



藥物食品安全週報



2025年1月24日

歡迎訂閱電子報

DRUG AND FOOD SAFETY WEEKLY LETTER

第 1010 期

歡慶新春，把握「五要」護食安

春節是家人團聚的重要節日，不論自備年菜、訂購年菜或餐廳圍爐用餐，都需要注意飲食衛生。食品藥物管理署(下稱食藥署)提醒，歡慶年節之餘，應避免購買過多的食材，導致貯存溫度不足，造成微生物生長與繁殖，同時應避免生食，海鮮或貝類水產品應充分加熱後食用。

把握以下「五要」原則，讓您安心吃年菜。

一、要洗手：

維持良好的衛生習慣，飯前、如廁後及處理食品前後，均應用肥皂澈底洗淨雙手，有傷口要妥適包紮處理。

二、要新鮮：

食材要新鮮，用水要衛生。

三、要生熟食分開：

處理及盛裝生熟食之器具應分開，不需加熱即可食用的蔬果類等產品，在洗滌或裁切時，要特別注意避免交叉污染。

四、要澈底加熱：

海鮮及肉類產品應澈底加熱，不食用未煮熟之禽畜水產品，特別是烹煮貝類等水產品時，當殼張開後，應再多煮3-5分鐘後再食用，食品中心溫度超過70°C，微生物才容易被消滅，切勿追求口感而忽略中毒之風險。

五、注意保存溫度：

保存溫度應低於7°C；已烹調之食品，或是易腐敗食品及其原料，則建議保存於5°C以下，室溫下不宜放置過久。

預防食品中毒 五要原則

要 洗手

要 新鮮

要 澈底加熱

要 生熟食分開

要 注意保存溫度



食藥署已製作預防食品中毒相關宣導品，放置於署網的「防治食品中毒專區」（<http://www.fda.gov.tw/TC/site.aspx?sid=1816>），供民眾參閱。最後，提醒

民眾，只要掌握上述原則，大家都可以確保飲食的安全衛生，吃得安心，歡度佳節！

年假出國遊，攜回食品不觸法

明天就要開始放年假，您是否規劃與親友出國旅遊呢？出國若看到各類美味食品，想買來當伴手禮、網路販售或代購轉手營利，您是否知道食品法規規定，如何才能避免誤觸食品安全衛生管理法（下稱食安法）呢？食品藥物管理署（下稱食藥署）教您三大安心購買法則：

(1) 查詢消費紅綠燈：

民眾出國旅遊返國前，如欲購買當地食品，應留意該產品在當地是否已有食品回收警訊，或可直接瀏覽食藥署發布的國際食品「消費紅綠燈」。民眾可依食藥署發布的警訊內容，進一步參考選購國外食品，避免買到或食用到有疑慮的產品。

(2) 注意購買量限制：

購買食品自用，需留意輸入食品及相關產品（不含錠狀、膠囊狀食品）供個人自用之限制，價值在1,000美元以下，且重量在6公斤以內；錠狀、膠囊狀食品供個人自用，每種至多12瓶（盒、罐、包、袋），合計不超過36瓶（盒、罐、包、袋，以原包裝為限）。

(3) 販售需申請食品輸入查驗：

從國外購買的食品如果是自用，千萬不可在市面或私下販售(網路也不行)，如欲販售，務必向食藥署申請食品輸入查驗，經過邊境查驗合格後，才可於國內販售。否則就違反食安法第30條，可依第47條處新臺幣3萬元以上300萬元以下罰鍰。



再次提醒，民眾購買食品回國前，一定要謹記「自用限額不販售，販售需申請查驗」，無論是販售或自用，一旦超過免驗限量之食品或相關產品，仍應向食藥署申請輸入查驗，才不會誤觸法規。

消費紅綠燈！ 帶您掌握最新食品資訊



您 是否對於自國外購買的食品安全性，以及是否接受過邊境查驗無從得知？又或是經常出國旅遊，看到各式各樣美味或新奇的食品，想買來當伴手禮卻又擔心買到不安全的食品？除了邊境進行食品輸入查驗之外，還有什麼方法能夠更了解國外的食品安全呢？

不說您可能不知道，食藥署有持續蒐集美國、加拿大、法國、日本以及香港等食品回收警訊，整理其中所揭露的回收產品相關資訊，並以資訊公開透明的原則，發布於食藥署食品藥物消費者專區（<http://consumer.fda.gov.tw/>）中的《消費紅綠燈》。

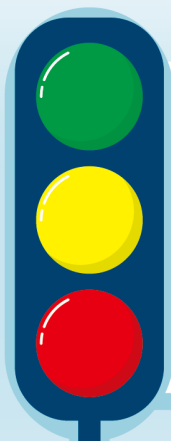
掌握三種顏色， 購買國外食品更安心

在發布國際食品的《消費紅綠燈》中，我們用「綠、黃、紅」三種顏色來分別

代表不同的意義：

- (1)「綠」燈：主要表示產品沒有進入我國市場，或經風險評估後，危害人體健康的疑慮極小。
- (2)「黃」燈：主要表示產品有輸入並進入我國市場，對人體無立即危害，但是有進一步調查並進行改善。
- (3)「紅」燈：主要表示產品有輸入紀錄且進入我國市場，對人體有重大或立即的危害。

透過《消費紅綠燈》，大家可得知國際間的食品回收警訊，了解回收產品詳細資訊與可能產生的危害。食藥署也依照警訊的內容，向消費者及食品業者提供建議，作為選購國外食品的參考，同時也為大家科普對於危害（例如特定微生物）的防範及衛生建議，以期保障民眾的食品安全。



產品沒有進入我國市場，或經風險評估後，危害人體健康的疑慮極小。

產品有輸入並進入我國市場，對人體無立即危害，但是有進一步調查並進行改善。

產品有輸入紀錄且進入我國市場，對人體有重大或立即的危害。



入境攜帶 食品/藥品/醫材 自用限量規定



食品

一般食品

6公斤以內
且1,000美元以下。



膠囊、錠狀類食品

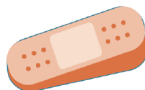
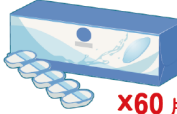
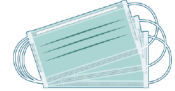
每種最多12瓶
(盒、罐、包、袋，以原包裝為限)
所有合計不超過36瓶。



藥品

類別	檢附文件	數量上限
非處方藥	——	每種至多12件，合計不超過36件 (單位：瓶、盒、罐、條、支等)
處方藥	未攜帶處方箋 (或證明文件)	2個月用量
	有攜帶處方箋 (或證明文件)	不得超過處方箋(或證明文件) 開立之合理用量，且以6個月用量為限
處方藥- 針劑產品	須攜帶處方箋 (或證明文件)	不得超過處方箋(或證明文件) 開立之合理用量，且以6個月用量為限

醫材

 x60個、片 OK繃	 x4條、罐、瓶、支 液體OK繃	 x200支 (醫用)棉棒	 x60個 衛生套
 x60片 *日拋隱形眼鏡	 x1副 矯正鏡片	 x120個 衛生棉條	 x250個、片 醫用口罩

*單一度數60片，每人以單一品牌及2種不同度數為限



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：林金富、王德原、許朝凱、廖家鼎、廖姿婷、林蘭砮、林意筑、黃玟甄

執行編輯：楊淑真

吳亭瑤、張志旭、吳孟修、許家銓、吳立雅、林炎英

美術編輯：楊雲涵

出版年月：2025年1月24日

創刊年月：2005年9月22日

刊期頻率：每週一次