

护肤品,是日常生活中不可缺少的东西。爽肤水、精华液、乳液、日霜、晚霜、防晒霜……不仅女人用,男人有时也会用。最近,微博上一张“某名牌精华肌底液价格组成”的图片震惊了很多人,原价1080元的昂贵护肤品,原材料居然只有21.6元。我们正在使用的护肤品是否也存在这样的问题?那些瓶瓶罐罐上标注的成分表究竟代表了什么物质?它们对皮肤究竟起着怎样的效果?

现代快报记者 郑文静

视黄醇、抗坏血酸、烟酰胺、泛醇、生育酚、阿拉伯胶……

# 护肤品成分表里的古怪东西你都认识吗

## 护肤品的秘密

### 护肤品的五大组成部分 油脂类、防腐剂、透皮剂、乳化剂、水

要了解护肤品的效果,就要先了解护肤品的成分。这种我们每天都在使用的东西,究竟是用什么做的?记者采访到了中国药科大学药物科学研究所的尚靖教授,请她从专业角度为大家解答疑惑。

尚教授表示,护肤品一般是由五类基础物质组成:脂类物质、防腐剂、透皮剂、乳化剂和水。

第一类,油脂类。一般来自动物或者植物,可以在皮肤表面形成薄膜,抑制表皮水分的蒸发,防止皮肤干燥粗糙,使皮肤柔软滋润。常被用于护肤品的动物类油脂有羊毛脂、鱼肝油、海龟油、水貂油等;植物性油脂有椰子油、橄榄油、蓖麻油、杏仁油、花生油、棉籽油、棕榈油等。“油脂是护肤品中最重要的成分之一。除了滋润,它还是护肤品的载体。大多数化妆品都是膏状的,如果没有油脂,它无法形成这种膏状。”

第二类,防腐剂。很多人谈到护肤品中的防腐剂就色变,其实防腐剂是大多数护肤品中必备的成分。护肤品中的油脂放一段时

间总是会变质的,何况我们的手上还有细菌。护肤品一般要求2到3年的保质期,想不变质,就需要防腐剂。否则还会引起皮肤炎症。

第三类,透皮剂。可以帮助皮肤更快吸收护肤品里的营养成分,种类很多,最常见的有尿素类物质。

第四类,乳化剂。乳化剂是乳浊液的稳定剂,是一类表面活性剂,能阻止分散状的小液滴互相凝结,使形成的膏霜比较稳定。常用的乳化剂有阿拉伯胶、丙二醇单月硅酸酯、烷基苯磺酸钠等。

第五类,纯净水。

“这五类物质已经可以满足我们对护肤品的基本要求了,所以它们又被叫作护肤品的‘基础原料’。除了基础原料,护肤品里面经常还会添加一些额外的物质,比如维生素、胶原蛋白、植物凝萃、保湿因子之类的,它们具有主动调节皮肤功能的作用,这类化妆品被称为‘功能性化妆品’。这些添加物也可被称为‘辅助原料’。”尚教授告诉记者。

