



藥物食品 安全週報



488

第

2015年01月23日

期 發行人：姜郁美代署長

【本期提要】

- 一、看清食品標示
享受年節好「食」光
- 二、問清楚多比較
植牙留意 3 步驟
- 三、善待實驗動物
GLP 列入查核計畫！

一、看清食品標示

享受年節好「食」光



農曆春節的連續假期即將到來，如果想要和親朋友好聚餐又懶得親自下廚，購買外食的機會就增加了，此時一定要注意飲食的衛生安全，食品藥物管理署(以下簡稱食藥署)提供3個選購食品小撇步，幫助大家共享新年假期的好「食」光。

1. 檢視食品外觀辨明來源：

- (1)來源標示要清楚，優先選購完整包裝；散裝食品要挑選乾爽、清潔的。
- (2)醃漬、乾貨、水產品，應選擇接近食物原色，不要選太潔白或色澤鮮豔的。

2. 聰明閱讀產品標示：

- (1)注意包裝食品的外包裝上的品名、內容物及食品添加物名稱、有效日期、營養標示及廠商資訊等，保障您飲食安全。
- (2)擁有公司或商業登記的食品販售業者販售的散裝食品，要注意品名、原產地及牛肉原料原產地資訊。

3. 正確保存食品特性：

- (1) 食品經拆封後，應儘速吃完。
- (2) 依食品外包裝所提供的保存方法或食品本身特性，選擇適當的保存溫度與方式。
- (3) 豆製品及生麵製品等應購買有經冷藏或冷凍保存販售的產品。真空包裝黃豆製品非供即食食品者，食用前應充分加熱。
- (4) 需常溫保存的食品應置陰涼處，避免陽光直射；冷藏食品中心溫度應在凍結點以上至7°C以下；冷凍食品中心溫度應為-18°C以下。

只要多用一點心，辨明食品外觀及標示資訊，並正確保存食品，就可大大減少自身的飲食安全問題。



二、問清楚多比較 植牙留意3步驟

「一口好牙抵萬金」！有許多成年人因為老化、牙周病及不良的衛生習慣而缺牙，有越來越多的患者選擇接受費用高昂的植牙手術。人工牙根列屬高風險第三等級醫療器材，主要是以外科手術的方式，把人工牙根植入缺牙的齒槽骨內，代替自然的牙齒做為假牙的支撐物。

植牙手術是侵入性治療，千萬不要認為是小手術就忽略術前評估的重要性。坊間的牙醫診所林立，市面上的植牙產品更是琳瑯滿目，大家更應「醫」比三家不吃虧，食藥署提醒您留意以下3步驟：



1. **植牙前**：須先經過專業牙科醫生詳細評估健康狀態是否適合植牙手術，例如：骨骼發育未完全的青少年、有抽菸習慣、孕婦、糖尿病患、牙周病患、嚴重骨質疏鬆症、牙齦及牙床骨嚴重萎縮，厚度不足等因素，都容易造成植牙失敗。在進行植牙前。醫療院所應詳細說明相關醫療費用、手術可能發生的風險及併發症等資訊。

2. **植牙中**：應由受過人工植牙專業訓練之合格醫生進行手術，避免導致植牙失敗或傷口感染等不良併發症，增加手術的成功率。

3. **植牙後**：個人衛生習慣不佳很容易造成牙齦發炎導致植牙失敗，應養成良好的口腔衛生習慣，並定期口腔檢查。



民眾有相關問題時可適時請教合格專業的牙科醫師，在接受植牙手術前，可以要求牙醫師出示人工牙根植體產品的資訊，確保自身使用的產品已取得衛生福利部核發的許可證，若對產品仍有疑慮，可以到食藥署網站之許可證資料庫查詢(食藥署網站 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、含藥化粧品許可證查詢作業)。



三、善待實驗動物 GLP 列入查核計畫！

「阿飛、可樂、杜比」這 3 隻可愛的米格魯是實驗動物，牠們離開實驗室後已受到妥善照料。為了善待實驗動物，並確保非臨床安全性評估試驗數據的品質與可信度，食藥署已將實驗動物科學應用及動物福祉列為藥物非臨床試驗優良操作規範(Good Laboratory Practice, GLP)查核重點之一，持續辦理查核計畫，對動物實驗有完善的管理與品質要求，規定「進口、購買、飼(培)養或使用動物、植物、微生物及細胞等，應依據國家相關法規辦理」，飼養與使用實驗動物須符合動物保護法的規定(例如：試驗單位應依法設置「實驗動物照護及使用委員會(IACUC)」)。

