



歡迎訂閱
電子報

2020年1月3日

發行人：吳秀梅 署長

藥物食品

安全週報 第746期

1 避孕藥豐胸？ 熟女們必看！

「避孕藥可以治療痘痘、改善經期不順、減緩更年期症候群，好像還可以生髮、豐胸……？」對於這些無法確知的傳聞，大樹藥局郭建宏藥師強調，避孕藥主要是為了避孕，但有時對某些症狀也會產生效用，學理上稱為「藥品仿單標示外使用」(Off-label use)，就是不按照正常的方式使用，發生額外帶來的效果，避孕藥就是最常見的一種。

關於避孕藥的三大迷思

迷思1：吃避孕藥可治療痘痘？

避孕藥主要成分是雌激素跟黃體素，雌激素具有抗雄性素的作用，而雄性素是導致痘痘增加的元凶，因此吃雌激素就可以改善痘痘；理論上是對的，但會長痘痘有時是跟痤瘡桿菌有關，當皮脂阻塞毛囊時細菌就會快速繁殖，使毛囊及周圍發炎，所以要先找出致痘的原因。

迷思2：吃避孕藥可以改善經前症候群(PMS)嗎？

通常在經期來之前有些人會頭痛、頭悶、情緒低落或長痘痘，主要是此時體內的雌激素跟黃體素含量最低，因此吃避孕藥確實可以改善PMS。同樣的，更年期婦女體內的雌激素與黃體素逐漸下降，避孕藥也能有效緩解更年期症候群。

用藥最高原則： 遵醫囑與藥師建議用藥



迷思3：吃避孕藥可降低罹癌風險嗎？

吃避孕藥確實有可能降低癌症(卵巢癌及子宮內膜癌)的風險，也有研究指出，長期服用雌激素(避孕藥成分之一)，會增加罹患乳癌的機率，但仍要視您是否需要使用藥物而定。

最高原則：遵醫囑與藥師建議用藥

藥物用得好就是良藥，過量或錯用則變成毒藥，若在醫師和藥師的建議下使用，可讓經期規律、改善經前症候群，並有額外的效果；如果有潛在性的心血管疾病、三高（高血壓、糖尿病、高血脂），或35歲以上則不建議使用，因為年齡是一個風險因子，使用避孕藥可能會加重或誘發靜脈栓塞（中風）。

2 含汞血壓計 110年全面禁製

自110年1月1日起，含汞血壓計將全面禁製！遠因可推至半世紀前的在日本發生的水俣病（汞中毒，又稱水銀中毒）。水俣病起源於1956年日本熊本縣水俣市。當時水俣工廠任意排放含汞廢水，造成魚蝦受到汙染，導致捕食的水俣市民，體內經過一段時間累積後，形成了汞中毒。

嚴重的是，在日本當地的4萬居民中，約有1萬人先後出現不同程度的中毒症狀，包括：運動困難、口語失常、聽力障礙、手腳麻痺等神經方面的損傷，嚴重者可能會死亡，至今尚無有效治療的方法。有鑑於此，聯合國於2013年10月10日，在日本簽訂《水俣公約》，限制汞的使用、製造以及儲存廢汞的方式。

為了響應聯合國訂立的《水俣公約》，我國環保署邀集農業委員會、經濟部、財政部、衛福部及勞動部，共同制定「執行聯合國汞水俣公約推動計畫」，並在108年7月5日公告修正「列管毒性化學物質及其運作管理事項」，新增自110年1月1日起，禁止使用汞製造電池、開關、繼電器，以及血壓計、氣壓計等非電子測量儀器。



衛生福利部食品藥物管理署（以下簡稱食藥署）依照藥事法，管理醫療器材的安全、效能及品質，並配合環保署公告事項，將自110年1月1日起，不再核准國內製造含汞血壓計的醫療器材許可證的查驗登記、展延及變更案，而110年1月1日前製造的含汞血壓計產品，也提醒注意環保署相關針對販賣及輸入的限制規定，藉由修訂國內含汞產品的相關規定，落實汞管理，並減少環境中的汞汙染。

3 如何用對非處方藥？ 省錢照護 7 招！

當您感到肚子不舒服時，懂得如何照顧自己嗎？千萬別小看這個健康課題，在世界衛生組織（WHO）提倡自我照護（Self-Care）下，每個人都應該對自己的健康負起責任，建立起正確用藥觀念與知識，自我健康維護與疾病治療成效的關鍵，則和藥物息息相關。

食藥署說明，對於輕微症狀者，如：一般感冒、腸胃不適、疼痛等，可使用非處方藥來緩解不適，像是部分止痛藥、抗組織胺、制酸劑、胃藥等藥物，讓輕症患者或半夜突然不舒服的人，省下到大醫院急診花費的時間和醫療資源，並就近尋求社區藥局專業藥師協助。

目前全國社區藥局有8,000多家，具有可近性、便利性的優勢，在藥事人員指導下，民眾可及時取得非處方藥，緩解輕微、短期的症狀或不適，或治療輕微疾病，不但解決了到醫院排隊候診、領藥的交通成本與寶貴時間，也降低到醫院就診感染病菌的風險，並減少健保的財政負擔。

食藥署彙整出使用非處方藥品的7項注意須知，可說是民眾的省錢顧健康7招，詳如下圖。

使用非處方藥品 7項注意事項

1 使用前先詳讀標示



2 依自身狀況找相應的藥



3 注意藥品的正確用量及用法

【用法用量】	
年齡	15歲以
一次	1包(1.2

4 注意保存期限及藥品儲存方式
(乾燥、通風、陰涼、小朋友不易取得)



5 服藥後若有不適反應
(喉嚨緊縮、皮膚發癢過敏)
趕緊停藥就醫



6 若症狀未改善，請回診就醫



7 保留藥品包裝，以備突發狀況可確認



「生病找醫師，用藥問藥師」絕對錯不了！但若懷疑因使用藥品發生不良反應時，請立即向全國藥物不良反應通報中心反應（藥物不良反應通報專線 02-2396-0100，網站：<https://adr.fda.gov.tw/>）。當您在就醫領藥、購買藥品或使用藥品方面有任何問題時，可以到鄰近的社區藥局諮詢，讓專業藥師為各位的用藥安全把關喔！

聰明選用 “血壓計”

定期健康檢查追蹤血壓
發現血壓異常時，儘速就診



認識血壓計為第2等級醫療器材



看清包裝是否有刊載衛生福利部
核准「醫療器材許可證字號」



坐姿為佳，測前休息10分鐘。
正確擺放壓脈帶
(手腕或手肘上
2cm) 量測點保
持與心臟同高



食品藥物管理署

廣告



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：臺北市南港區昆陽街161-2號

電 話：02-2787-8000

GPN：4909405233

ISSN：1817-3691

編輯委員：陳信誠、許朝凱、謝碧蓮、陳瑜綸、高雅敏、王博譽、林邦德、王兆儀
吳敏華、王柏森、董靜馨、楊千慧、吳姿萱

美術編輯：郭儀君

出版年月：2020年1月3日

創刊年月：2005年9月28日

刊期頻率：每週一次

第746期第4頁