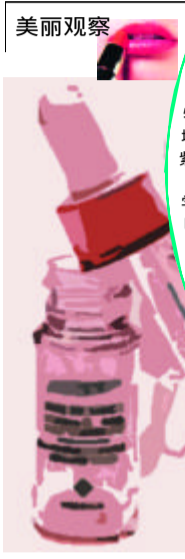


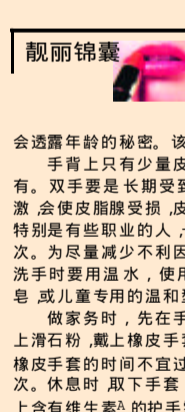
当心美丽背后的伤害



美丽观察

如何选用化妆棉

靓丽锦囊



去角质 让肌肤自由呼吸

图1-9.tif

时下,化妆品已成为爱美女性必不可少的生活用品。面对成千上万种化妆品,你是否想到过,选用不当也会带来伤害。

化妆品是一种日用化学工业产品,本身由多种化学物质合成。目前市场上销售的化妆品基本包含下列几种成分:油脂、表面活性剂(也叫乳化剂)、防腐杀菌剂、抗氧化剂、色素、香料等。某些有特殊功用的化妆品还添加了保湿剂、增粘剂、收敛剂、抗氧化剂、漂白剂、紫外线吸收剂等。

现今,世界上大约有7000多种化学物质可以用作化妆品原料,它们以不同比例配制成具有各种功效的化妆品。化妆品中的这些原料和添加剂大多是人工合成的,不少还对人体有一定的急、慢性危害。如可使人体过敏、刺激皮肤黏膜,有些化学物质甚至可致病,或诱发癌症。

化妆品中最常见的有毒物质为汞、铅、砷、甲醇及雌激素等。引起皮肤功能障碍的最危险原料是香料,其次为色素和防腐剂。

美容、化妆离不开化妆棉,化妆棉对使用者的肌肤健康至关重要。

挑选化妆棉,要以触感和弹性作为判定产品质量好坏的首要因素。好的产品摸起来应该非常柔软,并且富有延展性。化妆棉怕光,甚至商店里的灯光都有可能影响产品质量,所以,在购买时,如果看到是挂成一排的那种,不要拿第一个,而应拿后面的,因为后面的化妆棉不会享受到很多“日光浴”。另一个最实际的辨别方式是:将化妆棉对折,互相搓一搓,如果没搓几下就掉棉屑,当然不能选用。

化妆棉最常见的使用方法是:把化妆棉放在中指上,用食指和无名指夹着使用。拍化妆水大都使用全棉制的化妆棉,因为全棉的化妆棉比较细不会刮伤皮肤,比合成纤维的化妆棉好得多。

化妆棉用久了,就会脏污。为延长使用寿命,最好每次用完后及时清洗,如果实在是没时间,至少要一周洗一次。将它放在清水里轻轻揉搓,拿起后用双手压干,平放在干燥通风的地方晾干。注意不能有强光照射。一般说来,化妆棉的寿命大约是一年。每天上妆的人,最好三个月到半年就更换一次,以确保肌肤健康。

文/季玉

手是“人的第二张脸”,如果保养不好,就会透露年龄的秘密。该怎样保养双手呢?手背上只有少量皮脂腺,手心上却没有。双手要是长期受到热或酸碱等刺激,会使皮脂腺受损,皮肤更容易变粗糙。特别是有些职业的人,一天洗手多达数十次。为尽量减少不利因素对双手的伤害,洗手时要温水,使用有滋润成分的香皂,或儿童专用的温和型肥皂。

做家务时,先在手上抹上滋润霜,撒上滑石粉,戴上橡皮手套。要注意的是,戴橡皮手套的时间不宜过长,中间要休息几次。休息时,取下手套,洗净双手,然后涂上含有维生素A的护手霜。还可以自制护手霜:用50克甘油、50克水、半个柠檬的汁,再加上几滴稀氨溶液,搅拌均匀即可。手用得越多,越需要爱护。经常按摩可以起到很好的保护作用。先干洗手数分钟,然后一会儿握拳一会松开,并分别按摩每个手指,手掌也要由里向外按摩。

