



歡迎訂閱
電子報

藥物食品



2021年8月20日
發行人：吳秀梅 署長

安全週報

第831期

1 四種飲料配藥吃，小心副作用風險大增

不少民眾圖方便，隨手用飲料配服藥品，這可能會與藥品發生交互作用，進而影響藥品吸收，甚至產生副作用，對此，食品藥物管理署(下稱食藥署)邀請社區藥局郭建宏藥師與民眾分享臨床上常見的例子。

咖啡、牛奶、茶、葡萄柚汁，別再拿來配藥！

【牛奶】牛奶中的鈣會與四環素類抗生素(Tetracyclines)、喹諾酮類抗生素(Quinolones)結合，減少其吸收，導致藥效降低。此外，牛奶也會影響甲狀腺素藥品及治療骨質疏鬆的雙磷酸鹽類藥品吸收。對此，郭藥師建議，服藥的前後兩小時內，勿飲用牛奶與含牛奶飲料，以免鈣與藥品結合而降低藥效。

【咖啡】咖啡因會刺激中樞神經系統、促進腎上腺素分泌，造成興奮及心跳加速，這些作用會使某些藥品如含麻黃素類感冒藥的作用加成、或降低鎮靜安眠藥的效果。此外，咖啡因會減少某些藥

品代謝，造成血中藥品濃度增加，進而增加副作用，例如精神科用藥Clozapine。

【茶】茶飲含咖啡因，因此也會影響藥效。此外，茶中的茶鹼成分，若與氣喘治療藥併用，會使藥品作用加成，增加副作用發生率。

【葡萄柚汁】葡萄柚汁中含有抑制肝臟代謝酵素的呋喃香豆素(Furanocoumarin)，此成分會使經由此種酵素代謝的藥品血中濃度增加，增加不良反應的發生率，例如降血壓藥品、Statin類之降血脂藥品、抗心律不整藥(Amiodarone)、免疫抑制劑。因葡萄柚汁與許多藥品都可能產生交互作用，食藥署建議民眾，於用藥期間應避免飲用葡萄柚汁，或先行詢問醫師、藥師，以免產生不良反應。



最後，食藥署叮嚀：藥品應以常溫水吞服，果汁、茶類、咖啡、牛奶等都不適合配服藥品，且服用藥品與喝飲料要間隔2小時以上，才能將藥品與食品交互作用的發生率降至最低。

下一期，食藥署將會介紹其他食品與藥品之間的交互作用影響，請持續關注！

2 嗜肉族注意！認識食品中的動物用藥殘留檢測

動物用藥是什麼？肉品中如果有殘留動物用藥，吃下去會對身體造成影響嗎？這些民眾常見的疑問，食藥署將一一告訴您。

動物用藥，主要是用來預防、診斷及治療動物疾病，合理使用可以維護動物健康、改進飼料利用效率，進而提供優質產品。當動物用藥後，藥品會進入血液，經血流到組織中，再由肝臟、腎臟及膽汁等機制排出體外。若藥品在體內未完全排除前即屠宰、加工或食用，就可能有藥品殘留問題。



正確使用合法的動物用藥，經適當的停藥期，即可避免用藥殘留問題，且

為保障消費者安全，國內訂有殘留容許量標準，只要不超過此標準限量，就不會有健康危害。

食品中動物用藥殘留檢測，必須經過檢體均質、萃取、淨化及儀器分析等步驟。首先，用均質機將動物組織檢體均質，接著用有機溶劑將檢體中待檢測的目標藥品萃取出，再利用固相萃取法或淨化粉劑等進行淨化處理去除其他干擾物質，最後再以儀器做檢測分析。

食藥署為維護國人健康，針對食品中動物用藥殘留檢測已建置相關檢驗方法，相關資訊可於官網上查詢(食藥署首頁>業務專區>研究檢驗>公告檢驗方法或建議檢驗方法)。此外，食藥署仍持續開發及優化檢驗方法，以增加檢驗項目及簡化檢驗流程，確保民眾食用安全。

3 包裝果蔬汁怎麼喝才對 食藥署教您如何選擇

有人說喝果蔬汁比較健康，加上外食族無法有效補充蔬菜和水果，許多人期望能藉由包裝果蔬汁攝取所需營養，不過事實真的如此嗎？讓食藥署告訴您選擇時要注意什麼：

(1) 果蔬汁含量：

果蔬汁含量多寡會影響口感、價位及營養成分等，挑選時應注意果蔬汁含量，而食藥署對於市售果蔬汁的包裝飲

料標示有以下規定：

①**未含果蔬汁者**：應於產品外包裝正面顯著處標示「無果(蔬)汁」或等同意義字樣；若產品品名含果蔬名稱者，並應於品名中標示「口味」、「風味」或等同意義字樣。

②**果蔬汁總含量未達百分之十者**：除內容物名稱外，不得標示果蔬汁或等同意義字樣，並應於外包裝正面處顯著標示「果(蔬)汁含量未達百分之十」或等同意義字樣，或直接標示原汁含有率。

③**果蔬汁總含量達百分之十以上者**：應於外包裝正面顯著標示原汁含有率，如由二種以上果蔬汁混合而成，且品名標示為果蔬汁者，尚須符合下列規定：

★品名揭露全部果蔬名稱，其名稱應依含量多寡由高至低依序標示。

★品名未揭露全部果蔬名稱，應於品名或外包裝正面處顯著標示「綜合果(蔬)汁」、「混合果(蔬)汁」或等同意義字樣。

(2) 保存期限：

果蔬汁產品的保存期限與加工流程有關，經較高溫度及較長時間的熱殺菌，可去除較多微生物及酵素，延長保存時間，但也會使色澤、營養及風味部分被破壞或流失。近來出現冷殺菌產品，訴求無熱破壞，可保留原始色澤、營養成分及風味，惟價位偏高，且多需冷藏貯存。

(3) 成分及營養標示：

部分市售果蔬汁產品，會添加蔗糖或果糖，攝取過多會使血糖上升、導致體脂肪形成，產生肥胖問題。故挑選時，應先看內容物及營養成分，才能喝得無負擔。

(4) 貯藏溫度：

有些果蔬汁產品只能以冷藏貯藏，開封後要儘快飲用完，才能避免微生物滋生、產品腐敗變質引起食物中毒或腹瀉等情況。

(5) 過敏原警語：

芒果及其製品為果蔬汁常見的過敏原，消費者如對其過敏，挑選時要特別留意，以免發生過敏症狀。

食藥署提醒：有些產品的果蔬汁含量低、糖分含量高，不僅營養成分含量少，喝多了反而對身體產生負擔。因此，選購時可參考上述幾點建議，才能讓您喝得更安心。



係金八嗎 進來「食藥防騙專區」
就知道了



- ⚠️ 提供整合性違規廣告查詢服務
- ⚠️ 設置食藥膨風廣告專區



- ⚠️ 提供打擊不法藥物的相關成果



- 🔒 針對各種常見的網路訊息，提供正確的官方解答



- ☎️ 提供1919全國食安專線、為民服務信箱等檢舉陳情相關資訊及管道

