



認識玻尿酸！為什麼女性對它趨之若鶩？

在保養的領域中，有源源不絕的新興成分！根據研究指出，玻尿酸一直是保濕護膚界的流行成分，更是肌膚護理中受歡迎的成分之一。但是，您知道玻尿酸是什麼嗎？為什麼經常出現在保濕產品中？食藥署邀請皮膚科邱品齊醫師帶大家了解玻尿酸，並解答關於玻尿酸的常見疑問。

玻尿酸是什麼？

玻尿酸 (hyaluronic acid) 又稱透明質酸，是一種高分子多醣體，廣泛存在於皮膚真皮層中，其功效除了保濕也能增強皮膚的彈性，平均分子量介於幾萬到幾百萬Dalton之間，具有高度的黏彈性、保水性和潤滑作用。目前主要由三種來源取得玻尿酸，分別為動物組織提煉、微生物發酵與化學合成法。

不同環境，影響玻尿酸的保濕效果

邱品齊醫師指出，產品的玻尿酸濃度並不能做為選擇產品的唯一依據，因為原料純度、平均分子量與3D立體結構都會影響產品吸水效果，通常分子量越大、網狀結構愈完整，會有較佳的吸水效果。邱醫師強調，由於每個人膚質差異很大，相同的商品在不同的皮膚狀況下使用，也會有不同效果。

食藥署也提醒，由於玻尿酸有很強的吸水能力，當環境中濕度越高，保濕效果就越好，反之，若環境較為乾燥，吸水能力就會打折扣。因此，使用時建議可搭配油脂類的成分，將水分鎖住，更能維持皮膚的水潤感。

文字撰寫 | 食力編輯群

玻尿酸

由於每個人膚質不同
相同的商品在不同的膚況下
使用也會有不同效果

破除玻尿酸迷思！

皮膚科醫師教您當聰明消費者

坊間對於玻尿酸有許多迷思！像是宣稱100%的玻尿酸產品、越濃表示玻尿酸含量越高等，食藥署指出，民眾在留意判斷相關資訊的正確性。

邱品齊醫師解釋，宣稱100%玻尿酸原液，其實是不存在的，因為100%的玻尿酸是固體粉末狀，要做成原液就需溶在水中，形成凝膠流動狀，這樣一來就是玻尿酸水溶液，根本不是100%濃度。一般來說，玻尿酸原液的玻尿酸濃度都不高，市售強調100%的玻尿酸原液，其實沒有太大意義，主要是行銷效果。

高濃稠度，不代表玻尿酸含量高

玻尿酸屬於大分子聚合物，但在市場上有許多不同配方，也有不同性質與結構的玻尿酸組合，依據產品設計，每一種都有其特定功能。邱醫師提醒，產品質地的濃稠與否，跟皮膚保濕效果並沒有明顯的關聯性，因為產品濃稠度是可藉由其他膠質成分或增稠劑來改變調整，與所含的玻尿酸濃度並沒有直接關係。

高價玻尿酸產品不一定好，適合自己最重要

通常來說，高分子量玻尿酸的產品，相對價格會比較高，然而，不同製程的玻尿酸，價格也會有明顯差異，因為產品配方中會添加其他的成分來達到產品宣稱的功效。此外，品牌定位、生產製造成本等，也會影響產品價格。

「雖然昂貴的產品不一定好，但是太過廉價的產品要好就更難。」邱品齊醫師提醒，最重要的是選擇值得信任且適合自己的產品，民眾可在使用前，先在手臂內側或耳朵前側，測試是否會產生刺激或過敏等不良反應。此外，單純含玻尿酸的產品主要是增強吸水保濕效果，適合油性肌膚、建議在夏天使用；若是皮膚偏乾或是環境濕度較低，則要搭配含油性鎖水成分的乳液或乳霜，才能達到有效的保濕效果。

