

微信朋友圈热传“护肤品自制清单”—— 自制护肤品，“输”在无添加

今日女报/凤凰网记者 李诗韵

每逢新年，美容圈子里总会流传一种新鲜的护肤理念。担心护肤品安全问题的都市丽人，不甘任人摆布，也总在想着法子寻求最好的护肤办法。近日，微信朋友圈里的一张“护肤品自制清单”成了她们的“救命稻草”——小到各类蔬菜、瓜果、蜂蜜、牛奶等，捣成一捣，制成面膜敷在脸上；更“高大上”的，直接购回护肤品原料，自己来个性化调配。

于是，“无添加”的私人定制护肤品悄然成风。微商们不卖护肤品，卖起了护肤原料。然而，这些号称“纯天然”、“孕妇孩童”都可用的护肤品真的安全吗？先别忙着入手，看看专家们怎么说。



自制护肤品， 把好五道关

特邀专家：黄薇
(长沙市美容美发协会副会长)

第一关 | 了解成分和疗效

市场上售卖的正规护肤品，都是经过长时间加工调制而成，并通过质检部门认证后才进入市场。而自制护肤品存在很大的风险，以小婷自制的抗皱霜为例，维生素A是主要抗皱成分，可促进皮肤新陈代谢、促进胶原蛋白再生。但因其还可清除堆积在毛孔中的脏物、油脂和粉刺，并不适合秋冬季节用。这类富含维生素A的面霜，会在初期让人感觉皮肤干净，有弹性，但长期使用，皮肤会变得更干燥，角质层变薄，开春后容易引发过敏。

第二关 | 天然材料也过敏

不少人认为自制护肤品用料天然，不会引起过敏。实际上，绝大多数自制护肤品的原材料，都有引发过敏的记录。

每个人肌肤的过敏源都不同，有人会因为海鲜过敏，有人连蛋白质都过敏。因此，像蛋清、黄瓜等常用于自制护肤品的原料也是可以导致发炎的。了解肌肤构造的专家都知道，具有美白效果的柠檬，号称“无刺激”的芦荟，都能导致过敏。

第三关 | 弄清楚具体用量

自制护肤品不少成分的用量精确到“毫升”，怎么度量，也是个精细活。

比如，在“护肤品自制清单”中，抗皱面霜“秘方”里写明，需用1毫升维生素A酯、天然植物油10毫升……而在另一些自制护肤品的“秘方”里，也出现“茶匙”、“少许”这样的含糊用量，令人把握不定。某些成分如添加浓度增高，会留下隐患。

第四关 | 制作工艺很严格

搅拌、调制、粘稠、稀释……这些字眼频繁出现在微信上流传的制作方法中，但在专业人士眼中，这样的做法太过简单，基本无效。

以医院有卖的维E霜为例，制作方法并非像微商们介绍的，“只需将维生素E与甘油混合既可”，而是维生素E、甘油、水的添加顺序也有讲究，先后不能颠倒；材料添加后，搅拌时间和搅拌频率有一定讲究；就连添加的水的温度也有要求，必须控制在30℃~40℃之间。否则，不能达到完美的水油调和状态，影响保湿效果。



第五关 | 掌握细菌风险

即使顺利通过前面几关，但因为没添加防腐剂和化学物质，因而自制护肤品保存期限不长，很容易变质。

此外，自制护肤品，大多需要用到量杯、瓶子，有些需要在瓶子里倒来倒去，还有的需用纱布过滤，这其中也存在细菌感染的风险。

01 护肤品DIY，没有任何添加剂

“少量法国精油、甘油、蛋白粉，加点水……就能自制一瓶疗效与大牌相似的保湿乳液，天然无刺激。”细心的女性会发现，同一款配方，近日出现在多家微商的朋友圈里。微商们的热情，也将这份“护肤品自制清单”炒火了。

号称“有图有真相”的微商“莎

拉小主”在朋友圈里分享了自己“独门秘方”的制作步骤图：蜂蜜、珍珠粉、牛奶，搅拌调制5分钟；注射少量精油，配上氨基酸，加热再冷却，即可制成紧致肌肤的滋润乳……另外，“老板”还配文强调：“本店出售多款护肤品DIY清单，保证纯天然，没有任何添加剂，对皮肤

特别好噢！”

