

3 每天用的牙膏和漱口水，您了解多少？

牙膏及漱口水是多數人日常生活中會使用的產品，為了保障國人使用這類產品的安全，自110年7月1日起，一般牙膏及漱口水納入化粧品管理，其產品標示、成分、品質、衛生安全及製造場所，均須符合化粧品衛生安全管理法相關規定。

食藥署進一步說明：一般牙膏多為乳劑、膏劑及液劑，主要用於清潔牙齒、保持口氣清新，常見的組成成分為研磨劑、界面活性劑、黏結劑、保濕劑、防腐劑及香料等。研磨劑常見成分為碳酸鈣、磷酸鈣等，主要是在不傷害牙齒的情況下，去除表面的污垢；界面活性劑常見成分為硫酸月桂酯鈉，清潔原理與清潔類化粧品相同，能清除表面沉積物並乳化污垢；黏結劑常用羧甲纖維素鈉等成分，用於穩定膏體和避免水分揮發，使牙膏的固體和液體保持均質性；保濕劑常加入甘油、丙二醇等成分，可防止牙膏硬化；防腐劑則是避免牙膏變質；而香料則使牙膏具有香氣。

漱口水的性質與液態牙膏類似，使用上不需要搭配牙刷，只需含在口中來回漱幾次吐掉即可。主要功能是清潔口腔、防止口臭、保持口氣清新，常見成份為溶劑、保濕劑、pH值調整劑、防腐



劑及香料等。溶劑常見為水、乙醇等，用於調整黏稠度及溶解成分；保濕劑常為甘油等，用於口腔內保濕；pH值調整劑多為檸檬酸鹽等成分，用於pH值調節；防腐劑則是避免漱口水產品變質；香料則是使漱口水帶有香氣。

切勿以漱口水取代刷牙的步驟

食藥署提醒：以化粧品管理的一般牙膏及漱口水如有添加含氟化合物，其氟總量不得超過0.15% (1,500ppm)，且不具有醫療效能，不可治療牙周病等病症；若有嚴重口腔問題，應就醫治療。而漱口水於刷牙後使用效果較佳，不應以漱口水取代刷牙。最後，選購及使用一般牙膏、漱口水時，要看清楚產品標示，並搭配正確刷牙習慣且避免吞食。若想即時了解化粧品資訊及獲得更多相關知識，快上「TFDA化粧品安全使用」Facebook粉絲團，掌握第一手的化粧品安全選購及使用資訊。