

# 不但无效还是细菌的培养基? 小小“面膜微博”一天转发超10万次

专家:敷面膜产生的细菌可以忽略不计



“今天一女生告诉我,生命科学学院院长演讲一场,彻底改变了她。院长痛心疾首地说:我就不明白你们女生为什么喜欢敷面膜。不知道胶原蛋白大分子不能被皮肤吸收也就算了。那厚厚一层玩意,不就是在脸上抹了层培养基么?还一敷敷半小时,表皮各种菌各种虫高兴坏了,等你敷完都四世同堂了。”这条关于面膜的微博,由于与生活紧密相关,又被“果壳网”CEO“姬十三”转发,一天之内就被转了10万多次。虽然随后“姬十三”重发“掌嘴帖”,但仍让爱美的妹子们“花容失色”。面膜真的如此可怕?现代快报记者了解到,这种说法危言耸听,正规商家制作的面膜有抑菌成分,敷脸不会造成细菌过度繁殖,自制面膜如果“现制现敷”,敷面膜产生的细菌对人体的影响可以忽略不计。

## 敷面膜主要作用是保湿

“面膜不但没有宣传中的那些美好功效,反而会在脸上形成‘培养基’,细菌会在敷面膜的30分钟内大量繁殖!”得知这样的“真相”,很多人质疑面膜的卫生安全,也有人开玩笑表示,“太可怕了,我要去敷一张面膜压压惊!”

“面膜的真相”经微博、微信、人人网等社交媒体转发传播后,引发有关面膜的轩然大波。昨天,“姬十

三”又专门发微博,自称“掌嘴帖”,介绍了面膜对人真正的影响:“1.外用胶原蛋白的确不能被吸收;2.大部分面膜基本功能是保湿;3.正规面膜中含有防腐剂,短时间敷脸不会带来‘四世同堂’,但自制面膜就有风险。”

果壳网友“fengfeixue0219”是植物分子生物学在读博士,他给出了详细的解释。他表示,商家宣传的面膜功效,比如给皮肤补充胶原蛋白或一些营养物质,是很不靠谱

的,因为胶原蛋白等大分子并不能渗透皮肤。“但是从另一方面来说,一些物质,例如油脂类、胶原蛋白类、甘油等物质,在脸上可以形成油脂层或胶原蛋白层,可以防止皮肤中的水过快散失,在干燥空气中能够防止皮肤表层过于干燥而造成的起屑、发皱等现象。含有一些酸质,如水杨酸的面膜则可一定程度上减少角质层,从感官上能让皮肤更嫩(不过个人不建议这样做)。剥离型面膜则可利用其交联特性,结合黑头等物质一起从皮肤上分离出来,的确能达到一定去黑头的作用。”从这一角度说,面膜并非一无是处,但也不要对面膜的功能太过期待。

南京鼓楼医院皮肤科副主任包军表示,面膜最大的作用是保湿。“广告中宣传的补充胶原蛋白,让肌肤不老,都是夸张的内容。皮肤能够吸收的胶原蛋白少得可怜,但是面膜中含有一些水解物质、透明质酸,吸水能力强,可以提供一些保湿的作用。”

## 自制面膜会造成细菌生长,但基本可以忽略

至于面膜会不会造成脸上细菌

大量滋生,要分成两类看。一类是购买的正规面膜,“fengfeixue0219”称,虽然里面含有很多富含营养的有机物,但还远达不到培养基的营养程度。而且为了让这些营养物质稳定,很多时候面膜中会加入抑菌成分,使用这些面膜并不会造成细菌过度繁殖。“而对于自制面膜来说,由于多使用直接来源于动植物组织如鸡蛋清、黄瓜等,其富含营养物质,且没有抑菌剂存在,那么的确会造成皮肤细菌的生长。”

包军告诉现代快报记者,人脸部本来就有许多细菌,都是在合理生长范围内存在的,对人体没有影响。购买的现成面膜本身有抑菌作用,因此不用担心细菌滋生。“自制的面膜,如果是‘现制现敷’,细菌对人体的影响可以忽略。放了一天甚至更久,产生的细菌会很多,这时自制面膜本身已经变质了,就不要再敷了。”

包军强调,细菌本来就是生活中难以避免的,不要“谈细菌色变”。“只遇到过因为现成面膜中的抑菌剂导致皮肤过敏的,还没有见过使用自制面膜做出问题来的情况。”

现代快报记者 吴怡

## 快速止嗝法网上热传

# 掐住手腕 10秒就止嗝?

专家:有道理,奥秘在“止嗝穴”

快报讯(记者 刘峻)就要过春节了,聚餐多了起来。近日,一条名为“打嗝了,掐手腕10秒”的微博被网友转发。有网友调侃:妈妈再也不用担心我打嗝不止了。

南京市中西医结合医院推拿科副主任中医师戴奇斌介绍,“止呕、止嗝”的内关穴,位于腕横纹正中上两寸(一拇指宽为一寸),按压时先轻后重,可止恶心、呕吐及打嗝。春节出行乘车、船、飞机时,预防头晕及呕吐、打嗝,不妨试试这个简便方法,但效果因人而异。

