



歡迎訂閱  
電子報

2021年6月18日  
發行人：吳秀梅 署長

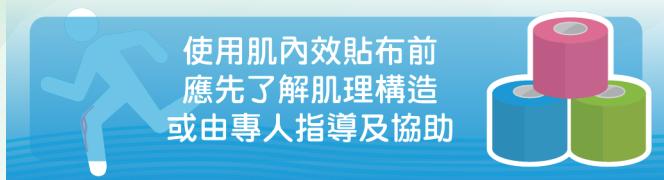
# 藥物食品

## 安全週報 第822期

### 1 肌內效貼布竟然是醫材，怎麼貼才有效！

有沒有曾經在運動場上看到選手身上貼了色彩繽紛的貼布，有著各種顏色、各種造型，您可能會好奇那是裝飾或是有什麼特別功能。其實這些貼布可都是衛生福利部食品藥物管理署（下稱食藥署）所列管的醫療器材，屬於醫療器材分類分級中的「醫療用黏性膠帶及黏性繃帶」。

這些貼布有些人稱為「肌貼」，但實際上真正的名稱叫做「肌內效貼布」，是來自於日本的Kenzo Kase博士所開創的Kinesio Taping Method（肌內效貼布法），利用貼布本身具備的伸縮彈性及貼布背面的紋路，沿著肌肉方向黏貼，為肌肉結構提供支撐，並利用拉伸貼布時貼布所產生的回彈力，作用在肌肉上來協助肌肉用力或放鬆。當貼布回彈的方向與肌肉收縮的方向相同時，就可以幫助用力；反之，當貼布回彈方向與肌肉收縮方向相反時，則可以幫助肌肉放鬆。另



外，當肌貼黏貼後將可拉起皮膚，增加皮膚與軟組織之間的空間，從而促進血液和淋巴液的循環，並提高組織的癒合率，透過肌肉收縮，能夠改變每個節段中的壓力。淋巴和組織液亦可再循環，並減少腫脹和疼痛的感覺。

肌貼本身並不含藥性，只要皮膚不會對黏膠過敏的人都可以使用，但伴隨著時間過去，貼布的黏性與彈性會逐漸遞減，若是貼布彈性不佳，固定的效果就會不好，正常大約2天時間，或貼布因脫膠而掀起時，使用者就可以主動撕掉。但使用肌內效貼布前應先了解肌理構造，或需要由專人指導及協助，在貼時必須針對需求及部位來搭配不同的長度、拉力、貼法及姿勢擺位，若沒有正確使用反而會對肌肉造成傷害。

使用該產品的注意事項，包括：

- (1) 使用貼布前，請先清潔肌膚表面。
- (2) 若肌膚上有傷口，請避免直接貼於該部位。
- (3) 貼布可以碰水，若洗澡後可用毛巾壓乾或用吹風機冷風吹乾。
- (4) 裁剪時可將貼布四角修圓弧，以減少捲起情況。使用中如有任何不適，請先暫停使用。

食藥署提醒，民眾如需查詢醫療器材許可證相關資料，可至食藥署網站搜尋（路徑：食藥署網站首頁<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、醫療器材及化妝品許可證查詢）。若發現品質不良的醫療器材，或因使用醫療器材引發嚴重不良事件，請立即至食藥署「藥物食品化妝品上市後品質管理系統」通報（<http://qms.fda.gov.tw>），或撥打通報專線：02-2396-0100洽詢通報事宜。



當民眾自國外網購及攜入供個人自用的食品及相關產品，若價值在1千美元以下，且重量在6公斤以內者，依規定得免向食藥署辦理申報；若是錠狀與膠囊狀食品，每種至多12瓶（盒、罐、包、袋），合計以不超過36瓶（盒、罐、包、袋，以原包裝為限），超量則須辦理退運或聲明放棄。

### 違反食品安全衛生管理法，最高罰鍰300萬

食藥署提醒：所謂「個人自用」是指自用或饋贈親友，而非牟利販售。若超過規定數量，依法需向食藥署辦理輸入食品查驗，並切結個人自用。

這些以個人自用名義購買的海外食品，萬一吃不完也不得上網拍賣販售，否則將涉及違反食品安全衛生管理法第30條第1項規定：「販售未經進口查驗許可之食品，處新臺幣3至300萬元之罰鍰。」食藥署也呼籲民眾不要購買外包裝無中文標示之食品，才能讓自己收得開心、吃得更安心。

