



藥物食品安全週報

歡迎訂閱電子報

DRUG AND Food SAFETY Weekly LETTER



2024年8月9日
發行人：莊聲宏署長

第986期

透視化粧品裡的「維他命C」

維他命C在化粧品界非常受歡迎，廣泛應用於各種護膚產品中。一般含有維他命C的精華液多數呈透明或帶有複方的乳白色，隨著時間推移，產品會漸漸地變成黃褐色，這也讓不少消費者對產品產生疑問；是過期了嗎？變了色的維他命C化粧品還可以用嗎？食品藥物管理署（下簡稱食藥署）邀請臺灣皮膚科醫學會蔡逸姍醫師來為大家解惑。

維他命C對光線與溫度敏感

維他命C也稱為抗壞血酸，是一種對光線和溫度極為敏感的化合物。當暴露在光線下時，維他命C會迅速降解和氧化，這不僅會降低其功效，還可能導致產品變質。蔡逸姍醫師指出，市售的維他命C產品常常使用深色包裝，能有效阻擋光線，從而減少維他命C的降解速度，保持其活性和功效。當維他命C產品開始改變其顏色時，通常表示產品已經開始氧化，因此效力可能已大大降低，且不建議繼續使用。

由於維他命C容易氧化與降解，因此在化粧品中常使用維他命C的衍生物來取代，例如：抗壞血酸磷酸鎂鹽（MAP）和抗壞血酸磷酸鈉（SAP），這些衍生物既能保留維他命C的功效，又不易被氧化，能提高產品的穩定性和有效性，進而延長產品的保存期限。

由於人體無法自行合成維他命C，也很難在體內儲存，必須透過飲食或外用補充。蔡逸姍醫師表示，通過食物攝取的維他命C，只有約7%能成功到達皮膚細胞作用。因此，可適度選用相關產品。

文字撰寫 | 遠見編輯群





破解維他命C的使用迷思

對於含維他命C的化粧品，有民眾詢問，是不是含量越高越好呢？蔡逸姍醫師說明，根據研究報告顯示，使用於化粧品的維他命C含量只要介於10%~20%濃度，即可發揮不錯的功效，但在濃度超過20%之後，功效則沒有太大的差異，反而容易提高刺激、敏感的機率。

白天也能安心塗抹

此外，坊間流傳著「維他命C不能在白天塗抹」這個說法其實是錯誤的！研究指出，維他命C具有抗氧化和光保護的效果，在防曬之前使用維他命C產品，能增強防曬效果；至於白天使用維他命C會使皮膚變黑的誤解，可能是因為維他命C本身帶有黃褐色，塗抹後容易誤認為皮膚顏色變深。

化粧品的維他命C含量與功效成正比嗎??

- 10%~20%濃度，即可發揮不錯的功效
- >20%濃度，功效則無太大的差異
- 白天使用維他命C產品會變黑??
- 白天能安心使用！在防曬前使用相關產品，能增強防曬效果。

蔡醫師指出，隨著配方的改進，現今某些市售產品經過改良，使其無需冷藏，可以直接存放在室溫下。然而，如果購買時產品在銷售端是冷藏的，則建議在家中也須冷藏保存。

食藥署也提醒，化粧品使用後如產生不適症狀，建議用清水沖洗並儘快諮詢皮膚科醫生。

文字撰寫 | 遠見編輯群

「紋」之色變？一起認識電波除皺

隨著年齡增長，您是否發覺自己開始產生細紋及皺紋呢？近年來，由於科技的快速發展及大眾對外貌的日益關注，醫學美容成為了熱門話題！無論是走在路上、在家看電視或滑社群軟體，宣稱可以達到拉提、緊緻肌膚或去除皺紋等療效的醫美廣告幾乎隨處可見，民眾的選擇也愈來愈多，今天就讓食藥署帶您一起認識電波除皺。

利用熱能減少皺紋與細紋

所謂的電波除皺，是以高頻率的無線電波作為能量來源，透過探頭將熱能傳遞至真皮層或更深層的組織，利用熱能促使膠原蛋白收縮、增生及重組，進而達到減少皺紋及細紋的效果。

除皺的治療效果與儀器之探頭型態、作用參數及穿透深度等因素有關，當您患有免疫系統異常疾病、皮膚有發炎或過敏反應、裝有植入式心律調節器或心臟去顫器等，都不建議接受這項治療。

由於電波除皺產品繁多且各有優缺點，民眾應與醫師討論，充分瞭解各產品間差異及禁忌症等，由醫師審慎評估最合適的治療方案，並確實遵循醫師指示。

關於電波除皺，人人都適用嗎？

當您患有免疫系統異常疾病、皮膚有發炎或過敏反應、裝有植入式心律調節器或心臟去顫器等，都不建議接受這項治療。

治療後，護理保養不可少

接受電波治療後，皮膚可能產生微乾、微紅、灼熱及腫脹疼痛等現象，應依照醫囑護理治療部位，像是加強防曬、避免接觸高溫或使用刺激性產品，一旦發生併發症，應及時回診，尋求專業協助。

食藥署強調，電波除皺系統屬於第二等級醫療器材，上市前須申請查驗登記取得許可證，始得輸入或製造。如需查詢醫療器材許可證產品相關資料，可至食藥署網站之許可證資料庫查詢(<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、醫療器材許可證相關查詢)；如有發現醫療器材不良品或使用醫療器材引起之不良反應，請至藥品醫療器材食品化粧品上市後品質管理系統(<http://qms.fda.gov.tw>)或撥打不良反應通報專線：02-23960100通報。

別再相信沒有根據的化粧品品質鑑別方法！

聽說洗面乳用燒就可以知道品質好壞嘿嘿



加熱會破壞已乳化穩定的產品！導致油水分離與品質好壞無關！



化粧品品質檢測需透過儀器檢測，不要相信沒有根據的方法！



選購化粧品時要挑選有完整標示，不買來路不明、標示不全的產品！



X TFDA 化粧品安全使用 廣告

版權聲明：如需引用本署圖文，請原圖文轉載並註明出處，請勿重製、刪減或修改內容。

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：臺北市南港區研究院路一段130巷109號 電 話：02-2787-8000 GPN：4909405233 ISSN：1817-3691

編輯委員：李明鑫、許朝凱、廖家鼎、陳俞妃、白美娟、蔡岳樟、吳正寧、張家榮、
廖苑君、曾仁鴻、林澤揚、徐雅慧、董靜馨、林高賢、李啓豪

執行編輯：楊淑真
美術編輯：郭儀君

出版年月：2024年8月9日

創刊年月：2005年9月22日

刊期頻率：每週一次