



歡迎訂閱電子報

藥物食品安全週報

DRUG AND FOOD SAFETY WEEKLY LETTER



2025年10月10日
發行人：姜至剛

第 1047 期

美麗與健康並重，**美白牙膏**的原理與使用注意事項

隨著大眾越來越重視人際溝通與外在形象，潔白牙齒已成為自信笑容的重要象徵。不過，長期飲用茶、咖啡，或有吸菸與飲酒習慣者，牙齒容易產生染色問題。目前市面上出現許多標榜美白效果的牙膏產品。究竟美白牙膏的原理是什麼？該如何挑選適合自己的產品？食品藥物管理署特別邀請社團法人中華民國牙醫師公會全國聯合會黃茂栓醫師，為您解析美白牙膏的原理、種類與使用時的注意事項。

美白牙膏的類型

黃茂栓醫師說明，市售美白牙膏主要分為物理性與化學性兩大類。

物理性美白牙膏

透過矽酸氫鈉、碳酸鈣等微細顆粒，在刷牙時產生拋光作用，幫助去除牙齒表面染色物質如茶垢、咖啡漬或煙垢。

化學性美白牙膏

含有如過氧化氫等成分，能分解牙齒表面有機色素分子，達到淡化染色的目的。

有些產品亦結合兩種方式，以增強潔白效果。然而，不論選擇哪一種類型的牙膏，皆應注意使用頻率與產品研磨力，避免傷害牙齒表層。

美白牙膏怎麼選？

選購美白牙膏時，建議留意產品的研磨力，研磨力愈強，可能帶來快速美白效果，但也可能傷害琺瑯質。黃茂栓醫師提醒，長期使用研磨力過高的產品，可能造成琺瑯質磨損、牙本質外露，不但引發敏感，還可能讓牙齒表面變粗糙、變得更易染色。因此建議避免長期頻繁使用。

美白牙膏適用於因飲食或生活習慣造成的輕度外部染色，但若牙齒變色為內部因素所致，例如藥品副作用、牙髓病變或年齡老化等情形，則使用美白牙膏效果有限，應尋求牙醫師診治。黃茂栓醫



師也提醒，若有牙齦敏感、琺瑯質受損、矯正器配戴、或為兒童與孕婦等族群，皆不建議使用磨耗力較強的美白產品，使用前應先諮詢牙醫師意見。

黃茂栓醫師表示，正確使用美白牙膏約2至4週後可能觀察到牙齒的初步變化，但實際效果依個人狀況而異，許多時候只

是恢復原本的自然色澤。若選擇研磨性過強或頻繁使用，可能導致牙齒敏感，甚至出現「越刷越黃」的情況。建議可交替使用一般牙膏與美白牙膏，選擇顆粒細緻、具抗敏配方且研磨力較低的產品，以兼顧美白效果與牙齒健康。一旦出現牙齒變黃或敏感症狀，應立即停用並尋求牙醫師評估。

文字撰寫 | 遠見50+編輯群

認識胃鏡，守護胃部健康的好幫手

現代人生活節奏快，加上長期的緊張壓力、不規律的飲食及作息，胃部不適成為許多人常見的健康問題。我們常聽到身邊親友因為胃痛就醫，並在醫師建議下進行胃鏡檢查。然而，許多人接受胃鏡檢查前，常感到擔憂，今天來簡單介紹胃鏡，讓大家認識這項醫療器材。

現代電子胃鏡：檢查更清晰舒適

胃鏡最早出現於19世紀初的歐洲，當時的胃鏡管僵硬且笨重，不易操作，檢查過程中也常讓病人感到不適。然而隨著

胃鏡材質及設計不斷改良，加上光纖及高畫質數位影像技術的進步，現代電子式胃鏡主要由影像處理主機、光源機、記錄器、螢幕、內視鏡及其他伸入體腔輔助的器材所組成，可經由口或鼻進入食道、胃與十二指腸，進行上消化道的檢查、診斷及治療，除了使醫師可以獲得更清晰的胃部影像外，同時也顯著減少病人檢查過程的不適感。此外，胃鏡亦可搭配專用的切片刀或夾鉗等配件，取得有問題的胃部組織進行進一步的病理檢查或內視鏡微創手術，達到診斷和治療目的。

胃鏡屬於醫療器材，上市前須申請查驗登記取得許可證，始得輸入或製造。許可證核定內容可於食品藥物管理署網站之「許可證資料庫」查詢（<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、化粧品許可證相關查詢）；如有發