除了这种止嗝方法,民间还有用糖止嗝的方法。取白糖50至100克,分2-4次放入口中含化,半小时以内禁止摄入其他食物和水,但糖止嗝的方法糖尿病及糖耐量异常者慎用。而喝醋也具有“开胃气”的作用,打嗝的时候喝一点,有助于缓解打嗝症状。

最简单内服法要数喝温开水法:连续喝几口温开水即可,主要原理是因胃部离膈肌较近,可从内部温暖膈肌,缓解膈肌痉挛,有助于达到止嗝的目的。

打嗝大多数情况下不必看医生,但是如果连续打嗝且时间较长,要尽快到医院检查。连续性或顽固性的呃逆,常因脑病、尿毒症、糖尿病并发酮中毒等紧急情况引起。

# 江苏公布2013年十大服务行业公众满意度排名: 市内公交“夺冠”,医疗“垫底”

- No.1 市内公交**  
72.04分  
大多认为公交车密度安排不合理
- No.2 快递业**  
71.92分  
消费者最看重速度和方便
- No.3 城市出租车**  
69.62分  
五成受访者抱怨打的难
- No.4 铁路业**  
69.45分  
网络、手机购票带来便利
- No.5 社区服务**  
68.77分  
环保、停车问题是老大难

- No.6 汽车4S店**  
68.46分  
维修收费问题是“硬伤”
- No.7 中小学教育**  
67.56分  
作业多、择校严重最让家长郁闷
- No.8 旅行社**  
67.37分  
强迫消费等问题仍被诟病
- No.9 保险业**  
65.23分  
公众期待低,这次没垫底
- No.10 医疗行业**  
64.74分  
被吐槽的依旧是些老问题

出门坐公交,网购收快递,生病看医生……人们每天的生活都离不开服务业。昨天,江苏省质监局发布2013年十大服务行业公众满意度调查,十大服务业中,江苏人最满意的是公交行业,最不满意的是医疗行业。

现代快报记者从江苏省质监局了解到,这次调查根据问题的个数和测评精度,在全省13个城市随机选择了810位以上人员进行问卷调查。

数据显示,2013年,江苏十大服务行业的公众满意度得分为68.51,比2012年的分数67.23高了1.28分。市民对服务行业的总体满意度上升,但各个行业之间的公众满意情况参差不齐,最高分和最低分差距达到了7分。

现代快报记者 朱蓓

市内公交行业在这次公众满意度调查中,排名第一。调查中,有32.29%的受访者认为,公交车的车辆密度安排不合理,常常遇到一等老半天不见一辆车,一来来几辆的场景。还有29.28%的受访者觉得公交车的车况车貌差,26.98%的人认为司乘人员素质有待提高。

调查显示,消费者对于快递服务最看重的就是“速度”和“方便”,其次才是安全、价格、准时和信誉。消费者对快递的意见主要集中在问题件处理不及时、拖延送货、包裹损坏丢失以及快件交接手续不完善等方面。

数据显示,受访者中有50.54%抱怨打的难,36.12%认为司机绕路,23.97%觉得车况车貌差。此外,拒载这种让打工人闹心的事儿仍然时有发生。

2013年,铁路业的公众满意度指数比2012年高了2.45分。网络购票、手机购票等方式,给市民带来不少便利。市民对于铁路行业的意见,主要集中在节假日乘车拥挤、购票难和候车大厅拥挤等几个方面。

社区环保不给力、社区车辆管理比较乱、社区配套设施不完善等问题,被许多市民诟病。此外,市民对社区交通状况、老年人服务、社区卫生服务站、社区治安状况等方面存有意见。

市民对于汽车4S店吐槽的重点是配件价格高、维修“轻检查重换件”、维修费用不透明等问题。还有不少人反映,诱导服务高收费、滥用乱用养护产品和投诉处理难等问题也都是常见现象。

中小学教育公众满意度指数比2012年高0.52分。学生课外作业多和择校严重,是江苏家长最郁闷的问题。而教学资源不均衡、教师兼职补课和部分教师责任心不强等问题也让家长们忧心不已。

餐饮标准降低、景点缩水、导游误导导购、低价引诱、强迫消费等问题大大降低了游客的旅游体验质量,这些大多是被《旅游法》禁止的做法。

存在的问题依然是保险条款陷阱多、产品宣传与实际不符和理赔速度慢。据分析,保险业脱离了2012年垫底的位置,可能得益于公众对保险行业的期望值相对较低。

2013年,医疗行业的公众满意度指数比2012年的63.42有所提高。但医疗服务业与人们的生活关系紧密,公众对它的期望值较高,导致满意度“垫底”。

市民吐槽最多的问题和前两年基本一致,药价高、就诊等待时间长和小病大检查、大处方问题依然是“硬伤”。