

# 藥物食品

## 安全週報

第 667 期



2018年6月29日  
發行人:吳秀梅 署長

### 【本期提要】

- 一、正確用藥「五原則」
- 二、食用醋標示新制上路
- 三、檢驗也有考試？  
認識「能力試驗」



### 正確用藥「五原則」

「我怕吃藥傷胃，可以自己搭配胃藥服用嗎？」許多患者面對醫師開立的多種藥物時，總免不了要問醫師到底開了什麼藥？這麼多藥到底該怎麼吃呢？對症下藥可以治療疾病，但若使用

不當，反而會損害身體健康。為了加強國人正確用藥的觀念，衛生福利部食品藥物管理署（以下簡稱食藥署）特別邀請臺北市立聯合醫院和平婦幼院區藥劑科魏明成藥師為您說分明。

首先介紹「用藥核心5力」，以及常用藥品正確使用「五要」原則：

### 用藥核心5力



### 5要



#### 要知風險

要知道使用藥品可能產生的副作用

#### 要看標示

要看藥品的藥盒或說明書的使用方法及注意事項

#### 要告病況

要告知醫師，是否曾對藥品過敏或患有相關疾病，及是否有同時併用其他藥品。

#### 要遵醫囑

要依照醫師、藥師所給予的相關指示用藥

#### 要問藥師

服用藥品後，如有任何不適，請與您的醫師、藥師聯絡

除了以上用藥提醒之外，還要牢記用藥「五不」喔！

## 用藥「五不」



- 不過量** 是否需要增加藥品使用劑量應由醫師判斷
- 不併用** 不擅自併用制酸劑（胃藥），以免影響其他藥品的療效；或避免過量服用同類藥品。
- 不長期** 在使用藥品時，是否需長期使用應由專業醫師評估。
- 不刺激** 不食（使）用刺激性的物質（咖啡、菸、酒、檳榔、辛辣食物等），養成良好的飲食習慣。
- 不亂買** 對於來路不明藥品，請勿購買

下次當您需要服藥時，即可正確運用以上 3 個用藥「五原則」，當起自身健康的最佳守門員。



### 食用醋標示新制上路

你愛吃醋嗎？酸中帶香的醋是許多家庭必備的調味料，隨著養生風潮盛行，喝醋類飲品也成了一種健康潮流，為了讓消費者了解產品資訊，並強化包裝食用醋的標示管理，食藥署已於 2017 年 6 月 6 日公告「包裝食用醋標示規定」。

該規定要求以釀造食醋為原料，添加其他原料製成的調理食醋，應於包裝明顯處加註「調理」字樣；以醋酸或冰醋酸之稀釋液添加糖類、酸味劑、調味劑及食鹽等製成之調味液，或以此調味液添加釀造食醋混合而成的合成食醋，應於包裝明顯處加註「合成」字樣。

此外，自 2018 年 7 月 1 日起，食用醋標示新規定（以產品製造日期為準）實施後，屆時調理食醋或合成食醋，如未依規定標示「調理」、「合成」字樣，可處新臺幣 3 萬元~300 萬元以下罰鍰。由於合成食醋是以醋酸或冰醋酸之稀釋液為原料製成，若標示宣稱釀造字樣，則為標示不實，可處 4 萬元~400 萬罰鍰。食藥署提醒，食品業者應依其實際製程如實標示，提供清楚正確資訊，以供消費者選購參考。

目前食藥署已設置食品標示諮詢服務平台，建置營養標示格式製作功能及教學影片，並提供食品標示諮詢服務專線 0800-600-058、02-8771-375 及信箱 [advisory@foodlabel.org.tw](mailto:advisory@foodlabel.org.tw)，歡迎各界多加利用。





## 檢驗也有考試？認識「能力試驗」

為因應食品衛生安全法規及突發事件的需求，食藥署每年開發諸多食品相關的檢驗方法，如農藥殘留、動物用藥殘留、重金屬、真菌毒素、食品中污染物質、食品添加物、營養成分、食品微生物及基因改造食品等類別。為了驗證這些方法的精確度以及和國際其他單位進行比較，食藥署每年均會參加不同主題的能力試驗。

### 什麼是檢驗能力試驗？



能力試驗就像是一場驗證能力的考試，分析領域中的能力試驗可用來驗證參與實驗室的分析能力，包括所使用的檢驗方法以及檢驗人員的操作技術，此項測試又是如何執行呢？

首先，主辦機構會先寄送一組盲樣檢體給予各參與實驗室，並不會事先告知檢體內所含的待測物種類與含量，待各參與實驗室向主辦機構回報檢驗結果後，再將每個實驗室回報的檢驗結果，以及該等待測物的指定值進行比較，最後公布答案。

以 2018 年 6 月食藥署參加檸檬中農藥殘留檢驗能力之試驗結果為例，食藥署以國內現行公告之檢驗方法，檢測檸檬盲樣檢體中所添加的數種未知農藥，成功檢驗出全部 11 項國內法規所規範的農藥，且每項農藥的檢出含量，與主辦機構在發布結果時所公布的指定值結果極為接近，代表食藥署所開發的農藥檢驗方法準確性佳，獲國際認同。