柠檬对指甲有很好的保护作用,柠檬皮或剩下的柠檬头都可用来擦指甲。

双手皮肤粗糙的人,可以每周做两次手部保养。用酸菜汁、乳清以及煮土豆的水混合成的水泡手,然后涂上油脂类护手霜,戴上手套过夜。其实,凡是想让手的皮肤变得柔软细嫩的人,都可用此法护手。

双手皮肤变干与变老相辅相成,所以要用含滋润成分的护手霜。但要记住,所有的护手霜必须是正规厂家生产、经检验合格的产品。

文/谭西顺

去角质 让肌肤自由呼吸

夏季,肌肤角质层受紫外线照射而启动保护功能,自动粘紧皮肤,不再按正常程序脱落,导致肌肤呼吸和吸收水分的能力下降,极易堵塞毛孔。到了秋天,随着温度的降低,肌肤新陈代谢变缓,角质层也因此变厚。因此,去角质无疑是秋天修复肌肤的重点之一。

角质究竟为何物

我们的面部经过风吹日晒,会产生代谢废物,堆积老化表皮,而这正是我们需要及时去除的角质。其实,角质就是我们平时所说的死皮或死细胞。人体的面部和身体肌肤每三周就会新陈代谢一次,死去的细胞逐渐在肌肤最外层——角质层形成保护膜,然后脱落。一旦肌肤缺水干燥,代谢速度降低,老废细胞就堆积在肌肤表层。若不及时清除这些多余的死皮,干性肤质者,肤色会失去光泽,发黄干燥,过早出现细纹;油性肤质者,毛孔堵塞,滋生有害细菌,出现更多的粉刺、暗疮。

部位不同 方法不同

面部 使用日常的清洁产品后,角质层渐渐软化,涂上适量的去角质产品,加水顺着肌肤纹路打圈按摩。

面部的去角质产品应尽量选择颗粒细小的。容易出油的T字区、鼻头和嘴唇下方死角是重点去除部位,较脆弱的两颊要放轻力度,避免触及眼周及长痘痘的部位。

平时使用果酸产品的人,无需去角质,因为果酸产品本身就有溶解老化角质的功能。

身体 身体去角质在沐浴中进行最好。淋浴或在浴缸中浸泡10分钟后,角质慢慢变软,轻搓便可清除。水温以40左右最好。温度过高会令肌肤因表面油脂流失而变得更加干燥。

颈部 涂抹去角质霜后,以螺旋方式由下往上搓揉,颈部靠近耳后的部位,也由下往上搓揉,完成后用手背轻拍下颌皮肤。

手臂 涂抹去角质霜在上下手臂。手臂内侧由下往上以螺旋方式搓揉;手臂外侧,由下往上进行涂抹。

肘部和膝盖 去除这些部位的角质,要在涂抹去角质霜后,戴上专用手套,顺同一方向打圈搓揉。

文/郑定功

腐杀菌剂,它们被称之为化妆品的“三害”。在由化妆品引起的皮肤病患者中,因香料致病的占50.6%,因色素致病的占30%以上,因防腐剂致病的占4.9%。但市场上几乎所有的化妆品都含有上述三种成分。

中国疾病预防控制中心环境卫生研究所的专家指出,我国规定,化妆品中禁止使用雌激素、汞、砷及砷的化合物等347类物质,限制使用57类物质和66类防腐剂。但恰恰是这些禁用、限用物质,能产生奇妙的美容护肤效果。他们所里一位姓王的女士就曾使用过一个国际名牌化妆品,用了不久,她的皮肤变得细嫩、光滑,可当她停用这个品牌后,皮肤顿失光泽,手部皮肤也显得异常粗糙。不用说,她使用的化妆品中含有禁用物质——雌激素。

雌激素本是人体可以正常分泌的性腺激素,能保持女性皮肤的娇嫩、鲜亮,这本是女性最天然、最保险的美丽源泉。如果化妆品中含有雌激素,人体摄入过多后,非但不会获得持久的美丽,反而会影响机体本身雌激素的分泌,导致身体一系列功能紊乱、失调。

