

白芷、白芍、白茯苓……

中药“白”字号能否给肌肤美白



今日女报/凤凰网记者 李诗韵

俗话说，吃啥补啥，以形补形。又到与紫外光线见面的季节，“一白遮三丑”的护肤广告再次铺满大街小巷——可是，与往年不同，今年的美白广告不仅出现在各大护肤品市场，连药店也做起了美白护肤宣传。

白芷、白芍、白茯苓……打着不少古装电视剧里“宫廷秘方”名号，带“白”字的中药瞬间热销。然而，“以白补白”真的有效吗？



走访 | 宫廷美容秘方中真有白字药材

往年说起中药，很多人一定认为生病才要服药，可今年，这些带“白”字的中药却以美容护肤之名受到年轻女性的追捧。记者走访长沙市雨花区多家药房了解到，3月以来，自古装电视剧《女医明妃传》热播后，“宫廷美容秘方”就成了热点，剧中提到的白芷、白芍、白茯苓等药材也被更多年轻女性熟知。

“有很多年轻人慕名而来，到店后也不问药效，直接找我们买白

芷。”长沙市雨花区车站南路上一家大药房的销售人员告诉记者，她们通常会先了解顾客的购买需求，然后再提出不适合的建议，“近两个月时间，购买‘白’字中药的顾客确实多数是为了达到美白效果。”

记者从网上搜索了解到，不少美容网站中都有提到电视剧里的“宫廷秘方”，其中带“白”字的中



药护肤品（如七白膏、七百散等）特别受欢迎，包括素颜霜、美白面膜等。查其成分，其中不乏白芷、白芍、白术、白茯苓、白芨、白蒺藜等中药药材。

随后，记者走访了长沙市三家大型商场的护肤专柜。在热销的美白产品成分中，大多数都能看到“白”字号中药成分，以韩国化妆品为主导。

求证 | “白”字号中药能美白吗

记者查询相关资料了解到，“宫廷秘方”七白膏是由七味名称中带“白”字的中草药配伍而成，最早的记载可追溯到宋代的《太平圣惠方》，元代的《御药院方》也载有此方。具有祛除黑斑，润肤防皱之功效。

从常规调制及使用方法上看，香白芷、白芍、白术等中药都含于其内。每天晚上睡前用温水化开涂面，涂面前用温水将脸洗干净，如此使用，即能达到美白功效。

那么，网上的说法准确吗？“从

成分上看，白芷、白芍、白术、白茯苓、白芨等中药确实有养颜的功效，而在宫廷美容秘方中，确实也有白字家族一说，比如慈禧用的很多护肤品种，就有以白字家族为主要成分的。但具体到美白这一单方面功效，说法过于绝对。”湖南省中医院皮肤科副主任医师刘翔表示，肌肤暗沉问题不分年龄，大多数女性都会遇到色斑、皮肤暗淡的烦恼，太阳紫外线、电脑辐射、卸妆不够等都是皮肤长斑、皮肤暗淡



的根源。所以，色斑和皮肤暗淡的形成是身体内部内分泌失调、机能衰老以及外部风吹日晒、辐射侵蚀等原因所致，光靠“白”字号中药改善肯定不够。

刘翔介绍，白芷等“白字家族”的中药，外观上来看，确实是白色，在宫廷用法中，一般有两种方法：一种是碾成粉末外用，另一种是内服，白芷等都属于中药，这种方法属于药物性美容范畴。

中药护肤，改善大于急救

“中药更多的是调理身体的作用，从内调达到外养。”刘翔介绍，“白”字号中药能养颜但不仅限于美白功效。其护肤原理是，这些“白色家族”的成员，多具有理气活血的功效，能够调理女性的气血，从而让女性气色看上去比较好，也能起到一定的减少色素沉着的效果，由此来调理皮肤，而不是我们想象的，因为这些中药自

身是白色的，用后能让我们变白。

不过，中药护肤并不是一条美容捷径。“需要靠中药调理达到护肤养颜效果，自己乱吃中药肯定不行，还得靠专家‘搭配’。”刘翔说，中药讲究搭配，数量、种类都有很多讲究，所以并不建议女性自行购买。

“中药也能让人过敏，切忌成为药依赖。”刘翔建议，解决肤色问题，

不要急于求成，应该从内外因上来入手，其中内因包括：人体内部机能衰退、内分泌失调，导致体内“气血淤阻”，气血不畅会引起黑色素沉积，形成色斑；外因包括外部风吹日晒、辐射侵蚀等导致的皮肤暗沉、色斑问题。所以，真正的美白应该是从内里调整气血，从外在注重防晒等方面入手，不要一味寻求偏方。

美容资讯 >>

运达美美七周年，时尚5D惊现星城



今日女报/凤凰网（记者 李诗韵）在时尚的星城长沙，运达美美国际名品商场已经成为了诸多消费者高端购物的理想之地。5月21日，长沙运达美美迎来第7个生日。晚上8时，运达集团领导、运达美美国际名品商场领导及众多社会时尚人士盛装出席商场庆生仪式。

活动现场，爱意满满的玫红色气球浮动全场，5D时尚秀艳惊四座。在场的各界名流和时尚人士频频拍照，互相合影，颇有身处国际时装周现场之感。随着End Show的结束，全体模特簇拥着推出运达美美7周年生日蛋糕，模特和现场观众同时放飞手中的金色气球。

随后，一场由经典爱情电影片段合集加上现场交响乐团演奏的视听盛宴拉开序幕。活动用浪漫、高雅、博大的爱来回馈7年来给予运达美美支持的嘉宾们。同时商场也用这种方式传达运达美美为生活注入“爱、艺术、美好”的理念。

小科普 >>

近视来了，别选择逃避

文/杨莹莹（湖南省儿童医院眼科）

中国是近视眼的高发国家，很多孩子很小就出现了近视，可当近视来了，我们该怎么办？

近视眼发生有一定规律性，应当注意好成长期的视力保健。10岁左右是近视眼的高发年龄。近视虽然与早产、遗传、营养不良有关，但与用眼习惯不良有更加密切的关系。孩子的后天行为习惯是近视发生的一个主因——长期在光线不足或光线不稳定的环境下阅读，书本与眼球的距离过近，书本印刷不清、用眼时间过长等，都会增加眼睛负荷，容易造成近视。此外，有的孩子读书、写字姿势不当，桌椅不合适、不注意用眼卫生、视力保护意识差等，更会加重视力疲劳，加速近视发展。

很多人认为戴眼镜会加深近视度数，实际上戴眼镜并不会加深近视。而假性近视在青少年当中尤为常见，区别真假近视的有效方法则是散瞳验光，针对不同的儿童，散瞳验光的方法也分为快速散瞳和慢散瞳，这个主要是为了更好的麻痹睫状肌的调节能力，真正的了解到眼睛的一个屈光情况。

因此，当儿童出现视力下降时，最好是做一下视力检查，如果是真性近视的话，则要及时配镜，减缓眼疲劳，从而减缓近视的发展。一般建议一直配戴眼镜，并且目前比较多的研究认为足矫，也就是度数配够更好。所以，青少年平时应注意控制近距离用眼时间及强度，多做眼保健操，多到户外活动，避免不良的用眼习惯，营养摄取需均衡，少吃甜食。