現醫療器材不良品或使用醫療器材時，或之後發生不良反應，請至「藥品醫療器材食品化粧品上市後品質管理系統」

(<http://qms.fda.gov.tw>) 進行通報，或撥打不良反應通報專線：02-2396-0100。

椎間融合裝置

保護脊椎穩定

現代人久坐、缺乏運動，或過度低頭使用電子產品，往往會增加脊椎負擔並加速退化。隨著年齡增長，椎間盤中的水分與彈性逐漸減少，使脊椎更容易受損。當脊椎因為嚴重退化產生劇烈疼痛、神經壓迫或脊椎不穩定，進而影響日常生活時，醫師可能會建議患者進行「脊椎融合手術」。而這類手術中，椎間融合裝置扮演了關鍵角色，可協助恢復脊椎穩定性，減少疼痛並預防病情惡化。

常見材質與應用

椎間融合裝置的常見材質包括鈦合金、高分子聚合物聚醚醚酮以及氮化矽陶瓷等，臨床上，這類裝置通常會搭配骨填補材料（如骨水泥或自體骨移植）或生長因子（如骨型態生成蛋白），主要應用於頸椎或腰薦椎的脊椎融合手術。當患者因椎間盤嚴重退化導致慢性頸痛或腰痛、脊椎滑脫造成神經壓迫，或因退

化性脊椎側彎等問題影響生活時，醫生可能會建議使用此裝置。椎間融合裝置可置於受損椎體之間，協助穩定脊椎並形成牢固結構，最終與自身脊椎椎體融合，恢復椎間高度並促進骨骼生長。

椎間融合裝置屬於第二等級醫療器材，若含有骨型態生成蛋白，則屬第三等級醫療器材。此類產品在上市前，須經查驗登記並取得許可證，方可輸入或製造。民眾如需查詢相關許可證資料，可至食品藥物管理署網站之「許可證資料庫」（<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、化粧品許可證相關查詢）。如發現醫療器材不良品，或使用醫療器材引起不良反應，請透過「藥品醫療器材食品化粧品上市後品質管理系統」（<http://qms.fda.gov.tw>）進行通報，或撥打不良反應通報專線：02-2396-0100。



術前/術後小提醒

術前

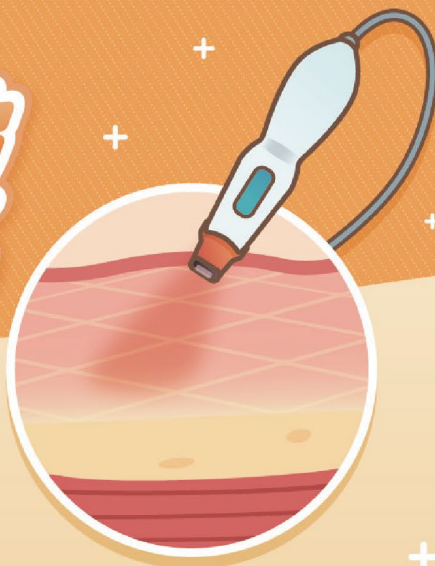
應與醫師充分討論治療方案。

術後

遵循醫囑配合護具使用與復健訓練，以強化脊椎周圍肌肉，確保手術療效。



電波除皺 不踩雷



風險

紅腫、水泡、神經痛、
脂肪萎縮、臉部凹陷。

不適用族群

孕婦、兒童、有心臟
植入器材、有傷口或
感染的人。

不踩雷三要點

- 1 選擇合格醫療院所。
- 2 尋求專業醫師，找出最
合適治療方案。
- 3 確認使用經衛福部核准
醫療器材。

醫師，我想看起來更
年輕，請問我可以做
電波除皺嗎？



廣告

版權聲明：如需引用本署圖文，請原圖文轉載並註明出處，請勿重製、刪減或修改內容。

刊名：藥物食品安全週報

出版機關：衛生福利部食品藥物管理署

地址：臺北市南港區研究院路一段130巷109號 電話：02-2787-8000 GPN：4909405233 ISSN：1817-3691

編輯委員：王德原、鄭維智、許朝凱、廖姿婷、林蘭砮、林意筑、黃玟甄
吳亭瑤、張志旭、吳孟修、許家銓、吳立雅、林炎英、廖家鼎

執行編輯：楊淑真
美術編輯：楊雲涵

出版年月：2025年10月10日

創刊年月：2005年9月22日

刊期頻率：每週一次