



藥物食品安全週報



2026年1月9日
發行人：姜至剛

歡迎訂閱電子報

DRUG AND FOOD SAFETY WEEKLY LETTER

第 1060 期

乳液這樣選 肌膚最有感

市售身體乳液配方與功能種類繁多，從基礎保濕到美白、修護及香氛訴求皆有。為了避免因成分不符自身膚質或使用方式不當而引發過敏、刺激或乾燥等不適，食品藥物管理署特邀臺灣皮膚科醫學會吳吉妮醫師解析乳液成分與功能，釐清常見疑問。

乳液主要由水分、油脂、乳化劑及功能性成分組成。水分是肌膚保濕的重要來源；油脂可在皮膚表層形成保護膜，減少水分蒸發、維持滋潤感；乳化劑的角色是協助水與油融合，使乳液質地穩定滑順，方便均勻塗抹；至於功能性成分，則會根據產品訴求不同而有所差異，例如美白、修護、舒緩等配方設計。

整體而言，乳液主要在滋潤與保護肌膚，在清潔後補充流失的水分與油脂，緩解乾燥、改善膚況，並維持皮膚屏障的正常運作。

從成分認識適用對象與使用時機

隨著配方技術進步，乳液的功能更加多元。保濕補水成分如玻尿酸、甘油與尿囊素，能為肌膚注入水分；修護舒緩成分如神經醯胺與積雪草萃取則有助強化角質層、舒緩敏感；美白提亮成分包含傳明酸、熊果素與維

他命C衍生物，可改善暗沉、均勻膚色；香氛乳液提升使用時的放鬆感；此外，部分日用乳液更結合防曬劑，提供紫外線防護。吳吉妮醫師提醒，功能與成分並非越多越好，消費者應根據自身膚質與需求，取捨合適配方，才能發揮最佳效果。

乳液選擇指南： 根據膚質、環境調整最佳配方

在挑選乳液或乳霜時，要了解自己的膚質與生活環境。

油性肌膚 可擇質地清爽、含玻尿酸或甘油等補水成分的乳液，以免塗抹後出現黏膩感。

乾性肌膚 建議使用霜狀或膏狀產品，並挑選含有乳木果油、神經醯胺等高油脂配方，強化鎖水功能。

敏感肌膚 則宜選擇成分簡單、低刺激、不含香料、酒精與色素的配方，減少肌膚不適風險。



此外，季節變化也會影響質地選擇：

夏季 可使用水感、輕盈的乳液。

冬季 可使用油脂含量較高的乳霜。

即便選對產品，若使用量不足或塗抹時機不當，也可能導致保濕效果不彰。吳吉妮醫師建議，在沐浴或清潔後，趁角質層尚含水分

時立即塗抹乳液，並適度增加用量，以充分鎖住水分。若仍覺得皮膚乾燥，應先排除是否存在缺脂性皮膚炎等皮膚疾病，並視情況尋求專業皮膚科醫師評估診治。

透過正確認識成分，選擇適合自己的產品與使用時機，才能讓乳液在日常保養中發揮最佳效益。

文字撰寫 | 遠見50+編輯群

透視**染髮劑**的變色秘密

市面上染髮劑產品琳琅滿目，隨著產品設計愈趨便利，使用也日益普及。然而，染髮劑仍具有一定潛在風險，若使用不當，可能引起頭皮過敏、紅疹、皮膚炎等不良反應。究竟染髮劑是如何使頭髮變色？使用時又應注意哪些事項？以下帶您一同認識染髮劑。

市售染髮劑依染髮效果的持久程度大致可分為暫時性、半永久性及永久性三類。一般而言，染髮效果的持久度與染料附著於毛髮的深度有關。以永久性染髮劑為例，多屬氧化型染髮劑，通常由兩劑組成。透過混合後產生的化學反應，使頭髮毛鱗片張開，小分子染料進入毛髮的皮質層，同時分解原有的黑色素，使頭髮褪色。隨後染料在皮質層內發生顯色與偶合反應，形成較大的染料分子附著於毛髮皮質層中，因而達到持久的染色效果。

半永久性染髮劑則多使用直接染料(如偶氮類等染料)，搭配溶劑與調理成分製成，通常為單劑型，分子較小，可滲透至毛髮表皮層，介於鱗片與皮質層之間，部分進入皮質淺層，使顏色維持一段時間，但會隨著清洗次數褪去。