食藥署也叮嚀，想要皮膚水噹噹，建議民眾先做好皮膚照顧基本功，確實卸粧與清潔，擁有充足的睡眠與均衡的飲食，才是最佳的皮膚保養之道。

玻尿酸產品質地的濃稠與否
跟皮膚保濕效果並沒有明顯
的關聯性

文字撰寫 | 食力編輯群

「動力式熱敷墊」 是啥米？食藥署教您正確操作

時序入冬，寒流一波接著一波，部分民眾開始出現關節卡卡、腰酸背痛的現象，是因為溫度下降讓身體血管收縮、循環變差，降低局部組織的修復能力，容易產生發炎疼痛；低溫也會讓肌肉緊繃，讓活動受到限制。此時，使用動力式熱敷墊熱敷身體，可以達到舒緩患部不適的效果，但是您知道什麼是「動力式熱敷墊」嗎？


食藥署說明，動力式熱敷墊屬於第一等級醫療器材，透過電能轉換成熱能，提供固定的溫度，促進局部血液循環，輔助舒緩肌肉痠痛。使用時，需特別注意：

- ①熱敷墊直接接觸到皮膚表面時，溫度應設定於45°C以下；若是熱敷墊與皮膚間隔著衣服或者毛巾，熱敷溫度可調高至50°C。
- ②進行熱敷的時間約15至20分鐘，使用過久可能會因為熱蓄積於體表而導致燙傷。此外，部分皮膚(例如:脖子)對熱的耐受度較低，需要特別注意使用時間，以免燙傷。
- ③不建議使用於嬰兒、癱瘓者、熟睡者、無意識患者及溫度感覺遲鈍者(例如孕婦、糖尿病患者等)。

- ④不坐或壓在熱敷墊上；不於易燃環境、鄰近充滿氧氣或氧氣儲存設備旁使用；不以拉扯電線方式拔去插頭；不以強力壓折及扭曲方式使用或收納熱敷墊；不以別針或其他金屬物品固定熱敷墊，以避免觸電。

食藥署提醒，動力式熱敷墊屬於第一等級醫療器材，選購時請確認產品包裝上載明醫療器材登錄字號，勿購買來路不明的產品，使用前也應詳細閱讀說明書，遵守其所載警告及注意事項，確保安全。

若民眾對使用「動力式熱敷墊」有所疑慮，除了向醫師尋求協助外，亦可至食藥署網站之許可證資料庫，查詢產品之相關資訊 (<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、含藥化粧品許可證查詢作業)。若發現不良品或使用時發生不良反應，請至藥品醫療器材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：02-2396-0100通報。

- 
- 選購有醫療器材登錄字號的產品
 - 使用前應詳閱說明書並遵守其所載警告及注意事項

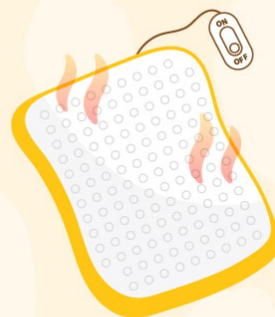
動力式熱敷墊



選購時善用 醫材安心三步驟

動力式熱敷墊提供體表乾熱治療，促進患部局部血液循環、輔助舒緩患部肌肉痠痛感，為第一等級醫療器材。

- 一認** 先認識動力式熱敷墊式醫療器材
- 二看** 購買時看包裝上的醫療器材登錄字號
- 三會用** 使用前詳閱說明書，並遵照指示使用



使用3要

要注意溫度



熱敷墊直接接觸到皮膚表面時，溫度應低於45°C

要控制時間



進行熱敷的時間不宜過久，約15-20分鐘

要小心位置



皮膚較薄部位，對於熱耐受度較低，使用時應加留意，避免燙傷

4不使用

- 1 不能使用於對溫度感覺遲鈍者（例如嬰兒、孕婦、糖尿病患者等）
- 2 不能在易燃環境或氧氣儲存設備旁使用
- 3 不能在收納時強力壓折&扭曲產品或線路
- 4 不能以別針或其他金屬物品固定熱敷墊



衛生福利部
FDA 食品藥物管理署

廣告

版權聲明：如需引用本署圖文，請原圖文轉載並註明出處，請勿重製、刪減或修改內容。

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：李明鑫、許朝凱、林蘭砮、楊依珍、許芷瑀、吳正寧、

執行編輯：楊淑真 美術編輯：郭儀君

簡希文、許家銓、林中豪、吳宗熹、蕭新民、李啟豪

出版年月：2023年12月29日

創刊年月：2005年9月22日

刊期頻率：每週一次