据了解,目前有少数厂家为在市场竞争中取胜,牟取暴利,不顾国家禁令,在化妆品中掺入某些有毒有害化学原料。曾有媒体披露,一家化工厂生产的畅销的增白粉霜含有大量的化学剧毒物——汞。使用这种增白粉霜的女性等于天天在自己脸上擦毒粉。

天花乱坠的化妆品宣传背后也掩盖着伤害人体健康的事实。这也是为什么有些化妆品明确标

明“远离孩子和眼睛”。因为孩子和眼睛对刺激的反应最敏感,极易反映出人体受到的伤害。

另外,因生产过程中生产设备、用具、环境、操作人员等问题,或者产品在贮存和使用过程中受到微生物和有毒物质的污染,直接后果是导致使用者发生急性或慢性健康损害,甚至发生严重中毒事故,或致癌、致畸和致突变。有时我们会看到一些年轻女性满脸红疹,或是皮肤黑一块白一块,这就是典型的化妆品过敏所致。

更可怕的是,化妆品中的某些毒素会在体内积累,伴随我们一生,有的甚至可以通过胎盘、乳汁悄悄危害下一代人的健康。如一些去斑霜、增白霜,制作时会加入漂白剂作为剥脱剂。化妆品中的汞能经皮肤黏膜被人体慢慢吸收,蓄积在肾、肝、脑内,会导致慢性中毒。有些爽身粉、去斑霜、生发剂中可能含有的砷,也会造成多种人体病变。

总之,消费者在选择化妆品时应慎之又慎。

文/陈勇毅

使用护肤品应有序

曾向朋友推荐一套很不错的护肤品,问她是否用了那些护肤品,她说:“用啊!但好像没有什么效果。”再问她怎样使用那套护肤品时,才知道她搞错了使用程序。

随着新型护肤品被不断研发出来,不少人困惑于化妆品的使用顺序。就像我的朋友一样,她把保湿精华液放在乳液之后使用,护理效果当然大打折扣。

基本上,只要记得,以保养品分子大小来区分使用顺序就可以了。分子越小、质地越清爽稀薄的越先用。产品的使用顺序依此为柔肤水、精华液、凝胶、乳液、乳霜、霜状保养品,然后是油状类产品。

霜状产品滋润度高,会在肌肤外层形成一层保护膜。如果先用滋润性高的面霜,在肌肤表层形成一层保护膜,小分子的精华液便无法渗透进入肌肤,当然不能发挥作用。精华液的细小分子若能到达肌肤的底层,所携带的养分可高达8.8%;而油类的大分子产品,大多在肌肤表面发挥作用,所携带的养分只有0.6%左右。

一些含有维生素A、C或治疗痘疤成分的保养品,也要先进入肌肤里层才能起到治疗效果,所以也得先用。

编者话

眼下,越来越多的女性用化妆品修饰“面子”。可化妆品在带给人们美丽的同时,也带来了皮肤伤害。因使用化妆品而引起皮肤过敏、黄褐斑、色素沉着、毛细血管扩张、“高原红”等症状的患者日益增多。这是选用美容护肤品不当造成的。

化妆品大多是化学合成品,虽然具有保护和美化人体的功能,但也会挥发出有害物质,对人体皮肤产生刺激作用,甚至可能引起皮肤水肿、瘙痒、斑疹等。所以,使用化妆品时,一旦发现化妆品对自己的皮肤产生不良反应,应立即停用。最好在专家指导下选择适合自己的化妆品。一般的护肤品保质期是两年,不要使用过期护肤品。

适当使用化妆品能使人容颜整洁,精神焕发。但它并不是保持美丽与健康的灵丹妙药,更不可能使人青春永驻。饮食、睡眠、体育锻炼和心理方面的合理安排和调剂,对于人们的健美更重要。

