

彙整多元化各式用藥、保健資訊，保障讀者健康權益。

整理／公關部 資料來源／食品藥物管理署「藥物食品安全週報」

重建雙峰「心」媚力

乳房是女性的重要器官，日前美國演員安潔莉娜裘莉為了預防乳癌接受預防性雙乳切除術，引發廣大民眾關心與討論，各界看法不一。依據國民健康署資料顯示，目前乳癌在台灣女性的惡性腫瘤發生率節節高升，相較於歐美國家，台灣女性罹患乳癌的病患亦有「年輕化」的現象，切除雙峰之後如何重建成為重要議題。

隨著乳房填充物技術日益進步，病患已可藉由乳房重建手術，回復雙峰原有的外觀，不再因乳房切除感到自卑，因而找回自信與美麗。而其他因疾病、外傷或嚴重乳房畸形的病患，亦可接受重建手術。此外，有部分女性因乳房發育不良、萎縮、下垂等因素，亦可選擇接受乳房整形手術，藉由重建手術找回女性的「心」媚力。

乳房彌補物為已滅菌的長期植入醫療器材，屬於高風險第三等級醫療器材，有生理食鹽水及矽膠兩種填充物質，其表面及形狀亦有不同設計，另手術方式及放置位置也有不同選擇。目前已知乳房彌補物植入手術可能導致的風險與副作用，包括：包膜（莢膜）攣縮、義乳的滲漏與破裂、兩側不對稱、義乳移位、出血、術後感染、乳頭與乳房皮膚感覺異常等，此外，如果乳房有未進行適當治療之惡性或癌前病變腫瘤、體內任何部位有感染及目前懷孕或哺乳的女性，皆不適合進行該項手術。

由於乳房彌補物的風險較高，在進行手術之前，患者應與醫師詳加討論，並充分瞭解施行這個手術的必要性、步驟、風險、成功率等相關資訊，審慎評估其風險與利弊。

在術後更需在醫師指導下進行術後按摩，定期回診，如有任何不適，都需盡快與醫師聯絡。若日後進行其他診斷或治療時，要特別注意，目前臨床上不建議植入乳房彌補物的患者進行微波透熱療法、治療性超音波療法等治療。

食藥署提醒，病人在手術前請詳閱術前須知及手術同意書，醫師也要在術後提供正確的乳房照護資訊，若對產品有疑慮，除須立即向醫師詢求協助外，亦可至食藥署網站之許可證資料庫查詢產品之相關資訊（連結：食品藥物管理署網站首頁 <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、含藥化粧品許可證查詢作業）。（本文引用自食品藥物管理署「藥物食品安全週報」第五五三期）

吃安眠藥配酒愈睡愈累

三十二歲的阿國近來飽受憂鬱症所苦，睡前吃了安眠藥仍無法入眠，有一天他突然學起朋友在睡前喝酒助眠，於是自行喝酒配服安眠藥，沒想到隔天醒來還是精神渙散，甚至愈睡愈累，他覺得很奇怪，昨晚喝酒吃藥後明明很快就睡著了，為什麼一覺醒來之後還是累到不行呢？

趁著回醫院就診時，阿國問了藥師後才明白，酒精雖有暫時幫助入眠的效果，但易導致深層睡眠時間減少，睡眠容易中斷，造成隔天醒來卻感到疲勞不堪，而且酒精與藥物併用是很危險的用藥行為，因為飲酒後數小時內，酒精仍會持續在體內作用，所以飲酒當下及前後都不應使用藥物。舉例而言，酒精與安眠藥（如史蒂諾斯）皆具有中樞

神經鎮靜作用，合併使用會有加成效果，可能導致嗜睡、記憶障礙、運動遲緩、警覺性減弱，甚至意識障礙、昏迷或死亡。酒精若與抗憂鬱藥（如百憂解）併服，亦會造成抗憂鬱藥品副作用發生機率增加，進而產生肌肉痙攣、顫抖、抽搐等運動異常現象。

食藥署提醒，民眾以溫開水伴隨藥物服用是最安全的方式，如果每週至少有三晚失眠困擾，且持續一個月以上者，則建議就醫找出病因，控制情緒與壓力，並透過適當的日照及運動（避免睡前四小時劇烈運動），或是睡前喝一杯牛奶、洗個溫水澡或聆聽助眠音樂，藉此達到改善睡眠品質的作用。（本文引用自食品藥物管理署「藥物食品安全週報」第五二期）

認識陽壓呼吸器

晚上經常睡不好，白天頭昏疲憊該怎麼辦？當心可能是咽喉部位的軟組織異常，造成呼吸道狹窄或阻塞而導致阻塞性睡眠呼吸中止症（Obstructive Sleep Apnea, OSA），此類睡眠障礙不但會干擾睡眠，還可能會造成缺氧而影響健康。

若因睡眠障礙就醫，經專業醫師評估後，可能會選用「陽壓呼吸器」來輔助睡覺時的陽壓呼吸器屬於第二等級醫療器材（中風險性），當呼吸道阻塞時藉由儀器經氣體管路從口或鼻打入一正壓氣流進入呼吸道內，使原本阻塞的呼吸道暢通，讓呼吸正常、順暢，避免呼吸中止而缺氧，藉此得到較佳的睡眠及生活品質。

食藥署提醒，在使用陽壓呼吸器前，應先諮詢睡眠呼吸

障礙相關門診的醫師，告知自身疾病或疾病史，進行檢查評估後，才能夠經由醫師的處方指示選用適合的呼吸器，並設定適合自己的氣體正壓數值跟流量。要注意的是，不要隨意調整設定的氣體壓力、氣流速率或流量數值，經由醫師或專業人員調整比較安全。

使用陽壓呼吸器時不可阻塞呼吸面罩的通氣孔，並將機器置於平坦、穩固、水平的表面，確保正常運作。另外，須注意周遭環境，避免接近火源、保持通風，在高海拔地區可能會因氣流壓力與平地不同，而影響呼吸器效果。

食藥署提醒患者，一定要在使用後定期回診，若發現睡眠品質沒改善或身體狀況不適，應立即尋求醫師協助做進一步診斷，並確認機器是否正常運作。購買後應仔細閱讀說明書上之注意事項與使用方法，並依說明正確使用以及清潔保養。（本文引用自食品藥物管理署「藥物食品安全週報」第五一期）

二十六項食品添加物「白話」標示上路

「碳酸氫鈉」是什麼？「麩酸鈉」又是什麼成分呢？每當拿起食品看著添加物標示時，是否經常有一頭霧水的感覺？別擔心，食藥署已於二〇一六年三月四日公告「食品添加物之通用名稱」，包括味精、小蘇打、熟石灰等二十六個食品添加物，供食品業者作標示的依循，食品業者可自「食品添加物使用範圍及限量暨規格標準」中的中文名稱或「通用名稱」擇一來標示，如「麩酸鈉」可用通用名稱味精標示。（本文引用自食品藥物管理署「藥物食品安全週報」第五〇期）