

## 看懂標示 輕鬆防曬

在日光燈下都要防曬的愛美族一定要看！防曬化粧品的標籤、仿單或外盒上，最常見的防曬效能標示方式有「SPF」、「PA+」、「★」等，而前述標示究竟代表什麼意義呢？食品藥物管理署（以下簡稱食藥署）報你知。

首先，SPF 值表示防護UVB之效能，UVA 的防護能力，則以「PA+」、「★」等方式來標示。不論那種標示方式，都是以國際間認可的標準檢驗方法，以人體測試（*in vivo*，人體模式）或以人工薄膜（*in vitro*，非人體模式）測試，統計分析測得之數值，各種標示方式簡述如下：

(一) Sun Protection Factor (SPF) 係數：為UVB防護效能標示方式，目前可以由人體測試（*in vivo*）或人工薄膜（*in vitro*）測試獲得結果。人體測試觀察比較有塗抹防曬化粧品與未塗抹者，曝曬紫外線後，在皮膚產生紅斑反應下測得；人工薄膜測試，則以人工薄膜比較有塗抹防曬劑與未塗抹防曬劑之薄膜穿透紫外線能力，



SPF 值愈大表示對UVB防護力愈好。另依據我國管理規定，SPF 標示值不得大於實測值，最大上限

訂為五〇（包括五〇），如實測值產品防曬係數高於五〇者，則以「SPF 50+ 或 SPF 50 plus」標示之。

(二)「PA+」或「★」：均為UVA防護效能標示方式，PA為人體測試結果；★為人工薄膜測試結果。

PA為人體測試，透過比較有塗抹防曬化粧品與未塗抹者，曝曬紫外線後，在皮膚產生黑化下測得，以「+」號表示效能，最多可標示四個「+」；人工薄膜測試，則以人工薄膜比較有塗抹防曬劑與未塗抹防曬劑之薄膜穿透紫外線能力，以「★」數多寡表示效能，目前最多可標示四個「★」。此外，防曬化粧品在我國申請含藥化

粧品查驗登記時，則依據廠商提供之防曬係數測試報告之測試方式與結果，核予「PA+」或「★」之標示。

看懂了防曬化粧品標示的意義之後，消費者仍要留意，防曬化粧品並無法「完全」防止紫外線傷害，透過物理性遮蔽防曬更為重要。（本文引用自食品藥物管理署「藥物食品安全週報」第六一四期）

## 正確選用非處方藥

您知道什麼是非處方藥嗎？我國將藥品分成三級，「醫師處方藥品」、「醫師藥師藥劑生指示藥品」、「成藥」，其中「醫師藥師藥劑生指示藥品」及「成藥」就是非處方藥。一般說來，非處方藥的作用較為溫和，毒性及副作用反應較小，民眾易於瞭解適用症狀、使用方式及儲存注意事項。

在選用非處方藥品時，請先確認藥局領有執照，且藥師須配戴本人之執業執照，並向藥師說明自己的狀況與需求、有無藥物過敏、有無正在服用的其他藥品或食品、有無其他病史等，並注意產品外盒是否有標示「醫



圖：藥掃描 APP

師藥劑生指示藥品」或「成藥」，看清楚自己的狀況是否與藥品適應症相符，以確保買到最適合的藥品。此外，也可搭配食藥署推出的

「藥掃描」APP，動動手掃描藥品條碼，即可快速知道藥品詳細的資訊！當您使用非處方藥品時，可依照藥師建議的方法，或藥品仿單上之用法用量使用，並以溫熱開水併服，不宜與茶、咖啡、牛奶、果汁等一起服用；如有特殊服藥需求，例如：磨粉、藥丸剝半、兒童服藥順從性不佳等，應與藥師諮詢。切記，勿求快速有效而過量服用！

對於嬰幼兒、孕婦、老人及慢性病患者，選用前應與藥師諮詢，必要時可至醫療院所向醫師諮詢；服用後有過敏或身體不適者，應攜帶服用之藥品立即就醫。（本文引用自食品藥物管理署「藥物食品安全週報」第

六一三期）

### 超音波震動洗掉牙結石

您有牙結石的困擾嗎？超音波洗牙機是以高頻率震動方式，震掉附著在牙齒上的牙結石，過程中會發出尖銳的聲音，讓洗牙機頭的溫度升高，並藉由噴水的方式降低機頭溫度，牙醫師會依照病患的情形，調控超音波洗牙機的旋鈕，藉以增加或降低超音波功率大小，達到治療效果。

除了震動除垢之外，有些超音波洗牙機具有噴砂功能，可除去沉積在牙齒表面上的色素，如香菸、咖啡及茶垢等。

### 洗牙小叮嚀

洗牙時可能會造成牙齦輕微的傷口，若患者有凝血異常疾病，可能會導致凝血不易及細菌感染；如果患者裝有心律調節器，則可能會影響心律運作。此外，如患者有先天性心臟病、曾患有細菌性心內膜炎，或置換過心臟瓣膜者，細菌可能會從傷口進入血液，經循環到達心臟，導致心內膜炎，破壞心內膜或心臟瓣膜。若出現以上



圖：超音波洗牙機

情形，洗牙前請務必主動告知醫生，做好預防處理。

食藥署提

醒，當您選購洗牙機時，請牢記醫材

安心三步驟：

一認：認識產品為醫療器材。

二看：購買前應看清楚，包裝上是否

否刊載衛生福利部核准的「醫療器材

許可證字號」及「廠商名稱、地址、

品名、製造日期」等完整標示。

三會用：使用前務必詳讀產品使用

說明書，才能夠正確使用。

食藥署已建置許可證資料庫 (<http://www.fda.gov.tw/MLMS/H0001.aspx>)

歡迎民眾上網查詢。若發現醫療器材

品質不良，或因使用後引起嚴重之不

良反應，可撥打醫療器材不良反應通

報專線〇二—三三九六〇—〇〇。

（本文引用自食品藥物管理署「藥物

食品安全週報」第六二期）

◆