



歡迎訂閱
電子報

2020年9月4日

發行人：吳秀梅 署長

藥物食品

安全週報 第781期

1 吃對避孕藥 不當「意外」爸媽

享受性愛歡愉之後，該如何避免懷孕而當上「意外」爸媽呢？食品藥物管理署(下稱食藥署)邀請臺北市立聯合醫院林森中醫昆明院區黃品臻藥師，為大家說明事前、事後避孕藥的正確服用方式。

(1) 事前避孕藥

事前避孕藥含有人工合成的「雌激素」與「黃體素」，藉長期穩定服用，使女性體內維持一定濃度的荷爾蒙：當雌激素濃度偏高，卵巢便不會排卵；當黃體素濃度偏高，子宮頸黏液會增加，精子難以通過子宮頸而與卵子結合。事前避孕藥需長期、穩定服藥才能達到效果。每天定時服用1顆，睡前或與食物併服可減少嘔吐、噁心感。

在藥品包裝方面，可分為21顆裝與28顆裝：21顆裝全數含藥，連續服用21天並停藥7天，再開始下一週期的避孕藥。28顆裝適合記性較差者，部分含藥、部分不含藥，先每日連續服用含荷爾蒙

的藥錠，再服用無作用的錠劑，不必停藥。

首次開始使用時，可於月經出血第一天開始吃，連續服藥7天後，才具避孕效果，頭7天內仍需同時以其他方式避孕(如保險套)。無藥日期間(停藥7天或服用無作用錠劑的日子)，因少了荷爾蒙的維持，子宮內膜會剝落、月經來潮。無藥日結束後，不論經血停止與否，都要從第29天起開始新的服藥週期。



萬一忘記服藥怎麼辦？若延遲時間未超過12小時，想起後立刻補服，下次再回復正常的服藥時間；若延遲超過12小時，此時避孕效果可能降低，在想起時補服前一次漏掉的劑量，當天的藥量仍按時服(想起當日需服用2顆)，之後依正常時間、劑量服藥。若曾漏服超過24小時，補服藥品後，未來7天內需採額外避孕措施。

(2) 事後避孕藥

如果在性行為時缺乏防護措施或避孕失效(如保險套破裂等),可用事後避孕藥緊急避孕,主要是抑制或延遲卵巢排卵,或使子宮頸黏液增稠、降低精卵結合的機率。事後避孕藥可分為兩代:第一代高劑量黃體素(Levonorgestrel)、第二代黃體素受體調節劑(Ulipristal acetate)。

第一代Levonorgestrel建議在性行為後72小時(3天)內服用,第二代Ulipristal acetate建議在性行為後120小時(5天)內服用,愈早服用避孕成功率愈高。事後避孕藥僅對當次性行為有保護作用,不建議在同一經期內重複服用事後避孕藥,以免擾亂月經週期。

不論事前或事後避孕藥,皆屬醫師處方藥,若有心血管疾病、肝功能障礙、乳癌等情形,不宜以避孕藥作避孕方式。

食藥署提醒您,女性的受孕能力原本就會隨著年紀而下降,若服用避孕藥多年之後又突然計畫懷孕,很有可能會因為年紀或其他因素影響受孕機會,且避孕藥的種類繁多,劑量也不同,第一次服用時還是建議請醫師先行評估後,由醫師替您開立最適合的口服避孕藥,以降低副作用發生的機率,服藥後也應定期追蹤檢查,確保長期服藥的健康品質。

2 認識實驗室開發檢測與服務(LDTS)檢測法

實驗室開發檢測與服務(Laboratory Developed Tests and Services, LDTS),是實驗室使用自行建立的分子檢測方法,並利用該方法給予檢測結果,作為服務之用,其結果直接或間接使用於臨床用途,包含「實驗室自行開發」、「分子檢測」、「精準醫療」3個組合概念。實驗室選擇發展LDTS的原因,主要是因為市場上,沒有針對特定疾病的體外診斷醫療器材產品可用,另一方面則因新興分子檢測技術的日新月異。

