



從期待到確認 → 驗孕試劑正確使用指南

驗 孕試劑是許多備孕家庭關心的重要工具，如何正確使用與正確解讀檢測結果至關重要。為此，食品藥物管理署（下稱食藥署）邀請台灣婦產科醫學會李耀泰醫師，向民眾說明驗孕試劑的檢測原理與使用時應注意事項。

為什麼會出現兩條線？ 醫師帶你看懂驗孕結果

李耀泰醫師說明，驗孕試紙的原理，係利用女性懷孕後胎盤會分泌「人類絨毛膜生長激素」（Human Chorionic Gonadotropin, hCG），當尿液中的hCG達到一定濃度時，就會與驗孕試紙上的抗體結合，使得驗孕試紙的判讀區顯示兩條線，即代表可能受孕的狀態。這兩條線代表的分別是C（control）控制線與T（test）測試線，檢測結果中，C線一定要出現，表示驗孕試劑的功能正常；若有偵測到hCG，則會顯示C線與T線兩條線，結果為陽性反應。

一般來說，驗孕棒分為試紙與驗孕卡匣（驗孕棒）兩種：試紙是在檢體區浸泡尿液，大約六秒後取出平放桌面，約等待五至十分鐘後判讀；而驗孕卡匣則是有如棒狀的外觀，其上有一圓圈的檢驗區，可滴三滴尿液在其上，大約平放十分鐘後，即可得到結果。但各產品操作略有不同，使用前仍須詳閱產品說明書並依指示操作。

此外，仍有兩種情況可能出現「偽陽性」結果：其一是不孕症婦女，施打的排卵針含有hCG，可能造成短暫偽陽性；另外有些腎臟病或癌症患者，體內也可能出現異常的hCG，造成誤判。

每日第一次排尿，hCG濃度最高

李耀泰醫師表示，清晨第一次排尿的hCG濃度最高，因此也是較適合驗孕的時間。若出現兩條淺淺的紅線，都可視為陽性結果。若自行檢測結果為陰性（即只有一條線），但卻持續出現噁心、嘔吐或陰道出血等症狀，雖然機率只有三千分之一，但仍需警覺子宮外孕的可能。這種情況應儘速就醫，由醫師透過超音波檢查骨盆腔是否有積水，並抽血檢查血液中的hCG濃度，以做精確診斷。

如何判讀驗孕結果



李耀泰醫師提醒，選購驗孕試劑時務必確認仍在保存期限內，並於使用前檢查產品是否有受潮、泡水或發霉等狀況。食藥署也呼籲，驗孕試劑屬於第二級醫療器材，民眾在購買時應遵照醫材安心

三步驟：「一認、二看、三會用」，即認識驗孕試劑為醫療器材、確認外包裝上是否有醫療器材許可證字號，並依照使用說明書正確操作，以確保檢測結果的準確性與使用安全。

文字撰寫 | 遠見50+編輯群

洗髮精 怎麼選？讓你的秀髮更健康！

你 知道嗎？每天使用的洗髮精，其實屬於化粧品的一種。若挑選不當或使用方式不正確，不僅可能無法有效清潔頭皮與頭髮，還可能使髒污與油脂殘留，造成頭皮越洗越油的情形，甚至引發類似青春痘的頭皮毛囊炎，導致頭皮屑增生、頭皮泛紅或敏感等問題。因此，選對產品、用對方法，是維護頭皮健康的第一步。

常見洗髮精成分大揭密

洗髮精的主要功能是清潔頭皮與髮絲，維持頭皮健康與頭髮的良好狀態。常見成分包括負責清潔作用的界面活性劑（如 Sodium lauryl sulfate與 Sodium laureth sulfate）、能讓頭髮柔順的聚二甲基矽氧烷（Dimethicone），以及調整質地與酸鹼（pH）值的調節劑，還有添加膠原蛋白、維生素或植物萃取等成分，以提升使用感受或保養效果。

洗護流程與產品選購注意事項

- **洗頭時** 建議先以約37°C的溫水將頭髮充分潤濕，再將洗髮精倒於手心，加水搓揉起泡後均勻塗抹於髮絲，以指腹輕柔按摩頭皮，再用清水澈底沖洗。
- **吹整時** 吹風機應與頭皮保持15至20公分的距離，並以溫涼風為主，避免長時間以高溫熱風吹傷頭皮。
- **購買洗髮精時** 務必確認包裝標示是否完整，並可透過「化粧品產品登錄平台系統」查詢產品是否完成登錄，以確保產品來源與使用安全。

若在正常或合理使用洗髮精等化粧品後，肌膚出現紅腫、搔癢或其他不適反應，請儘早就醫診療。就診時建議攜帶正在使用的產品包裝（含完整全成分標示），並主動告知醫師不適症狀、日常

⚠ 小提醒

洗髮精不應自行加水稀釋增加使用次數，或與其他品牌混合使用，以免破壞配方穩定性並增加細菌孳生風險。