

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。

使用情形，以及是否有併用其他口服或外用藥品，以協助醫師正確判斷與治療。為協助消費者建立正確的化粧品使用觀念，食藥署特別成立「TFDA化粧品

安全使用」臉書粉絲團，提供相關選購與使用資訊，歡迎民眾上網查詢：
<http://www.facebook.com/tfdacos>。



支撐、固定受傷部位的好幫手！

聰明選用醫療用裝具

近年來，隨著健康意識抬頭與全民運動風氣盛行，越來越多民眾投入各類運動。然而，若未做好適當保護與暖身，可能造成運動傷害。此時，民眾可以挑選合適的醫療用裝具，協助支持或固定受傷部位，如醫療用護膝、護手腕及支撐腰帶等醫療器材，皆能提供良好的輔助效果。

認識醫療用裝具

醫療用裝具依其適用患部部位而有不同產品樣態，主要可分為「肢體裝具」與「軀幹裝具」兩大類，其功能是用來支持或固定軀幹、頸部、上肢或下肢的骨折、肌肉拉傷或韌帶扭傷等狀況，或用於因疾病造成身體結構變形時的矯正或整直之醫療器材，透過支撐條或其他特殊結構設計，以支撐患部肌肉及周圍組織。食藥署提醒民眾，當發生運動傷害時，應先就醫確定造成原因；如經醫師評估建議使用醫療用裝具，則應選擇具醫療器材許可證或登錄字號的產品，以確保使用安全。

如欲查詢醫療用裝具相關產品資訊，可至食藥署網站的醫療器材許可證資料庫查詢，以避免購買來路不明的產品。



醫療器材許可證資料庫

掃描QR code，帶您了解更多

查詢路徑：食藥署首頁>業務專區>醫療器材>資訊查詢>醫療器材許可證資料庫

醫材安心三步驟，正確選用醫材

食藥署呼籲，肢體裝具與軀幹裝具屬第一等級醫療器材，民眾購買時，請遵守醫材安心三步驟——「一認、二看、三會用」口訣：一要認識醫療用裝具屬於醫療器材；二要看清包裝上是否載明醫療器材許可證或登錄字號；三是使用前詳閱說明書，並依說明書內容正確使用。如使用醫療器材發生不良事件，請至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：02-23960100。