另以 2017 年食品領域的國際能力試驗為例，食藥署共計參與 15 場英國 FAPAS (Food Analysis Performance Assessment Scheme) 能力試驗；其中包含不同類別的檢驗主題，例如：美國農業部舉辦的基因改造食品檢驗、新加坡健康科學局舉辦的糙米中無機砷、總砷及鎘含量檢驗等能力試驗，食藥署均全數通過，證實我國檢驗技術與國際並駕齊驅。

未來，食藥署將持續參與各項國際能力試驗，並驗證所開發方法的準確性，以保障國人的飲食安全。



#### 長期使用涼感眼藥水，會不會對眼睛造成危害呢？

- 1 部分眼藥水中常會添加薄荷作為清涼劑增加涼感，雖然目前並沒有研究顯示會對眼睛造成傷害，但如果眼睛有傷口時，可能會造成刺激感。
- 2 此外，一般市售眼藥水，除了清涼劑之外亦可能含有其他藥品成分，長期使用仍可能有副作用產生，更可能掩蓋其他潛在的眼睛疾病。
- 3 提醒民眾，如果眼睛持續出現不適症狀，仍應就醫治療，切勿自行購買眼藥水使用。

# 用藥問藥師



## 看懂藥品標示五哉問！

### 一問 這個藥品我可以服用嗎？

- 清楚描述自己的身體狀況（症狀、發生時間）
- 告知目前使用的藥品、保健品
- 告知是否有抽菸、喝酒等習慣

### 二問 我是以下族群，可以服用這個藥嗎？

- 注意藥品標示的不得使用族群
- 有無重大疾病

### 三問 我該如何使用這個藥品？

- 依醫師、藥師或藥劑生指示服用藥品
- 詳讀藥品外盒、說明書（仿單）標示的用法用量

### 四問 我該注意那些事情？

- 認明品名、藥品許可證字號
- 留意製造日期和保存期限
- 確實依照藥品外盒、說明書（仿單）服用
- 正確服用藥品後，症狀仍未改善，應儘速就醫

### 五問 我該如何取得更多藥品資訊？



- 記錄藥師的諮詢電話，方便日後諮詢
- 至<http://www.fda.gov.tw/MLMS/H0001.aspx> 網頁查詢藥品資訊



社區藥局是  
你我的好鄰居



 衛生福利部食品藥物管理署  
Food and Drug Administration

 守護厝邊頭尾 安全用藥 | 



刊名：藥物食品安全週報 (Food & Drug Consumer Newsletter)

出版機關：衛生福利部食品藥物管理署

電話：02-2787-8000

地址：臺北市南港區昆陽街 161-2 號

編輯委員：陳信誠、吳立雅、謝綺雯、劉淑芬、何淑惠、劉佳萍、邱文鏘、董靜馨、周珮如、林慧芬

林意筑、張連成、林孟昭、張家榮、廖家鼎、林澤揚、陳柏菁、姜寶仁、林宜蓉、呂昀儒

出版年月：2018 年 6 月 29 日

創刊年月：2005 年 9 月 22 日

刊期頻率：每週一次

GPN：4909405233

ISSN：1817-3691

本刊電子版登載於衛生福利部食品藥物管理署(<http://www.fda.gov.tw>)政府出版品及食品藥物消費者知識服務資訊網(<http://consumer.fda.gov.tw/Pages/List.aspx?nodeID=310>)；或請至該網站訂閱電子報





# 藥物食品安全週報小學堂



**Q:** 關於兒童用藥的觀念哪一項敘述是正確的？

- A** 小孩突然感冒，可以給予前一次剩下的藥服用。
- B** 家長可視小孩病情的嚴重度而自行增加藥物劑量或是停藥。
- C** 如果小孩不喜歡藥的味道，可以搭配果汁跟牛奶服用。
- D** 當小孩抗拒吃藥時，家長可以用獎勵的方式來鼓勵小孩吃藥。



答案

勾選本人同意訂閱藥物食品安全週報

**填寫正確答案就可拿神秘小禮（限量）**

1. 答案請填寫至箭頭旁黃色底線處，本期答案將於下個月藥物食品安全週報小學堂公布。

2. 你可以選擇 a 或 b 方式回覆

a. 掃描 QR Code 於 **107/7/26 前**填寫相關資料按下送出即可。



b. 影印本頁面填寫答案，於右側填寫個人姓名、電話、信箱、地址，若為學生請附上學校及班級。

請於 **107/7/26（以郵戳為憑）**前寄送至 食品藥物管理署

臺北市南港區昆陽街 161-2 號 藥物食品安全週報編輯小組 收。

\* 您的個人資料僅供食藥署內部公務使用，於未經過您同意下，絕不會將您個人資料提供給其他第三人，或移作其他非公務目的使用。

3. 小禮物為隨機贈送，恕無法指定款式。

4. 若有任何問題，歡迎來電 02-2787-7115 藥物食品安全週報編輯小組。

**紙本方式填寫**

姓名：

電話：

信箱：

地址：

學校及班級：





# 藥物食品安全週報

第一時間掌握最新食藥資訊

◎◎◎◎  
**歡迎免費訂閱**

食藥署訂閱網站：[http:// www.fda.gov.tw](http://www.fda.gov.tw)

個人訂閱：便民服務/訂閱電子報/輸入e-mail  
/藥物食品安全週報

團體訂閱：便民服務/下載專區/其他下載/  
團體訂閱藥物食品安全週報申請單

請將 [Service@fda.gov.tw](mailto:Service@fda.gov.tw) 加入通訊錄 避免漏接週報訊息哦!

廣告