## 提醒

护肤品营养成分过多可能对身体产生毒性

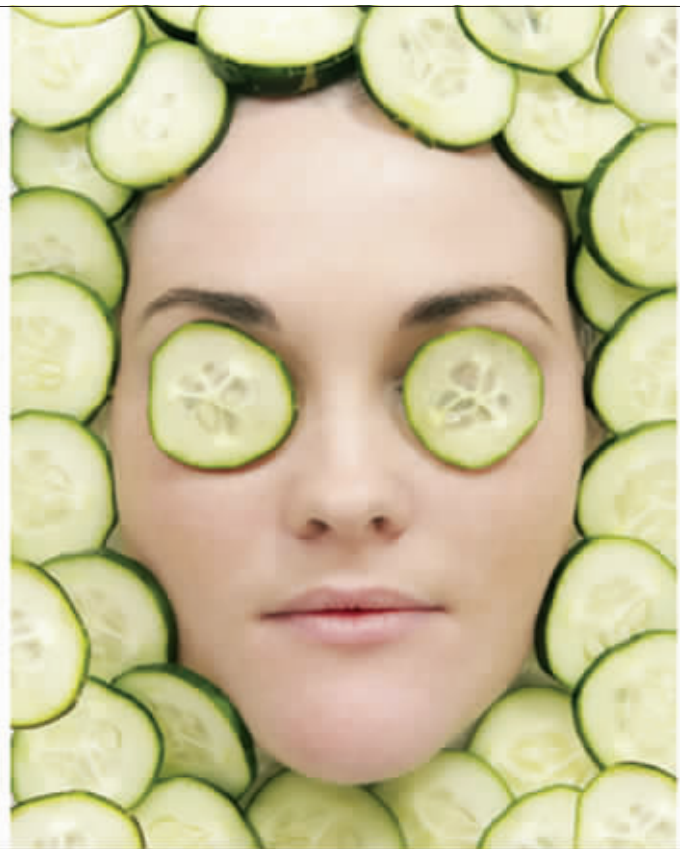


按照相关规定,化妆品上的成分表应该按照含量由多到少来标注。但可惜的是,很多国内的生产厂家并没有这样做,甚至有时候产品的成分表是不全的。

鼓楼医院皮肤科主治医师周映就曾经遇到过这样的案例,“有一位患者,在网上买了去角质的膏,据说是能使皮肤变光滑的,结果她用过之后皮肤被灼伤,表皮变红、剥脱。她把药膏拿过来,我们一看,成分表里有维A酸,会加速表皮新陈代谢,是医院里经常会拿来治疗痤疮、牛皮癣的一种成分。但医院里使用的浓度一般是0.025%,从来没有发生过被灼伤的情况。这款去角质霜里的维A酸应该是浓度过高了。”

周映医师特别提醒读者们,护肤品中的酒精类物质、水杨酸、果酸等成分都会加速表皮的新陈代谢,虽然确实可以使皮肤光滑,但不建议作为日常护肤品使用。如果使用过程中出现表皮剥脱的现象最好暂停使用或减少使用量。

尚教授也有类似的观点:“很多护肤品里面添加了各种各样的营养成分,看起来好像很好,其实皮肤不一定能适应。水喝多了人都会中毒,护肤品里的营养成分如果过多,被人体透过皮肤吸收后会破坏体内的平衡,会对身体产生毒性。所以建议,选择功能化妆品要谨慎,护肤品的目的是保养,而不是治疗,尽量少使用过于刺激皮肤的产品。”



本版均为资料图片

## 解析护肤品成分

我们已经知道了护肤品的成分中,既有基础类原料,也有辅助原料,那么你能分清它们吗?它们具有护肤功效是基于怎样的原理?

### 羊毛脂

属于护肤品基础五大类组成部分中的第一类——油脂类。

天然羊毛中含有10%~25%的羊毛脂,它的作用是使羊毛润滑、抗日光和防风。羊毛脂不溶于水,而且能吸收两倍重的水不分离,能在皮肤表面形成一层细密的润肤膜,还能帮助皮肤吸收水分,具有良好的保湿、渗透功能,很早就被用作护肤品和化妆品的原料。

由于是动物性脂肪,略有特殊臭味。在化妆品中的用量不宜过多,放置过久的羊毛脂和所有油脂一样会成为细菌的天然培养基,一旦变质,就会给皮肤带来坏影响。

### 凡士林

属于护肤品基础五大类组成部分中的第一类——油脂类。

凡士林不止是一种护肤品的牌子,其实它本身就是很多护肤品中的一种常见原料。它是石油勘探的副产品,由石油的残油经过脱蜡精制而成,熔点为38℃~63℃,本身是无色无臭的半固定形态。它的优点是几乎能与所有的药物配伍而不会使药性改变,被作为油脂原料广泛应用于乳液、膏霜、唇膏、发蜡中。

缺点是过于油腻,适合干性皮肤和干燥的冬季。如果是偏油性的皮肤使用,会堵塞毛孔引起粉刺和痤疮。

### 蛇油

属于护肤品基础五大类组成部分中的第一类——油脂类。

蛇油由蟒蛇科动物的脂肪提纯精制而成,相对密度是0.9172,它本身是淡黄色油状液体。蛇油对皮肤皲裂有良好的治疗效果,可使皮肤产生平滑凉爽的感觉,不仅适用于护肤品,还常被用于药用的膏剂。

