞起來有霉味、異味、香味過於濃郁者。

當您在室外祭拜時，應注意供品的衛生安全，如魚、雞、豬肉或素三牲等供品，容易孳生蒼蠅、蚊蟲等病媒，或是受到香灰汙染，因此自行烹煮的供品，應以鍋蓋或保鮮膜覆蓋，而包裝食品應保持包裝的完整性，不要將線香直接插入包裝食品內。

近來連日高溫難耐，食藥署提醒，民眾不要讓供品長時間日曬，或放置於高溫環境，以免造成病原菌生長，易使供品腐敗變質。而熟食供品於室溫下祭拜完後，應該要充分將食物復熱後再食用，避免食品中毒；至於不需立即食用的供品，應依食物的特性保存在冰箱或陰暗處，並儘快食用完畢。

食藥署提醒，面對市面上諸多的普渡食品，民眾可善用眼、鼻仔細挑選，留意店家的衛生環境，看清楚產品外包裝標示，以避免買到來路不明的產品。





「丙泊酚」舒眠？麻醉前 3 要點

近來標榜「舒眠」檢查的醫療機構日漸攀升，其所使用藥品即為「丙泊酚」(Propofol)，丙泊酚製劑是具有醫療用途的麻醉劑，食藥署特地邀請童綜合醫院廖文進副院長說明使用時的注意事項。



牛奶針列為第四級管制藥品

丙泊酚製劑主要是以靜脈注射的方式用於全身麻醉，或於使用人工呼吸器病患、局部外科手術和侵入性檢查作為鎮靜使用，外觀呈現乳白色，俗稱「牛奶針」。使用丙泊酚時，須由受過麻醉或加護照顧訓練的醫師給藥，並應持續監視病人情況，且需隨時有維持呼吸道暢通，人工換氣、充分供氧及其他復甦設施可供使用。

為防制丙泊酚遭濫用而發生意外，行政院已於 2015 年增列丙泊酚為第四級管制藥品及第四級毒品。過去兩年來，食藥署已針對使用量較大的診所、藥局及獸醫診療機構等進行專案稽查，違者均已依法開罰。

食藥署呼籲，民眾使用丙泊酚麻醉前應注意 3 要點：

- ① 向醫師說明個人身體狀況
- ② 在有足夠急救設備的醫療單位
- ③ 由受過麻醉或加護照顧訓練的醫師給藥，以維護用藥安全。



香港腳對症擦藥

身邊的人有香港腳困擾嗎？他會去找醫生開藥，還是自己買成藥擦？很多患者習慣購買複方成藥來擦：假如這個品牌治不好，就改試另外一個品牌；乳膏擦不好；就把噴劑、藥粉、凝膠、液劑等各種劑型都試過一遍，卻仍然無法斷根，甚至變得更嚴重，直到那時才會想到應該找醫生治療。

先釐清：你確定是香港腳嗎？

皮膚科醫師游鴻儒指出，香港腳的症狀複雜，很容易跟其他足部皮膚病搞混，有些症狀看似跟香港腳很像，其實成因、治療方式都截然不同，如果一味使用對抗黴菌的香港腳成藥，擦再久也沒效。



即使已經確定罹患香港腳，但是症狀不同，用的藥也不一樣。隨著療程推進，用藥組合還會跟著調整，可別以為只用一種藥，就能一次解決所有香港腳問題！

成藥「亂槍打鳥」，就醫「對症下藥」

游鴻儒醫師形容，民眾如果未經確診就自行買藥來擦，「其實就是亂槍打鳥！」民眾如果剛好屬於水泡型香港腳，擦了以類固醇成分為主的成藥，就會覺得止癢效果奇佳；但如果屬於趾間型香港腳，勤擦類固醇反而會讓皮膚免疫力降低，使得足部黴菌繁殖更厲害。複方藥膏非萬能，有香港腳困擾時還是要就醫，才能使用最適合自己的藥。

調整生活習慣，保持腳部乾燥

治療香港腳最好的方法其實是「預防」，也就是隨時隨地保持腳部乾燥！例如，每次洗完澡都必須把腳完全擦乾，特別是腳趾縫間。此外，準備多雙鞋子輪流使用，別天天都穿同一雙，回家後可以塞入報紙吸濕。還有，雨天的濕鞋、潮襪完全吹乾後再使用。穿鞋時間很長的上班族、學生，也可以帶另一雙襪子到公司、學校替換。

食藥署特地整理出以下關於香港腳的迷思，藉此傳達正確的治療觀念，為皮膚健康把關。

香港腳 Q&A



Q1：香港腳的藥到底要擦多久，才能斷根？

A1：首先，一定要先找醫生確診，假如用錯治療方式，擦再久也不會好。如果按醫囑用藥，大約需要持續2個月皮膚狀況才會穩定。千萬別因為擦了一、兩週，看似好得差不多，就自行停藥，以免足部黴菌尚未完全去除，香港腳又死灰復燃。

Q2：穿「除臭襪」能預防香港腳嗎？

A2：不見得。一般而言，除臭襪是將襪子加入抗菌劑，避免細菌代謝後的產物散發臭味；但是，抗菌劑可以抑制細菌，卻無法抑制黴菌。香港腳患者最好選擇有標示「排汗」功能的襪子，這種襪子通常利用中空纖維或者網眼織法，讓濕氣得以快速排出，減少黴菌孳生的機會。

Q3：香港腳患者的襪子需要定期煮沸殺菌，也不能跟其他家人的襪子衣物放在一起洗，真的嗎？

A3：沒必要，而且襪子煮煮之後很容易提早報銷。雖然所有襪子衣物放在一起洗，確實有可能傳染香港腳，但是，空氣中本來就有很多黴菌，所以預防香港腳的重點還是在於隨時隨地保持腳部乾燥，並且強化自身免疫力。



醫師開的藥一定要吃完嗎？

一般來說，用於緩解症狀(如鼻塞、流鼻水)的藥品，可於看診領藥或購買醫師、藥師藥劑生指示藥時，主動詢問醫藥人員，若症狀緩解時能否停藥？並經指示使用藥品。但有些藥品例如抗生素，則務必要依療程服用完畢，以避免產生抗藥性；另慢性病藥品亦須依醫囑服用，以免加重病情或造成醫師診斷上的誤差。食藥署提醒，使用藥品時，請務必與醫師或藥師詳細確認藥品的服用方法及注意事項，切勿自行停藥或是增減藥物劑量，以確保自身健康。



小心！

新興濫用藥物就在你身邊

別因一時的好奇，而造成一輩子無法挽回的遺憾。

拒毒五招教你拒絕「新興濫用藥物」！

1. 直接拒絕



2. 遠離現場

要High一下嗎? 我有事! 走先!



3. 轉移話題



4. 自我解嘲



5. 友誼勸服



反毒資源網



衛生福利部
食品藥物管理署
Food and Drug Administration



吃安心 藥安全



廣告

刊名：藥物食品安全週報 (Food & Drug Consumer Newsletter)

電話：02-2787-8000

編輯委員：陳信誠、吳立雅、謝綺雯、劉淑芬、何淑惠、劉佳萍、邱文鏘、董靜馨、周珮如、林慧芬

林意筑、張連成、林孟昭、張家榮、廖家鼎、林澤揚、陳柏菁、姜寶仁、林宜蓉、呂昀儒

出版年月：2018年8月10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

