

藥物食品 安全週報



第 586 期

2016 年 12 月 9 日

發行人：姜郁美 署長

【本期提要】

- 一、生薑發芽安心吃!
- 二、健康染髮 5 撇步
- 三、市售藥品分三級

一、生薑發芽安心吃!

入冬後天氣逐漸轉涼，民眾用生薑製作成薑母茶、或在爆炒、煲湯等料理過程中加入薑絲提味，但有時買回來的生薑來不及一次用完，放到發芽又捨不得丟棄，

用來料理又擔心會中毒，生薑發芽後到底還能不能吃呢？

薑是多年生草本植物，根莖為可食用部位，具有香味及辛辣味，依照採收的時期不同，可分為芽薑、嫩薑、粉薑、老薑（即常稱之薑母）等。根據行政院農業委員會的說明，薑在發芽過程中，會消耗掉部分的營養物質，導致營養價值降低，但其主要成分並沒有產生有毒物質，長出的芽薑皆可食用。

值得注意的是，雖然發芽後的生薑沒有毒，腐爛的薑卻可能會產生黃樟素，目前黃樟素被國際癌症研究機構（IARC）列為第 2B 類物質，目前雖無證據顯示會對人類致癌，且對動物致癌性證據有限或不足，但仍不建議民眾使用。

食品藥物管理署（以下簡稱食藥署）提醒，民眾盡量攝取新鮮的食材，一次不要買太多，並注意食物的保存方式，才能吃得安心。



歡迎大家掃描QR Code
線上閱覽更方便。



二、健康染髮 5 撇步

近來發生有民眾因接觸染髮劑過敏，導致頭皮灼傷長不出頭髮的消費糾紛報導。染髮已經成了不分年齡層的時尚潮流，由於頭皮是毛囊分布最多的地方，若染髮劑使用不當，可能導致頭皮出現紅斑、搔癢、水泡、皮膚潰爛或過敏性皮膚

炎等症狀，消費者在挑選及使用上要特別小心。

食藥署徵詢專業皮膚科醫師表示，染髮頻率與風險成正比，每次染髮最好間隔 3 個月以上較為安全。為了兼顧您的美麗與健康，消費者不論是自己在家 DIY 染髮，或是到美髮院染髮。可以參考以下染髮 5 撇步：



1. 「染前選」應選購有含藥化粧品許可證字號及完整標示的染髮產品。
2. 「髮健康」檢查頭髮周圍皮膚及頭皮是否健康，有傷口時千萬不要染髮。
3. 「要看明」一定要看清楚了解染髮產品使用方法及注意事項，正確安全使用染髮產品。
4. 「安全染」不可以用洗髮搓揉方式進行染髮。
5. 「全注意」留意染後皮膚狀況，每次染髮必須間隔 3 個月以上。

除此之外，染髮時要依使用方法調配染髮劑比例、染髮劑塗抹時不要太接近頭皮、避免染髮劑流入眼睛、切勿將染髮劑使用於染眉毛、睫毛、鬍子等部位，並進行皮膚過敏性測試，等到 48 小時後無任何異常現象發生，再染髮比較安全。至於冷燙頭髮後，也不要立即進行染髮，以減少頭皮負擔。建議消費者到美容院染髮時，可主動要求提供染髮劑的完整資訊，以保障自身權益。

有些消費者把天然與健康劃上等號，以為植物性染髮劑似乎比較安全。其實坊間常見的植物性染髮，主要是添加指甲花粉（Henna），讓頭髮表面產生暫時性橘紅髮色，無法染出烏黑光澤的髮絲，還可能讓頭髮乾澀失去光澤，並非一般人染髮後所期待的模樣，該類產品僅能做為髮表著色用途，且不得宣稱染髮。

食藥署發現，有些標榜植物性染髮的產品，為使色彩多樣化並強化染髮效果，擅自添加化學性染髮成分，且未領有衛生福利部所核發之許可證。

為確保使用安全及消費權益，民眾選購產品時，務必檢視產品標示，尤其是顏色鮮



歡迎大家掃描QR Code
線上閱覽更方便。



豔或染色持久的產品，需特別留意是否含有化學性染髮劑成分，如果有的話，產品包裝應標示有含藥化粧品許可證字號，以及完整的使用注意事項，再選購使用較安心。



三、市售藥品分三級

冬季日夜溫差大，又正逢流行性感冒流行的季節，此時節許多民眾容易因天氣變化而感冒。食藥署提醒，民眾若有感冒症狀，要自行前往藥局購買藥品時，購買前應詢問專業藥師有關藥品使用的注意事項，並切記藥品分三級，包括處方、指示及成藥，維護自身用藥安全。

處方藥須由醫師及藥事人員層層把關，先由醫師診斷、評估病情，並衡量用藥的效益及風險，確認其注意事項及是否有不適合使用該藥物的禁忌後開立處方，再經過藥師確認處方後調劑提供病患使用，例如克流感。指示藥藥性較為溫和，安全性比處方藥高，應在醫師、藥師或藥劑生指示下，至合法藥局選擇使用，例如：部分胃藥、暈車暈船藥、綜合感冒藥。成藥藥理作用緩和，使用簡便，安全性較處方藥及指示藥高，民眾可自行購買使用，例如：綠油精、萬金油。民眾使用指示藥及成藥前應詳閱使用說明書，並確實依照其說明使用藥品。如依說明書使用一段期間後未獲緩解，則須諮詢醫藥專業人員，評估是否須進一步就醫。



食藥署提醒，使用藥品前應看外盒說明或說明書（仿單），了解藥品名稱、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。若民眾吃了感冒藥後有疑似過敏、紅疹、呼吸困難等不適症狀，或自行服藥超過3天症狀仍未改善，應立即就醫。



歡迎大家掃描QR Code
線上閱覽更方便。



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

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、吳立雅、陳映樺、張志旭、吳孟修、許朝凱、李婉嬪、黃琴曉、陳可欣、劉方穎、藍正文、高雅敏、陳玉盆、陳美娟、黃維生、黃小文、魏任廷、郭家維

出版年月：2016年12月9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



藥品分3級 看清標示 「藥」注意



第1級



處方藥

須由醫師診斷、需要醫師處方後使用

使用需特別注意，必須經由醫師診斷及處方，由藥師調劑給藥。例如心臟病、高血壓、糖尿病與抗生素等用藥。



指示藥

不需要醫師處方箋，但須由醫師、藥師指導使用

使用安全性較處方藥高，不需要醫師處方，經由醫師或藥師用藥指導，可在藥局購買，例如胃腸用藥與綜合感冒藥等。

第2級

第3級



成藥

民眾可以自行購買使用

使用安全性較指示藥高，藥理作用緩和，不需要醫藥專業人員指示，但民眾使用前需閱讀藥品說明書與標示。