### 胶原蛋白

不属于护肤品的基础原料,是被选择性添加的辅助原料。

胶原蛋白是皮肤很重要的支撑,占人体全身总蛋白质的30%以上。随着年龄的增长,皮肤里的胶原蛋白数量下降,皮肤会变得松弛,从而出现皱纹等老化现象。这种老化现象可以通过在护肤品中添加胶原蛋白得以改善。尚教授曾经用来自新西兰的从羊皮肤中提取的胶原蛋白做试验,涂抹在动物的皮肤上,过一段时间后结果表明,皮肤中的胶原细胞状况确实有所改善。

### 黄瓜

不属于护肤品的基础原料,是被选择性添加的辅助原料。

很多化妆品都宣称自己含有果蔬的天然成分,其中黄瓜应该算是最常见的成分之一。黄瓜中含有葡萄糖、木糖、果糖、矿物质、多种游离氨基酸和维生素A、维生素B、维生素C、维生素PP等物质。氨基酸可以收敛皮肤毛孔,矿物质用于保湿,各种维生素则对皮肤也有好处,经常被用于保湿类护肤品。

### 牛奶

不属于护肤品的基础原料,是被选择性添加的辅助原料。

不知道是古代的哪位先人最先意识到牛奶不仅可以喝,还能用来护肤美容。于是牛奶浴、牛奶洗脸、牛奶洗手都出现了。如今更是被广泛添加到了各种各样的护肤品里。牛奶真的这么神奇?尚教授表示,天然牛奶确实有护肤美白的功效,特别是对于晒后修复有很好的效果。只是护肤品中到底含有多少牛奶很难说清,并且有些人对于牛奶过敏,选择含有牛奶的护肤品时要慎重。



## 护肤品也有技术指标 黏稠度、熔点、酸值、皂化值

护肤品在制作过程中,除了使用上述基本物质外,还要参考一些基本的指标,比如色泽、气味、熔点、黏稠度、酸值、皂化值等。

每种化妆品的色泽和气味都是不一样的,它们可以被描述,却很难给出固定的数值。

熔点却不一样,它是护肤品的一项重要指标。无论是在早期护肤品的配方设计阶段,还是在中期企业投入生产阶段、后期的储存销售阶段,甚至在消费者手中被打开使用的阶段,这一项指标的变化都被要求控制在一定的范围内。因为熔点不仅涉及产品的黏稠度,更影响到皮肤使用护肤品时的感觉。

而不同的黏稠度擦到皮肤上的感觉是不一样的。这在很多护

肤品广告中都有体现,经常被用来描述的诸如“质地轻盈、轻轻一抹快速吸收”之类的基本都是比较稀薄的产品,被描述为“强效滋润、持久防护”之类的通常都是比较浓稠的产品。

“这与护肤品本身的水油比例有很大关系。”尚教授表示,“比如按摩膏,属于油脂成分很高的护肤品,是油包水;霜的油脂相对少一些,是水包油;乳液可能只有百分之十几的油脂;还有爽肤水、化妆水之类的水剂,含有水的比例非常高。”

护肤品里的酸值则通常代表了油脂中游离脂肪酸的含量,简而言之,它标志着油脂的新鲜程度。

皂化值表明的则是油脂中脂肪酸的含量。

## 揭开古怪成分真面目

虽然通过护肤品瓶子上的成分表能让我们更了解自己使用的护肤品,但是有些成分通常会使用专业名词来标记。对于普通消费者,即使看到了,也未必能知道是什么。下面就到一些成分表中常见的古怪词语,看一看就会发现,其实它们的真面目我们很熟。

护肤品成分专业名词	真面目	功效
视黄醇	维生素A	抗衰老
抗坏血酸	维生素C	美白、抗氧化
烟酰胺	维生素B <sub>3</sub>	提亮肤色、淡化细纹
泛醇	维生素原B <sub>5</sub>	增加皮肤含水能力
生育酚	维生素E	抗衰老、抗氧化
乙醇	酒精	清洁、收敛肌肤
苯甲酸钠、尼泊金酯等	防腐剂	抑制微生物生长
阿拉伯胶、丙二醇单月桂酸酯等	乳化剂	稳定剂