

藥物食品 安全週報



第 611 期

2017年6月2日

發行人：吳秀梅 署長

【本期提要】

- 一、洗髮精含矽靈之選擇
- 二、生飲山泉消暑？
當心喝下致病菌

一、洗髮精含矽靈之選擇

在眾多洗髮產品中，矽靈成分常被拿來討論，坊間宣稱「不含矽靈」的洗髮精廣告亦所在多有。其實，化粧品的使用需求，常

因人而異，不添加特定成分僅是消費者個人因消費習慣之喜好不同。然而，這些訴求背後的涵義，往往是貶低特定成分的存在，並無完善的科學理論基礎，甚至是基於錯誤的歷史淵源，或只是一些未經證實的假說。尤其是洗髮、潤髮產品使用矽靈成分，即是其中一個案例。

那麼，在洗髮精中添加矽靈是否有害呢？食品藥物管理署（以下簡稱食藥署）特別邀請臺大醫學院蔡呈芳副教授（現職為臺大醫院皮膚部主治醫師）向民眾細說分明！

矽靈約於40年代開始量產，由於具有便宜、穩定、無毒的特性，很快就普遍被應用於醫學與工業上。到了70年代，矽靈也開始用於化粧品產業，其用途包括止汗除臭劑、皮膚保養品及彩粧。直到80年代克服矽靈穩定懸浮的問題後，含矽靈的雙效（洗髮、潤髮）合一洗髮精才出現；而時至今日，矽靈幾乎已是雙效合一洗髮精的代名詞。

由於矽靈本身不會受洗髮精的洗劑及護髮劑電荷的影響，也不會跟皮脂混合，其形成完整薄膜可讓頭髮減少靜電，使其柔順好梳理又有光澤的同時，又不會明顯增加頭髮的負擔。然而，就在矽靈開始廣泛用於雙效合一洗髮精的同時，

洗髮精
添加矽靈有害？



各種負面的傳聞便開始出現；包括：「雙效」無法真正兼顧、會妨害染髮、無法洗淨、阻塞毛細孔，進而引起掉髮及頭皮發炎等；甚至傳出因為矽靈是合成的化合物，自然界無法分解，恐對環境造成危害等，但這些指稱，科學文獻的依據其實相當薄弱，甚至是缺乏的。

洗髮精含矽靈會..

頭皮發炎？

禿頭？

掉髮？



目前已有研究指出，以含有矽靈洗劑洗頭後，雖有部分矽靈附著頭髮，但在使用約 5 次後其附著量就會達到平衡；而只要使用 1 次不含潤絲成分的一般洗劑清潔，大部分矽靈成分就可被清除。而頭皮發炎更可能是因為洗劑過於溫和，無法有效洗淨，並非矽靈引起。矽靈成分本身對頭皮的保濕力並不明顯，再加上矽靈無法為皮屑芽孢菌所使用，因此尚無引起脂漏性皮膚炎的科學依據。此外，矽靈雖是合成化合物，但洗劑中常用的直鏈矽靈成份，在自然界仍可自行分解。根據北美洲 1994 年開始執行的「矽靈對於環境、健康及安全的之監測」，大致上證實矽靈對環境及健康的影響，是來自其生產中殘留的不純物而非矽靈本身。目前關於矽靈成分的使用，尚未發現有其對人體有明顯危害性，且國際間，包含歐盟，美國及日本等國的管理規範，亦均未禁止使用於化粧品中。

矽靈並非完美的護髮成分，但對於有護髮需求的消費者，要找到一種讓髮絲柔順、光澤好梳理，又要安全穩定、便宜不油膩、無臭無味的成份，矽靈仍是合適的選擇。「不含矽靈」的洗髮潤髮產品，並沒有好或壞的問題，還是要回歸到個人護髮需求來做選用。

說到底，矽靈雖然並非洗髮精的必要成分，如果維持短髮，又沒有因為吹、燙、染、整而導致髮質乾燥受損的困擾，自然也就無使用潤髮成分（包括矽靈）的需求。相反的，使用含矽靈成分的洗髮精，對於原本頭皮容易出油者而言則可能會使頭皮及頭髮顯得油膩不適，總之，正確的洗卸清潔動作很重要，選擇適合自己的產品，了解成分的用途與方式，才是擁有亮澤秀髮的關鍵。

歡迎大家掃描QR Code
線上閱覽更方便。



【本文歡迎轉載，轉載時請註明出處（食藥署-藥物食品安全週報）及作者】



二、生飲山泉消暑？當心喝下致病菌

炎炎夏日暑熱難耐，到山野林間吸收芬多精，聆聽潺潺流水聲，或是裝瓶自然流出的山泉水直接飲用，看似消暑良方。甚至有些民宿以山泉聞名，還有許多人認為，甘甜美味的山泉水富含天然微量元素，甚至專程開車汲取山泉回家泡茶或飲用，卻忽略直接生飲山泉水，可能會對健康造成風險及危害。



因為山泉水流經地表時，容易受到人類活動或動物排泄物的汙染，雖看似清澈甘甜，卻內含肉眼無法看到的微生物、氨氮及硝酸鹽氮等汙染物。如果山上種植蔬果所施用的農藥，或工廠排放的汙水，則汙染情形更加嚴重。有鑑於此，所有的飲用水都應經過妥善的淨水處理以達到飲用水衛生標準才可飲用，絕對不可單憑外觀和口感來判斷水質。

尤其有些不肖業者抽取地下水充當「山泉水」或以不明水源宣稱「山泉水」，其衛生狀況更是堪憂。

在山泉水引起食品中毒的案例中，曾發現飲用未煮沸山泉水沖泡的牛奶後，體質弱的幼兒被沙門氏菌感染引發腦膜炎，進而影響智力。此外，在民眾送驗的山泉水樣品中，也發現有超過半數的水質檢驗結果不符合規定，主要原因是總菌落數及大腸桿菌群超過標準。行政院環境保護署的調查結果也顯示，有高達5成的山泉水不符合飲用水質標準，大腸桿菌群及總菌落數不合格率分別是62%及59%。

食藥署呼籲，民眾切勿為了消暑而生飲山泉水，以免喝下藏有寄生蟲卵或令人致病的微生物，至少要先經過濾、煮沸等妥善的處理後再喝！



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、陳瑜綸、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、闕麗卿、曾素香、遲蘭慧、陳美娟、王坤騰、陳惠章

出版年月：2017年6月2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



化粧品選用

安全三重奏



知 規定 了解我國化粧品管理規定。

識 標示 購買時看清楚
化粧品標示項目。

選得漂亮
用得安心



正 確用 依據產品標示之使用方式
及注意事項正確使用。

化粧品定義：依據我國化粧品衛生管理條例的規定，化粧品係指施於人體外部，以潤澤髮膚，刺激嗅覺，掩飾體臭或修飾容貌的物品。除了腮紅、唇膏、指甲油等彩粧，以及面霜、乳液等護膚產品以外，包括防曬產品、染燙髮劑、洗髮精及體香劑等等也都是化粧品。



漂亮購達人

貝蒂不藏私教學

廣告