

## 现象

南京新街口有一家经营纯天然植物面膜粉的小店,店内陈设着大约30多种花草植物的干货,玫瑰干花蕾、茉莉干花、黄芪片……顾客可根据自身需求,单选一种,或多种融合在一起,由店主现场打磨成粉,回家加水敷于面部。店主说,这些花花草草,不同的搭配有不同的护肤效果,如保湿、祛痘、收缩毛孔等。每天,店里都是顾客盈门。



# 春食花?

## 得适合才行!

俗话说:春食花、夏食菌、秋食果、冬食菜。春暖花开,正是食花的好时节,尤其对于女人,中国自古就有女子食花的传统,相传杨贵妃就常年食用玫瑰花、牡丹花、洛神花、菊花;武则天有“益母草泽面方”;《本草纲目》中也有大量花草养容的记载……现代护肤品中也越来越喜欢添加海藻、兰花、金盏花、石榴等提取物。“纯天然”、“草本护肤”已然是现代护肤领域中的热门词汇。只是“纯天然”就一定能为安全、有效、无副作用代言吗?“纯天然的草本植物成分”对护肤的贡献有多大?

现代快报记者 竺颖 彭莉

## 美肤达人

### 中草药水疗+香薰 让肌肤更通透

自2年前接触到水疗SPA后,楠楠特别热衷于做中草药水疗:“水疗能让全身肌肤都被滋润。纯天然的中草药配方,有益于改善身体的亚健康问题,以及舒缓身心。”

楠楠多选择在美容院做水疗SPA,在家里点香薰。她解释,这是因为中草药水疗会把家里洁白的浴缸“染色”,相比之下,香薰则没有这样的事后烦恼。

现在,她每周都要做一次水疗SPA,“春天是养肝排毒的季节,我会选用以金钱草、柴胡、羌活为主要成分的中草药药包。等到了夏天,我会改用具有养心安神功效的中草药药包。”如果觉得当天特别疲惫,楠楠则倾向于具有舒经通络功效的中草药药包。

楠楠说,水疗和香薰能让她彻底放松自己,舒缓神经,这是无法用语言详述的心灵享受,“每个做过水疗或香薰的夜晚,我都能睡得很香,很安稳。”从长期的护肤效果看,楠楠的皮肤通透性很好,“这也是周围同事和朋友最羡慕我的一点。肤色不一定要白,但一定要有水润、光泽度高的观感。”

## 化妆品配方师

### 留意植物功效是否适合自己

“‘草本护肤’概念的流行,起源于现代人渴望回归自然、追求纯天然的诉求。”从事化妆品配方研发工作14年的化妆品配方师刘建峰介绍,和化学合成的一些功效成分相比,真正萃取自草本植物的原液精华相对比较安全,但同时见效也会比较慢。

刘建峰说,目前市场上化妆品里添加植物成分的有很多,但此类护肤品并不是适用于所有人。挑选时,要留意所添加的植物功效是不是自己皮肤需要的。如玫瑰的主要功效是美白保湿;金缕梅主要功效是收缩毛孔控油;七叶树主要功效是去浮肿眼袋。

针对开篇介绍的DIY面膜粉,刘建峰建议不要选用很偏门的花草,因为花草成分很复杂,不是每种花草都可以用来美容。另外,自己制作时要注意保质期,一般自制都没有加保鲜剂,最好放在冰箱冷藏,并在1-2天用完。

## 皮肤科医生

### 中医养颜古方 不建议自行尝试

南京市中西医结合医院皮肤科主任杜长明认为,即便是纯天然的美肤产品,如用量过多,也可能危害人体健康,“梅艳芳喜欢通过注射羊胎素抗衰,她本人最终因宫颈癌逝世,不排除这与过量注射羊胎素有关。”

经常有美肤达人推荐杨玉环、武则天等美人儿的美颜古方。还有人从中医的角度指出,肾虚衰是导致人容颜衰老的原因。对此,杜主任表示,“普世”类型的美容方确实存在,如敷胶原蛋白液能抗皱美白,但网上流传的中医养颜古方,建议大家不要轻易尝试。

“这些中医养颜古方,可能会达到美白、去黄、抗皱等作用。但从其根本的作用机制上说,应属中医领域的调理范畴。它们基本都起着活血化淤、清热解毒等作用。”杜主任说,坊间的这些古方配方与制作工艺可能存在与古时不尽一致的地方。同时,古时所用的一些中草药,现在可能已经再难找到,古时的制作工艺,可能也早已被现代科技所摒弃。这些都增加了沿用美颜古方的难度。

美颜古方属中医调理的范畴,就意味着没有“千人一方”。同样的是面部暗黄问题,有的人是因脾胃虚弱而起,有的人是因为体内缺水,“具体解决办法,得咨询相关的专业医生才行。”杜主任说,同样的道理,如上所述,肾精虚衰会导致容颜衰老,但并不是所有的皮肤衰老问题都因肾精虚衰所致。

## 延伸阅读

### 植物精油,在国外需要医师“开方子”

芳香师曾钰薪说,在国外,精油类似于国内的中草药,需医师“开方子”,才能起到有效医疗的作用。凡真正精粹自植物的精油,对人体都能起到相应的舒缓、放松、美肤、治疗等效果。但不同的人所适用的精油配方都不尽相同。即便是同一个人,在不同的时间阶段,所需要的精油配方也不尽相同。

品质上乘的精油涂抹于皮肤后,稍等一会儿,就会被皮肤快速地吸收,“用白毛巾擦拭涂抹过精油的地方,白毛巾上不会留下任何精油的痕迹。我们通常可以通过这个办法来识别精油的品质。”

“肝脏不太好的人,可以试试胡萝卜籽油,心脏不好的人,可以试试藤花精油。每个人针对自身所需改善的问题,可以请专业的芳香师为其调制专属配方的精油。”曾钰薪解释,精油因易吸收的特点,能够在几秒之内,渗透至肌肤的真皮层,并参与全身血液的循环及新陈代谢。从这一点出发,曾钰薪认为精油较之中草药配方,起效更快。“这正是为什么在长痘痘的地方,抹上茶树精油,一夜之后,痘痘的大小就能消了近半的原因。”