文/若愚

警惕化妆品成为健康杀手

近日,欧美、日本及我国香港和台湾地区兴起的无添加健康时尚纯天然风也吹到了我国内地。一些化妆品厂家对滥用香精、色素和矿物油所导致的“香精过敏”、“色素长斑”、“矿物油阻碍皮肤补水导致皮肤干裂”等“三大污染”发起了“反污染风暴”,滥用添加剂所导致的行业诚信危机成为人们关注的焦点。

卫生部今年2月份公布的化妆品皮肤病发生情况的监测结果表明,滥用香精、色素、矿物油已经成为“三大健康杀手”,滥用香精引发的接触性皮炎、滥用色素引发的肤色异常、滥用矿物油引发的痤疮和毛发损伤等,排在前三位。

据中国化妆品行业协会的统计,目前全国近千家注册或没有注册的“瓶水作坊”,一年可以销售100亿元的假名牌产品。被这种“假香精”毒害的消费者轻则皮肤过敏,重则皮肤溃烂,消费者仅用于治疗“假香精症”的钱,一年至少在100亿元以上。中华全国工商联美容化妆品业商会负责人认为,“假香精”不仅造成了广大消费者“人财两亏”的可怕局面,还让一些知名厂家因打假而耗费巨大,据说,有的化妆品企业每年用于打假的开支就超过1亿元。

为什么厂家要用“假香”来代替“真香”呢?业内专家分析,市场上的“鲜花提取液”比一般香精贵100倍以上,这种“鲜花提取液”是“不含任何污染物的纯天然香料”,与那些通过化学技术合成的非天然香料截然不同。但要达到这种高难度的“提纯技术”,国际上也只有少数知名品牌的厂家才做得到。巨大的暴利和高难的技术让许多厂家打起了“假香”的主意。

与使用“假香精”相比,“色素污染”的危害更触目惊心。国外的一项调查显示,全球因滥用色素导致脸部“斑点丛生”的“毁容美女”高达100万人以上。一些医学专家称,化妆品接触性皮炎患者占皮肤病患者的50%以上,化妆品色素异常患者的比例为30%以上。因此,要充分认识和重视滥用色素的危害。

为什么有些吹嘘矿物油的化妆品,越用皮肤越干?面对越来越多的投诉,专家一语道破天机:“矿物油虽然能使皮肤短期内显得光滑,但从长期来看会导致皮肤脱水,干燥干裂,越用就越脱水脱皮!”市场反馈上来的信息更是令人震惊,90%以上的含矿物油化妆品都曾遭到消费者的投诉。

医学专家称,不管是不是干性皮肤,都不要轻信矿物油,皮肤是会呼吸、会“说话”的,如果矿物油将皮肤的毛孔堵塞,皮肤就变成不会呼吸的“哑巴”,皮肤健康也就无从谈起了。但现在有些化妆品企业肆意夸大矿物油的美容功能,严重误导广大消费者。

国内一知名化妆品企业负责人分析,之所以有很多企业滥用上述三种物质,就是因为香精、色素、矿物油这些概念容易误导消费者,使其上当。化妆品业目前兴起的“无添加”旋风,虽然令人期待,但真正做到“无添加”,还要面临三大挑战:一是技术实力,二是成本压力,三是打假力度。企业必须具备“不需要添加就能超过添加”的超一流科技水平,其保健理念应该是“清水出芙蓉天然去雕饰”,让人们真正做到美丽与健康同在。

文/惠理

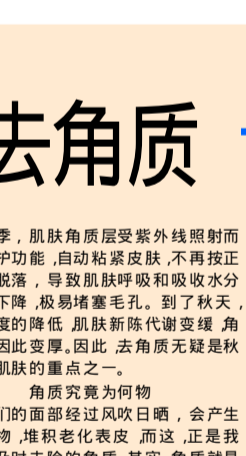
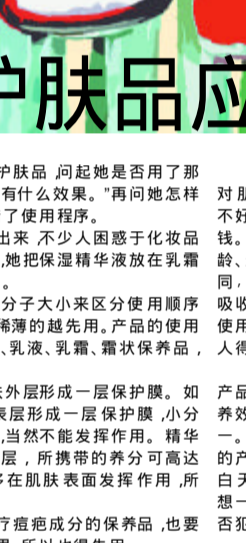


图1-9.tif