



【本期提要】

- 一、醫師教你聰明用香水
- 二、嘴饞吃蜜餞，
這樣選購最安全
- 三、青少年拒絕毒品誘惑，
5招飆升防禦值

醫師教你聰明用香水

香水如同隱形配件，有些業者打出「找尋屬於自己命定香水」的廣告，刺激消費者購買展現個人魅力、氣味獨一無二的產品，但您了解香水的成分嗎？又是否適用於自己皮膚呢？食品藥物管理署（以下簡稱食藥署）邀請臺安醫院皮膚科主任曾德朋醫師，為大家解答。

曾德朋醫師表示，一般來說，所有市售香水都不建議直接與皮膚接觸，因為無論標榜多天然的成分，香水依舊是含有化學物質。若肌膚上擦上香水，經過紫外線的照射，產生光敏感，出現發炎及色素沉澱的狀況，就是所謂的過敏反應，嚴重者甚至導致會有接觸性皮膚炎，以及眼睛、上呼吸道不適的情形。

很多人誤以為，把香水噴灑在腋下，就可以遮蓋住惱人的體味，其實不然。所謂的狐臭是因為大汗腺製造的汗液中，包含油脂、蛋白質等物質，而這些蛋白質與細菌作用後就很容易出現臭味，最常見的部位就是腋下，且大汗腺分布的部位很深，因此，靠香水是無法掩蓋狐臭的刺鼻異味，而香水加上狐臭反而會更不好聞，噴灑過量香水也容易造成皮膚過敏，或誘發其他皮膚病。

在選購香水時，很多人會連續在空氣噴灑多次，導致香味過於濃郁刺激，讓



嗅覺產生不適，建議先將香水噴灑在硬紙卡上，並將紙卡距離鼻子約 30 公分處在空氣中揮動，可以較易判斷其味道是否適合自己；此外，使用香水時不建議直接朝眼睛與口鼻噴灑，請噴灑在衣服上，盡量避免與皮膚直接接觸，若需要使用在肌膚上，也建議先輕輕噴灑於手腕或耳後附近，確認肌膚是否有產生敏感症狀後再行使用，且切勿多種香水重複噴灑，開封過後請盡量在 1 年內使用完畢較佳。

如果在使用香水後，發現肌膚出現不適的症狀，可先用水洗淨身上的香水殘留，並停止使用該瓶香水，之後症狀若無改善，應盡速前往皮膚科就診，檢查不適原因並加以治療，建議可了解造成肌膚不適的成分，下次購買時應避開含有該成分的產品。



嘴饞吃蜜餞，這樣選購最安全

不論是逢年過節或平日聚會，酸、甜滋味兼具的蜜餞幾乎是不可或缺的零食。蜜餞主要是由原料選擇後，加糖或合法食品添加物等製成可保存的食品，為了確保民眾的食用安全，食藥署會定期針對市售蜜餞加強抽驗稽查。

食藥署呼籲，業者製造產品應確實遵守食品安全衛生管理法、食品良好衛生規範準則相關法規。製造環境應符合食品工廠建築及設廠標準內蜜餞醃漬工廠所需設備規範；製造過程所使用的食品添加物，應符合「食品添加物使用範圍及限量暨規格標準」，且有專人、專冊及專櫃三專管理，需詳細記錄食品添加物許可字號、進貨量、使用量及存量等，使用相關紀錄應確實保存至少 5 年。

此外，大型便利商店、量販店及超級市場等通路商也應要求針對蜜餞產品或半成品，定期監測食品添加物用量或其他衛生管理項目，每半年或每批至少檢驗一次，以確保消費者購買時的產品安全。

蜜餞雖然可口，但醃漬過程中會使用糖，最好不要過量食用。食藥署建議，消費者選購蜜餞時，應儘量選擇有完整包裝標示的產品，產品資訊應包括：品名、內容物名稱、淨重、食品添加物名稱、製造廠商或國內負責廠商名稱、電話號碼及地址、原產地、有效日期、營養標示、含基因改造食品原料等。





青少年拒絕毒品誘惑，5 招飆升防禦值

去年曾有臺灣年輕人因無知被騙，走私 1 公噸安非他命到印尼，後遭該國判處死刑，其實，毒品入侵校園、社會各角落的情況漸趨嚴重，各種毒品以毒咖啡包、毒奶茶包、毒糖果…等形式變裝，容易讓年輕人基於嘗鮮心態，或在不知情的狀況下誤用，甚至因濫用成癮而戕害自我身心、令家庭破碎、影響社會治安。

食藥署特別提供拒絕毒品五招式，協助民眾根據不同情境自由運用，有效拒絕毒品的誘惑。

- 第一招、直接拒絕法：堅定且大聲拒絕。
- 第二招、遠離現場法：找藉口逃離現場。
- 第三招、轉移話題法：將話題轉到其他地方。
- 第四招、自我解嘲法：藉由嘲笑自己拒絕使用。
- 第五招、友誼勸服法：委婉勸導朋友也不要使用。

除了自己拒絕食用毒品之外，記得千萬別受金錢誘惑而運送毒品，出國旅行不可隨意幫人攜帶行李或物件，請務必提高警覺，小心提防陷阱，對於來路不明的食品或物質，應勇敢拒絕，切勿輕忽毒品危害，令自己身陷毒品泥沼。如有毒品危害相關問題，歡迎利用食藥署「反毒資源館」網站查詢資料，路徑為：食藥署網站首頁(<http://www.fda.gov.tw>)→「業務專區」→「管制藥品」→「反毒資源館」。



蜜餞中使用糖精、苯甲酸和二氧化硫，會致癌，是真的嗎？

- 1 依據食藥署訂定「食品添加物使用範圍及限量暨規格標準」規定，糖精、苯甲酸及二氧化硫等成分，均准許使用於蜜餞產品，但需符合限量規定。
- 2 無論國內生產或國外輸入食品，食藥署皆會進行邊境查驗，而各地方衛生局亦對市面上產品不定期抽驗，如發現有使用違法添加物或超量之案件，即依法處辦，因此呼籲消費者應購買有商標或有CAS認證、標示完整清楚（包括廠商名稱、地址、電話、原料及添加物名稱、有效日期、品名等）的產品，凡來路不明、標示不清、外觀顏色鮮豔、有異物，請拒絕購買，以保障自身消費權益。

食品存放要當心



想看更多請掃QR Code

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



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、許朝凱、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、林宜蓉、呂昀儒

出版年月：2018 年 12 月 28 日

創刊年月：2005 年 9 月 28 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

