歡迎訂閱
電子報

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

2020年3月6日
發行人：吳秀梅 署長

藥物食品
安全週報 第755期

1 氣炸鍋食安問題三兩事

近年來兼顧美味又少用油的氣炸鍋，廣受許多消費者喜愛，但其鍋內塗層是否安全，已成了網路熱門的討論話題，對此，輔仁大學食品科學系教授高彩華指出，與其探究材質間的差異，更要注意的是在使用時，注意菜上、肉下分層，並在使用後立即清潔，才是用對鍋具、吃出健康的好方法喔！

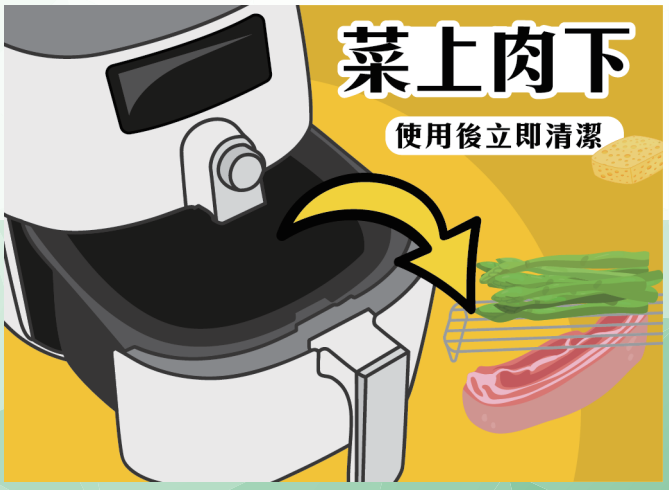
如同旋風烤箱，氣炸鍋利用空氣循環加熱，以食物本身的油脂來烹煮，減少用油量，食物的熱量大幅降低，從鹹酥雞、雞塊到牛排，樣樣都能做，而且口感酥脆、無產生大量油煙，較符合健康料理訴求進而大受消費者喜愛。

鐵氟龍最常見但不耐刮

氣炸鍋主要的內鍋塗層材質，是鐵氟龍或陶瓷，其中又以鐵氟龍塗層最為常見，因為它不沾黏、耐高溫，價格也較低，被業者廣範使用，但其缺點是不耐刮，因此要用海綿清洗，以免塗層剝落影響不沾功能。消費者購買氣炸鍋時，可挑選塗層摸起來表面平滑的產品，並按照說明書清洗保養，藉此延長使用期限。

菜上肉下分層，避免污染

氣炸鍋有類似烤、炸、蒸等多種功能，也可以藉由配件進行分層，放置不同食材。高彩華提醒，烹煮時最好把蔬菜放在上層，下層鍋則放肉；因為蔬菜需要的加熱時間較短，取出蔬菜的同時，往往肉品還未熟透，如果把肉放在上層，沒有熟透的肉屑或肉汁掉入下方的菜，會交叉污染。至於摻夾蔬菜的肉串，烹煮過程中，可開鍋檢查是否熟了再吃。



高彩華建議，在使用氣炸鍋的過程中，仍會產生少許油煙，應該打開抽油煙機以利通風，而鍋子的出風口容易殘留油污，每次使用後也要洗乾淨喔。

趁餘溫用濕布擦

由於氣炸鍋利用高溫氣流，較輕的食物碎屑會飛起，沾黏在加熱管等氣炸鍋內部，食物最好不要裝得太滿，或是在烹煮時鋪上專用烘焙紙，減少沾黏。且因為食物含有澱粉、蛋白質、油脂等成分，食物碎屑沾黏在氣炸鍋內部時，若未即時清除，經過反覆加熱，可能會生成致癌物質。

高彩華建議，每次用完鍋具之後，趁著餘溫用濕布擦去碎屑與油污；也可以定期對加熱管、內壁等油污較多的地方，噴上小蘇打水，再加水蒸熱，軟化油垢，最後以布擦拭清潔。萬一發現氣炸鍋有片狀剝落、出現黑色屑粒，烹煮過程冒出白煙、異味時，就要立刻停用！

2 網拍國外食品要先這樣做

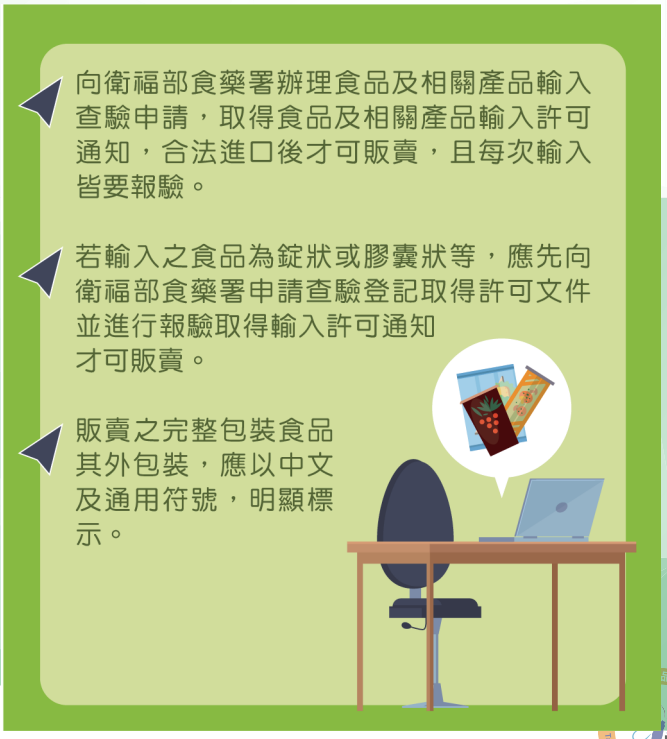
有些民眾會透過多重管道購買國外食品，例如：在國外網站購買食品、請人代購國外食品，或自行出國旅遊購買當地食品，再轉於國內網路拍賣平台販售賺取價差，食品藥物管理署（以下簡稱食藥署）提醒，當心此舉已違反食品安全衛生管理法(以下簡稱食安法)喔！