另有一類暫時性染髮產品，使用來自植物、礦物等天然色素或有機合成染料，藉由較大分子色素附著於頭髮毛鱗片表面，不經過氧化反應即可達到暫時增色效果，因附著性較差，顏色不易持久。整體而言，染料滲透越深入毛髮皮質層，染色效果越持久，但對毛髮造成的傷害也相對提高。

使用染髮劑注意事項 1

- 頻繁染髮可能會造成頭皮負擔或髮質受損。
- 每次染髮應間隔3個月以上，並注意染後皮膚狀況。
- 選購有完整標示成分的產品，看清染髮產品使用方法及注意事項，正確安全使用。



使用染髮劑注意事項 2

- 染前確認頭髮周圍的皮膚及頭皮是否健康，有傷口時不要染髮。
- 不可以洗髮搓揉方式進行染髮，避免染劑接觸頭皮。
- 染髮前48小時建議做皮膚測試，確保產品不會引起過敏反應。

另外，染髮一星期前後不進行燙髮，且染髮劑不使用於眉毛、睫毛等頭髮以外之部位。如使用染髮劑曾引發過敏或身體不適等症狀、或有其他身體狀況（患病、病後恢復、生理期及懷孕期間等）及本身為腎臟疾患或血液疾病患者等情況，應避免使用染髮劑。

安全止血

認識可吸收性止血劑及敷料



在 外科手術或重大創傷處置中，常見的止血方法包含物理壓迫止血、縫合線縫合或結紮、電燒止血，以及止血棉吸附血液等方法。於手術或創傷處理過程中，經醫師評估後，亦可能視傷口狀況選擇可吸收性止血劑及敷料，作為輔助止血的另一種選擇。此類產品可直接置於需要止血的傷口部位，在協助止血後由人體自然吸收，有助於減少對傷口的干擾與術後照護負擔，特別適用於深部或不易以傳統方式處理的創傷區域。

可吸收性止血劑及敷料常見的製成材料，包括動物來源的膠原蛋白及明膠、植物來源的純化澱粉（如葡萄糖澱粉酶），以及氧化再生纖維素等，產品形態則有粉狀及片狀。主要作用機制為利用多孔結構迅速吸收血液中的水分，使凝血因子、血小板

及紅血球濃縮聚集，加速血液凝固並形成血塊，進而達到止血效果。

食品藥物管理署（下稱食藥署）提醒，可吸收性止血劑及敷料屬於輔助止血用途之醫療器材，並不適用於感染性傷口。若患者已知對產品所含動、植物成分有過敏情況，應事先告知醫師。

可吸收性止血劑及敷料屬於第三等級高風險醫療器材，上市前須經食藥署依《醫療器材管理法》進行審查，確認其安全、效能及品質，始得核准製造或輸入。民眾使用後若發生不良事件，可透過衛生福利部建置之「藥品醫療器材食品化粧品上市後品質管理系統」通報，或撥打通報專線：02-2396-0100，以利後續監測與管理。

換季變髮色

安全不NG



染髮 5 撇步

- 撇步 1 染前選**—選購有完整標示的染髮產品。
- 撇步 2 髮健康**—確認頭髮周圍的皮膚及頭皮是否健康，有傷口時千萬不要染髮。
- 撇步 3 要看明**—看清楚染髮產品使用方法及注意事項，以確保使用安全。
- 撇步 4 安全染**—以塗抹方式正確安全使用染髮劑，不可以用洗髮搓揉方式進行染髮。
- 撇步 5 全注意**—全心注意染後皮膚狀況，每次染髮必須間隔三個月以上。

染髮劑使用小叮嚀

- ①染髮前建議做皮膚測試。
- ②染髮一星期前後不得進行燙髮。
- ③染髮劑不得使用於眉毛、睫毛等頭髮以外之部位。
- ④頭、頸、臉部皮膚呈現過敏、腫脹、受傷等情形，或身體有其他狀況（患病、病後恢復、生理期及懷孕期間等）者，避免使用染髮劑。



f TFDA化粧品安全使用粉絲團 | 查詢

想獲得更多知識，快加入粉絲團！
或上 <http://qms.fda.gov.tw/tcbw/>

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：王兆儀、鄭維智、謝碧蓮、周珮如、楊博文、謝綺雯
簡希文、林欣慧、許家銓、吳宗熹、林炎英、廖家鼎

執行編輯：楊淑真
美術編輯：楊雲涵

出版年月：2026年1月9日

創刊年月：2005年9月22日

刊期頻率：每週一次