食藥署將每年定期舉辦教育訓練及研習會，課程主題包含動物房查核與試驗動物的管理，落實動物實驗 3R 原則-取代(Replacement)、減量(Reduction)、精緻化(Refinement)，最近更加上第 4R-責任(Responsibility)，要求以同理心進行動物實驗，不僅要對動物負責，也應符合社會期待。

這些研習活動的授課對象為 GLP 查核員及相關從業人員，同時要求業者應定期辦理機構內部教育訓練，確保從業人員能理解並體會善待實驗動物的理念，提升實驗動物的保護與試驗品質的要求，提供準確且值得信賴的實驗數據。

刊 名：藥物食品安全週報 (Food & Drug Consumer Newsletter)

出版機關：衛生福利部食品藥物管理署 電話：02-2787-8000

台北市 11561 南港區昆陽街 161-2 號

編輯委員：吳秀英、羅吉方、李明鑫、吳正寧、張志旭、李婉婧、祁若鳳、高雅敏、藍正文、翁銘雄、游雯淨

出版年月：2015 年 1 月 23 日 創刊年月：2005 年 9 月 22 日 刊期頻率：每週一次

GPN : 4909405233 ISSN : 1817-3691

本刊電子版登載於衛生福利部食品藥物管理署(<http://www.fda.gov.tw>)政府出版品及食品藥物消費者知識服務資訊網(<http://consumer.fda.gov.tw/Pages>List.aspx?nodeID=310>)；或請至該網站訂閱電子報。





有標誌
安心吃



廣告

雞肉可以
吃嗎？

撲殺有
補償嗎？

可以去
賞鳥嗎？

會傳染
給人嗎？

24
!

對抗禽流感

24小時諮詢專線
0800-761-590

主動通報
政府有補償

未通報
無補償還要罰鍰



行政院農業委員會動植物防疫檢疫局 關心您
<http://ai.gov.tw>

廣告

原味年菜

健康自選

2014 健康年菜食譜

PART 3

綠色巧宴

食譜設計與示範

蕭冠之 主廚



金牌御品佛跳牆



材料：栗子5顆、排骨丁112公克、豬腳150公克、黑魚皮75公克、蹄筋75公克、香菇3朵、芋頭150公克、脆筍112公克、豬肚1粒、雞丁112公克。

佐料：蔥1支、蒜頭3粒、冰糖1大匙、沙茶醬1大匙、蠔油1小匙、醬油1小匙、米酒1大匙、胡椒粉1/4匙、烏醋1小匙、柴魚片4公克、五香粉4公克。

【料理步驟】

- 先將排骨丁加入五香粉、醬油、蒜末和白糖拌勻，裹上地瓜粉煎至粉熟。
- 再將栗子、香菇和芋頭塊下鍋煎至焦黃。
- 以脆筍作底，其他食材汆燙後，放入佛跳牆甕中。
- 取一鍋，先將蔥切成段，加入3粒蒜頭一起爆香，再倒入1200毫升的水，接著加入冰糖、沙茶醬、蠔油、醬油、米酒、胡椒粉和烏醋，煮出味道即可(約5分鐘)，關火後，放入柴魚片，再以布過濾、去渣。
- 將湯底倒入甕中，以保鮮膜封口，用蒸籠蒸1.5小時即完成。

【主廚小叮嚀】

這道佛跳牆中排骨是以香煎的方式取代油炸，起鍋後，建議可以再淋上熱水去油，加入高湯後，不但不油膩，更多了料理排骨的蒜香味。

材料：白果75公克、鮑魚菇188公克、香菇8朵、芥藍菜(大)15支、海參900公克、蔥白75公克。

佐料：蠔油1大匙、醬油1小匙、白胡椒粉1/4匙、太白粉水適量、米酒1大匙、香油1小匙。

【料理步驟】

- 海參以自然發酵的方式回軟，泡好後去腸泥。
- 將蔥和薑放入水中，燒開後將其撈除，並加入米酒，海參改斜刀後，放入水中浸泡約2分鐘以去腥味。
- 取鍋，將水燒開後，放入少許鹽，將芥藍菜燙熟，撈起後，拌入些許橄欖油，擺入盤中。
- 將鮑魚菇、香菇和白果燙水。
- 再將蔥白爆香，加入高湯、佐料和所有食材進行調味。
- 最後，用太白粉勾芡，再加入香油即完成。

【主廚小叮嚀】

烏參以自然發酵法來回軟：將乾烏參放入冰水，並且每天早晚換水，溫度控制在比常溫低一點點，才能夠使口感脆嫩、富有彈性，放置3天後即可料理。