## 2 網購個人自用的食品勿超量、別販售！

隨著健身熱潮風靡全球，不少年輕人為了體態健美，常在做完重訓後，立馬喝下一杯乳清蛋白！這類高蛋白飲品，許多人會透過海外網購。食藥署提醒，若沒有留意相關規定，可能產生通關問題，甚至衍生食安疑慮。

# 3 化粧品怎麼這麼香？！ 五種方法教您安心使用

炎炎夏日，為了防止狐臭、汗臭等惱人異味，許多人會選用體香膏或香水來遮掩。而日常生活中也有不少化粧品會添加香精或香料來遮蓋原料的異味，如沐浴乳、洗髮精、乳液、護手霜及香皂等。因此，食藥署提醒，即使是聞起來沒有香味的化粧品，也有可能添加芳香物質。

## 常見的過敏因子 - 香料與香精

據研究顯示，化粧品所添加的香精或香料，經常是造成過敏的常見原因之一，包括Cinnamyl alcohol、Amyl cinnaml、Eugenol、Geraniol、Hydroxycitronellol、Coumarin、Lyral等。而歐盟針對化粧品如添加易致敏的芳香物質，則需符合相關之標示管理規定，並針對高致敏性的Lyral、Atranol與Chloroatranol，都將自2021年8月23日起，禁止在歐洲市場流通。

近年來，宣稱草本或添加植物萃取物的化粧品廣受民眾歡迎，然而，許多植物萃取物亦含有易致敏的芳香物質。例如：苦橙皮萃取物中含有Limonene與Linalool，兩者經氧化後會成為高致敏物質；橡樹苔蘚及樹苔蘚萃取物則含有Atranol及Chloroatranol。

為避免香精或香料過敏，食藥署提供選購香氛用化粧品的五個小秘訣：

- (1)看標示**: 特別是品名、用途、成分及保存期限等，不買來路不明或標示不清的產品。
- (2)要測試**: 先做局部皮膚測試，沒有刺激或過敏等不良反應，方能安心使用。
- (3)避部位**: 避免使用於黏膜部位，切勿直接朝口鼻噴灑。
- (4)放陰涼**: 勿使高溫造成變質。
- (5)限期用**: 開封使用後，要留意在效期及是否變質。

食藥署提醒您：隨著天氣變熱，要多注意皮膚清潔，選用適當的香氛化粧品，若使用後有過敏症狀，應立即停用，並尋求專業醫師協助。



正.確.用藥，好.簡.單.

# 藥品指示怎麼看？

## 非處方藥

### 指示藥與成藥-安全性高

成藥因安全性較高，可以讓民眾自行選購；指示藥則可經諮詢醫師藥師後使用



請遵循 3要2不！

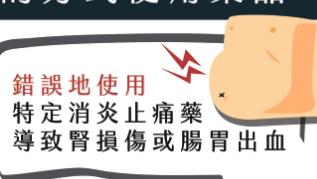
但是.....

民眾仍常以錯誤的方式使用藥品

錯誤地使用部分解熱鎮痛劑導致肝損傷



錯誤地使用特定消炎止痛藥導致腎損傷或腸胃出血



錯誤地使用制酸劑而影響腸胃道營養吸收



綜合感冒藥常含有嗜睡成分若未注意而去開車或操作危險器械容易造成意外

## 要知風險

所有藥品都有風險

## 要問藥師

購買藥品時與藥師討論使用方式

## 要看標示

使用前看清楚外盒及說明書的指示

## 不過量

依照說明書的使用方式

## 不輕忽

3天以上症狀未改善，需盡速就醫

正確用藥好簡單，還要看懂外盒標示&說明書!!

閱讀外盒可以快速辨識藥品之用途，並且確認誰不能吃、怎麼吃等資訊！

閱讀仿單可以快速了解注意事項，針對服藥前及服藥後，皆有實用的說明！

藥物資訊與注意事項	有效成分
	用途
	使用族群
	用法用量
	類別
	諮詢專線
	QR Code



廠商產品基本資訊

TFDA食品藥物管理署 監製

藥物食品安全週報



成分

用途(適應症)

使用上注意事項

用法用量

警語

包裝

藥前藥後都要看喔!!

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、林蘭璉、李婉媧、黃琴曉、傅映先、鄧書芳、高雅敏  
劉淑芬、吳宗熹、林高賢、李啟豪、吳姿萱

美術編輯：郭儀君

出版年月：2021年6月18日

創刊年月：2005年9月28日

第822期 第4頁

刊期頻率：每週一次