歡迎訂閱
電子報

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

2019年4月12日
發行人:吳秀梅　署長

藥物食品
安全週報 第708期

1 添加益生菌化粧品可以加強保濕？

彰化基督教醫院皮膚部光照治療科主任邱足滿醫師提醒，洗面乳的功能就是清潔臉部皮膚，消費者不應期待洗面乳可兼具保濕功能，如果清潔功能的化粧品的效果太強，反而會破壞皮膚的正常保護功能。敷面膜時皮膚溫度上升、加上面膜含大量水分，短時間內可大幅提升皮膚角質層的水分含量，經由這兩個作用，可讓面膜的成分更深入皮膚。如果面膜只含有水分，一樣可達到瞬間提升皮膚角質層含水量的作用，如同拿濕毛巾敷在臉上。停止濕敷後，須立即塗上防止水分蒸發的保濕產品，否則反而會帶走更多水分，讓皮膚變得更乾。

近年正夯的皮膚微生物菌叢議題，有相關研究，把好菌抹在皮膚上，可改變皮膚微生菌叢的分布，但是益生菌對皮膚保濕真的有用嗎？以目前實證醫學角度來看，尚無足夠科學證據證明。

保濕對皮膚很重要，皮膚最外層的角質

層，理想的含水量是20%到35%，如果小於10%，皮膚就顯得乾燥。一旦保濕不佳，還可能引發皮膚炎，進而發癢、龜裂疼痛，甚至會引發細菌感染。

保濕最重要的是溫和清洗，每天清洗時不要過度傷害皮膚，接著再選擇適當的保濕劑，包括：

1.吸水保濕劑：可抓住水分子，如：甘油、丙二醇、果酸、氨基酸、天然保濕因子、玻尿酸等等。

2.鎖水保濕劑：防止水分揮發，包含各種礦物油脂、合成油脂、動　植物油脂、

神經醯胺和擬表皮細胞間油脂的成分等等，最後再減少紫外線曝曬的傷害即可。

2 食安基金助訴訟

近年來食品安全事件重創消費者，為確保並鼓勵消費者參與團體訴訟，提供消費者保護團體足夠的財源聘請律師，及訴訟上必要的經費補助，食品安全衛生管理法於103年11月，增訂第56條之1作為食品安全保護基金（下稱食安基金）設置的法源依據，於104年1月1日起正式營運。

食安基金以違規廠商所科處的罰金或罰鍰、捐贈收入等作為經費來源，有關設置用途，是為補助消費者保護團體提起消費訴訟的律師報酬及訴訟費用、勞工因檢舉雇主，而受到不利處分提起訴訟的律師報酬及訴訟費用、特定食品安全事件的人體健康風險評估費用，以及其他有關促進食品安全的相關費用。

為了讓食安基金運作公正且客觀，食品藥物管理署（下稱食藥署）亦設置食品安全保護基金運用管理監督小組，由食品、醫學、公共衛生、毒理、風險評估及法律等專業人士組成，並訂定相關辦法及要點執行各項運作。

食安基金自104年啟動迄今，用於補助消費者保護團體的總金額為新臺幣1,426萬378元，補助案件包含大統長基摻偽油品案、校園食安消費者損害團體訴訟黑心油案、黑心油事件團體訴訟案及塑化劑事件團體訴訟案，目前終結審查的案件，獲得賠償金額高達7,924萬400元，約有1萬2,463名消費者，每人可獲得1,012元至4萬元的賠償金額。

3 避孕只能吃避孕藥？

避孕方式可分為藥品和醫療器材二種，目前避孕產品以口服藥為大宗，口服避孕藥需每天按時服用，萬一不慎忘記了，反而會造成經期紊亂或避孕失敗，現在女性還有其他避孕方式，例如裝置子宮內避孕器，或使用避孕環、避孕貼片。

子宮內避孕器

「子宮內避孕器」可防止受精卵著床，優點是省去天天服藥的麻煩，而且效果持久，3~5年後再更換即可；裝取皆須由醫師操作，無法自行使用，缺點是置入時間一久很容易忘記，引發嚴重症狀，必須每年定期到醫院婦產科檢查、追蹤，還有少數人可能有骨盆腔炎，經血量增加、經期較長或經痛較厲害的問題。

雖然子宮內避孕器避孕效果較好，萬一懷孕時，子宮外孕的機會也較高。

避孕環、避孕貼片

「陰道內避孕環」是一種內含藥物，柔軟有彈性的透明環狀物，會定量釋放低劑量荷爾蒙藥物，經陰道上皮吸收後發揮作用，女性只需在每個月月經來潮5天內，自行放置在陰道深處，放置約3週後自行取出，待下次月經來時再放入新的避孕環即可。

「避孕貼片」主要是將荷爾蒙藥物作成貼片劑，經由皮下吸收緩慢釋放藥品成分，抑制卵巢排卵反應。可在臀部、腹部、上臂外側或背部輪流換貼，但要避開胸部、傷口、毛髮及皮膚過敏等部位。

避孕環、避孕貼片均含有女性荷爾蒙成分，如同口服避孕藥一樣，會活化血液中凝血因子，可能造成多種器官栓塞，如靜脈血栓、肺栓塞，甚至造成冠狀動脈阻塞、腦血管栓塞（即中風）等副作用，應經醫師處方才能使用。避孕環不

適合給有血栓病史、血管合併症的糖尿病患者、局部神經症狀偏頭痛、未有明確診斷的陰道出血、嚴重肝病或肝腫瘤患者、惡性腫瘤患者等族群使用。此外，有高血壓、糖尿病、心臟病、肝功能異常、血凝症、乳癌、腦血管、心肌梗塞，或是35歲以上抽菸者、體重大於等於90公斤，或有家族病史者，使用避孕環，動脈血栓性的風險也會增加。

任何避孕方式效果皆非100%，切勿同時使用避孕藥、避孕環、貼片，萬一藥量過高會造成累加效應，反而會傷害身體。有避孕需求者，應諮詢專科醫師，討論合宜的避孕方式，並遵循醫師處方小心使用，用藥期間亦須詳細觀察是否發生不適現象。

好消息報你知！ 歡迎加入「TFDA食藥署」line@

我們將不定期跟您分享各種食品安全、安心用藥的相關大小事。
請立即掃描將本帳號設為好友！

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、李婉媜、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、楊雅珺、林高賢、陳信志

出版年月：2019年4月12日　　創刊年月：2005年9月28日　　刊期頻率：每週一次