

整理 / 公關部

資料來源 / 食品藥

物管理署「藥物食

品安全週報」

彙整多元化各式用藥、保健資訊，保障讀者健康權益

潔肌五力微涼水洗出好臉色

天天洗臉看似小事一件，若忽略小細節或清潔過度，反而可能洗傷門面！食品藥物管理署（以下簡稱食藥署）提醒，眼看夏日將屆，肌膚的油脂分泌旺盛，為寶貝您的肌膚，食藥署彙整出「潔肌五力」，讓大家洗出水噹噹的好臉色。



要正確洗臉，首先要打破「洗臉化粧品宣稱功能愈多愈好」、「洗完臉後乾乾緊緊的才是達到肌膚深度清潔」、「頻繁地洗臉就能改善青春痘問題」，或「使用偏方洗臉有意想不到的效果」等迷思。其實洗臉化粧品最重要的功能就是清潔，洗臉化粧品在肌膚上停留時間很短，過多功能宣稱無法有足夠的時間發揮效果，反而會造成肌膚負擔。

此外，頻繁洗臉只能帶走肌膚表面淺層的髒污，無法改善青春痘問題；當洗完臉感覺又緊又乾，更可能已經造成肌膚過度清潔，輕忽過度清潔可

能導致肌膚的含水量降低，造成肌膚的損傷。而使用偏方洗臉，往往無法確定實際效果，更有可能造成肌膚刺激、紅腫。

舉例而言，曾有一位年輕女性想用深層清潔洗臉乳，解決粉刺青春痘等問題，頻繁使用清潔力強的洗臉產品，而忽略保護肌膚角質層，結果因過度清潔，不但沒解決青春痘，反而使皮膚角質層受損而脫皮，就醫時已產生紅疹、斑塊，需要充分時間才能復原。

為了提升民眾的潔膚知識，食藥署提供「潔肌五力」，分述如下。

1. 選有標：首先要注意選購標示完整，適合自己膚質的產品，並依照使用說明正確使用。

2. 微涼水：洗臉的水溫要注意，使用比肌膚溫度低的水最適當。

3. 輕慢柔：塗抹洗臉用品時應先擠放在手掌中，搓揉成泡沫或液狀後再使用於臉部肌膚上，手部移動要「輕慢柔」，不要用力按摩。

4. 快快洗：當確定臉部各處肌膚皆已清潔完成後，以清水將泡沫沖洗掉，不要讓洗臉化粧品在臉上停留太久。

5. 適次數：洗臉次數要適時適當，每日早晚各一次不過度。

對於油性肌膚或T字部位容易泛油的人，千萬不要以頻繁洗臉的方式除油；若覺得T字部位出油時，用吸油面紙即可，以免過度清潔造成肌膚受損。當您選購及使用化粧品時，若發現有不良品或發生不良反應，可通報食藥署建置的「藥物食品化粧品上市後品質管理系統」。（本文引用自食品藥物管理署「藥物食品安全週報」第六〇八期）

奶油產品新標示將上路

市售奶油、鮮奶油、人造奶油等相關產品種類繁多，但您知道那些是真正由牛奶製成的奶油？或是從植物油脂加工製成的人造奶油嗎？食藥署為加強管理市售奶油、鮮奶油、人造奶油及脂肪抹醬產品的品名標示，避免消費者混淆，已於二〇一七年二月六日，公告訂定「市售奶油、乳脂、人造奶油與脂肪抹醬之品名及標示規定」，將於今年七月正式實施。

「市售奶油、乳脂、人造奶油與脂肪抹醬之品名及標示規定」中所定奶

奶油、乳脂、人造奶油等品名標示規定		
品名	乳脂肪含量	英文名稱
奶油	80%以上	Butter
乳脂、鮮乳油 鮮奶油、食用乳油	≥10%~<80%	Cream
品名	脂肪含量	英文名稱
*人造奶油	80%以上	Margarine
*脂肪抹醬	≥10%~<80%	Fat spreads

*不得強調其為「植物性奶油」作為產品外包裝之標示

油及鮮奶油是僅由乳品衍生之油脂製品，其中乳脂肪須達到八〇%以上者，稱為「奶油」，乳脂肪含量一〇%以上未達八〇%者，則稱為「鮮奶油／乳脂／食用乳油／鮮乳油」。

要注意的是，若是以食用油脂製成人造奶油且油脂含量達八〇%以上的產品，其品名應標示為「人造奶油」；油脂含量達一〇%以上未達八〇%的產品，應標示為「脂肪抹醬」，上述「人造奶油」及「脂肪抹醬」，均不得使用表彰其為植物性奶油的文字，作為外包裝的標示宣稱，以免消費者誤解為「更健康」的產品。

此規定將於二〇一七年七月一日實

施，讓消費者依產品品名辨識奶油、乳脂、人造奶油與脂肪抹醬等產品，業者如未依規定作完整標示，可裁處新台幣三萬元以上三百萬元以下罰鍰；如果內容物所含乳脂肪、食用油脂不足標準的產品，卻命名為奶油、鮮奶油、人造奶油或脂肪抹醬，則涉及標示不實，最重可裁處四百萬罰鍰。（本文引用自食品藥物管理署「藥物食品安全週報」第八〇七期）

捐存臍帶血 報你知

現代人生得少，每個孩子都是寶。法國在一九八八年施行世界首例臍帶血移植手術後，此技術逐漸成為異體造血幹細胞移植的重要來源，其優點是來源易得、造血幹細胞比例相對較高、帶傳染原可能性較低、低排斥性且組織相容性大。不過，使用臍帶血仍有細胞數量有限、植入後恢復時間長、經費成本相對較高缺點。目前我國臍帶血儲存可分為三大類來源。

（一）無償捐贈之臍帶血：產婦無償捐贈新生兒之臍帶血予保存機構，臍帶血為機構所有，並可將臍帶血用於研究，或提供病患進行配對移植使

用。

（二）自費儲存但採存捐互利方式之臍帶血：由產婦自行付費儲存，臍帶血歸產婦所有，但該臍帶血資料會納入資料庫開放配對，若恰好配對到該產婦之臍帶血，須由產婦決定是否提供病患使用。

（三）純自費儲存之臍帶血：由產婦自行付費儲存，所有權歸產婦，該臍帶血僅供產婦自行使用，不開放移植配對。

為降低臍帶血保存業者與消費者之間的糾紛，前衛生署（衛生福利部前身）依據消費者保護法第十七條第一項規定：「中央主管機關得選擇特定行業，公告規定其定型化契約應記載或不得記載之事項。」於二〇一一年九月八日訂定「臍帶血保存定型化契約應記載及不得記載事項」，並於二〇一二年七月二十四日公告修正「臍帶血保存定型化契約範本」，要求業者於契約簽訂時，應說明與告知之事項，包含雙方履約義務與賠償責任，以及不得於契約與產婦約定之內容。（本文引用自食品藥物管理署「藥物食品安全週報」第八〇六期）