人類基因體圖譜解序完成後,得以深入探討基因體序列、基因與疾病的關聯,越來越多實驗室自行研發的分子檢測方法,近來快速發展與成長為臨床服務項目,也成為個人化精準醫療的推手。



食藥署為確保檢測服務品質,主要參考國際管理規範,並以國際標準ISO 15189制定品質管理系統要求,作為分子檢測實驗室LDTS項目品質管理的參考依據,並於107年12月17日公告「精準醫療分子檢測實驗室檢測與服務指引」中,要求施行服務的實驗室必須符合:(1)人員

及設備要求、(2)管理要求、(3)品質要求、(4)服務要求、(5)技術要求之品質認證，當實驗室落實檢測品質管理，即表示此實驗室有能力提供穩定可靠的一致性結果。

為提升實驗室檢測與服務品質，促進相關產業的發展，辦理實驗室列冊登錄管理業務，藉由書面審查及實地查核等審核機制，落實實驗室的品質管理系統，確保實驗室提供服務之穩定性及正確性，讓有檢測服務需求的民眾更有保障。

3 買到染色紫米？ 是溶出花青素啦！

健康飲食當道，富含營養的紫米、黑米等五穀雜糧廣受民眾喜愛，但有人發現，買回家的紫米以清水沖泡後，洗米水呈現紫紅色至深色，懷疑是否買到人工染色的產品。食藥署說明，紫米、黑米、黑芝麻是富含花青素的食物，因花青素是水溶性色素，清洗時易溶出而呈現淺深不一的紫紅色，這是正常的現象。

目前在自然界的花青素約有20多種，顏色會因環境的酸鹼值而有所改變，酸性環境下呈現紅色，鹼性環境下為藍色。花青素具有良好的抗氧化能力，常見於呈紫色或黑色的天然食物，如：紫色茄子、紫甘藍、紫地瓜、黑醋栗、藍

莓等紫色蔬果，草莓及蘋果等紅色蔬果，黑色食物如黑豆、黑金剛花生、黑枸杞或黑木耳，蝶豆花飲品的紫色也是由花青素而來。

花青素為准用之天然食用色素，由深色可食植物及果實取得，而天然食用色素中也有許多色素主成分為花青素，如藍莓色素、洛神花色素、草莓色素、桑椹色素及藍果（蒟蒻）色素等，有許多廠商也開始用天然食用色素取代人工著色劑，添加於糖果及飲料等產品中。



由於人工合成著色劑的品項繁多，且食品使用的原料本身含有或另外添加天然色素的情形，食藥署已積極研發食品中著色劑新興檢驗方法，將原本只能鑑別8種人工著色劑的檢驗方法，提升至同時鑑別50種天然與人工著色劑。民眾可至食藥署網站（<http://www.fda.gov.tw>）首頁>業務專區>研究檢驗>建議檢驗方法查詢相關檢驗方法。

醫用口罩 三點靈

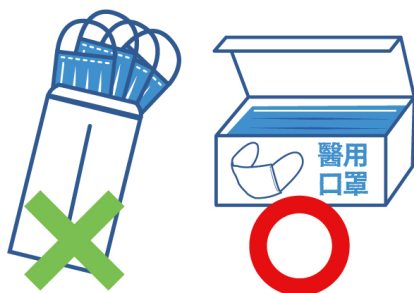


1



醫用口罩請到領有合法
販賣業藥商許可執照的
醫療器材行、便利超
商、各大賣場、藥粧店
及藥局等通路購買

2



除了實名制口罩是以散
裝方式販售外，其餘醫
用口罩必須以完整包裝
方式販售。

3



購買非實名制醫用口罩
時，一定要確認包裝有
標示醫療器材許可證字
號，才是品質有保證的
醫療器材。

臺灣製造

衛部(署)醫器製字第000000號
衛部(署)醫器製壹字第000000號

國外製造

衛部(署)醫器輸字第000000號
衛部(署)醫器陸輸字第000000號
衛部(署)醫器輸壹字第000000號
衛部(署)醫器陸輸壹字第000000號