记者发现，同一时间，有不少微商转发了“莎拉小主”的配文，出售护肤品自制原料。另外，还有一些微商，用“护肤品自制清单”里的其他“配方”进行了示范，并称“自己长时间使用，保证无副作用”。

微商

02 实体店和网店都是原料的“进货渠道”

众所周知，与网店不同，在微信朋友圈里“做生意”，售卖商品并不需要店铺资质，导致非专业人士也能进行护肤品交易。那么，微商出售的护肤品自制原料从哪儿来呢？

1月10日，记者来到长沙市开福区中山路一家大型化妆品批发城。一店家将各类护肤品元素进行了展示，如蜂蜜、珍珠粉、氨基酸、玻尿酸、各种精油，甚至近年风行的蜗牛霜原液等从成品到原料，均应有尽有。

老板介绍，由于当今各大高端品牌护肤品都频频爆出不安全的新闻，日本、韩国、台湾等地就开始流行自制护肤品。今年年初，这股风潮便刮到了国内。考虑到每个顾客的肌肤状况不同，店内可以免费为顾客做肌肤测试，然后有针对性地教你如何调配专属护肤品。

老板还告诉记者，当下流行的蜗牛精华液、海藻泥面膜、竹炭洗面奶、中药护肤品都能自制而成，且价钱实

惠，只是品牌货的三分之一不到。

“现在微信里卖的原料，很多都是在我们这里进货的。还有一些人贪图便宜，直接在淘宝网上买，至于网购产品好坏，无从辨别。”老板直言，虽然顾客从不提及自己是否要出售原料，但自己都能凭感觉判断，比如大量进货的年轻姑娘，一般都是微商。“有些姑娘会让我们教她配方，有些则是买了就走人。”

店面

03 自制面膜，年轻姑娘成皮肤科“常客”

如今，在年轻姑娘中流行微信购物。尤其是朋友圈里推荐一款新鲜护肤品时，姑娘们都会抢着试用。尽管店家反复强调“纯天然，无刺激”，但众多“回头客”都吃了哑巴亏，哪怕是事后想去“砸招牌”，也无奈只能发个私信，吐槽一番。

“涂在脸上的东西和吃进肚子的食物一样，马虎不得。”近日，20岁的女大学生小婷在微信朋友圈里，用自拍照片警示了身边的朋友——脸颊、鼻翼、下巴等处，长出密集的红斑，看起来稍显肿胀。

小婷是个热爱DIY的小姑娘，

凡是能自己做的，她很少去买。家里的枕套、朋友的手机壳等，统统都是她自制的。于是，抵挡不住诱惑的小婷，在看到热传的“护肤品自制清单”后，爱上了自制护肤品，日前还在朋友圈晒自己新制的“维E霜”，称“用料很简单，主要是维生素E和甘油调制”。同时，她还希望面霜能除皱，因此计划将维E霜升级为抗皱面霜。她的原材料清单包括：维A酯、天然植物油、简易乳化剂、甘油、抗菌剂等，大多可在网店和化工用品店买到，“做100毫升这样的抗皱面霜，成本只

要16元钱”。

谁知，用了还不到一个月，小婷就悄悄成为了长沙市中心医院皮肤科的“常客”。正是来了这里，小婷才明白，原来有那么多跟自己一样吃过亏的年轻“常客”。

“最近科室里，二十多岁的女性特别多。”该院皮肤科副主任医师田立红告诉记者，近日，长沙市有不少因自制护肤品而肌肤受损的年轻女性，轻者皮肤泛红发痒，重者溃烂流脓，留下疤痕。

医院

04 自制护肤品，“无添加”是最大隐患

“纯天然绝不等同于安全。”长沙市中心医院副主任医师田立红介绍，越是标榜精纯的植物成分越容易腐败，就越需要大量防腐剂来镇压，除非你能保证在极短的时间内用完。否则越是保存时间长，细菌

就越多。

另外，自制护肤品完全不添加防腐剂，也容易滋生有害细菌，导致皮肤过敏。按照“护肤品自制清单”中的“配方”成分，不少定制护肤品中都需要用到酒精，然而，

酒精并不适合与所有营养物质混合调制，因为酒精用量不对，会扩张血管、刺激皮肤，如感觉灼伤、刺痛等。

专家