網路代購日漸盛行，食藥署提醒，網路賣家販售國外食品要注意下列事項：

一、國外食品應事先向食藥署辦理食品及相關產品輸入查驗申請，取得「食品及相關產品輸入許可通知」，合法進口後才可販賣，且每次輸入皆要報驗。

二、若輸入之食品為錠狀或膠囊狀等，經中央主管機關公告之食品，應先向食藥署申請查驗登記取得許可文件(有效期限5年，期滿仍需輸入者，得辦理展延)，並進行報驗取得輸入許可通知才可販賣。

三、販賣之完整包裝食品其外包裝，應以中文及通用符號，明顯標示品名、內容物、淨重（或容量、數量）、食品添加物、負責廠商資訊、原產地、有效日期及中央公告規定事項。



食藥署提醒，違反以上行為者，隨時都可能被檢舉，切勿以身試法，一旦觸法，衛生機關可依《食安法》第21、22、30條處分。另外，食品的標示、宣傳或廣告不得有不實、誇張或易生誤解的情形，也不能有宣稱醫療效能，如：壯陽、減肥及豐胸等違反《食安法》第28條的行為。

3 鼻塞劑恐致敏 問了再用！

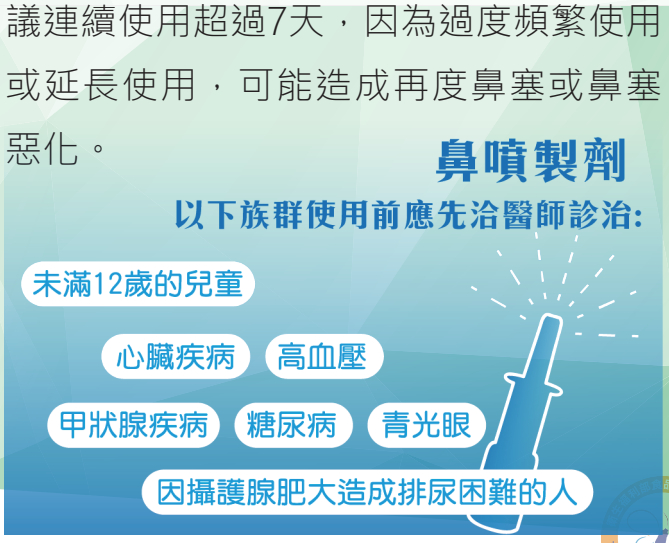
春天百花齊放，有些人卻開始鼻子過敏，再加上季節交換天氣不穩定，感冒鼻塞的人也變多了。此時用來緩解鼻炎、過敏或感冒引起的鼻塞、流鼻水、打噴嚏等症狀的醫師、藥師、藥劑生指示藥（OTC）噴鼻製劑，正好可派上用場。

噴鼻製劑的有效成分，依藥理分類主要為：鼻充血解除、抗組織胺、局部麻醉及消炎等類別成分。雖然指示藥無須經醫師處方即可在藥局購得，但是購買時仍應尋求醫師、藥師或藥劑生的專業建議，使用前也應詳閱藥品說明書。

首先要注意，藥品的成分是否曾引起過敏，若曾發生過敏則應避免使用。對於未滿12歲的兒童、有心臟疾病、高血壓、甲狀腺疾病、糖尿病、青光眼，或因攝護腺肥大造成排尿困難的人，使用前應先洽醫師診治。此外，噴鼻製劑中若含有phenylephrine hydrochloride成分，則兩週內有服用單胺氧化鎂抑制劑（MAOI）者，都不得使用。若不了解服用的藥品是否含有MAOI，可詢問醫師或藥師。孕婦、可能懷孕婦女及哺乳婦，使用前也應先諮詢醫師、藥師或藥劑生。正在接受醫師治療或者同時服用其他藥物的人，也建議在使用噴鼻製劑前先諮詢醫藥專業人員。

食藥署提醒，鼻噴劑的用法用量一定要遵照說明書，例如：每次可於鼻腔內噴幾下（通常不超過3下），以及使用後至少需間隔幾小時才可再使用，都必須嚴格遵守。使用後若發生鼻腔腫脹、刺激感或皮膚發疹、發紅、發癢或其他不適狀況，應立即停止使用，並洽詢醫藥專業人員。使用後若持續鼻塞，或連續使用3天後症狀仍未改善或更惡化，也必須停止使用並接受醫師診治。

要注意的是，OTC噴鼻製劑不適合長期使用，使用後症狀有改善，則不建議連續使用超過7天，因為過度頻繁使用或延長使用，可能造成再度鼻塞或鼻塞惡化。



聽說系列
防疫篇

聽說OOO可以治療新型冠狀病毒，這是真的嗎？

食品藥物管理署 Food and Drug Administration

食藥闢謠專區　食藥署 Line@

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、謝碧蓮、陳瑜絢、高雅敏、王博譽、林邦德、王兆儀、吳敏華、王柏森、董靜馨、楊千慧、吳姿萱　　美術編輯：郭儀君

出版年月：2020年3月6日　　創刊年月：2005年9月28日　　刊期頻率：每週一次