



绿色生活系列



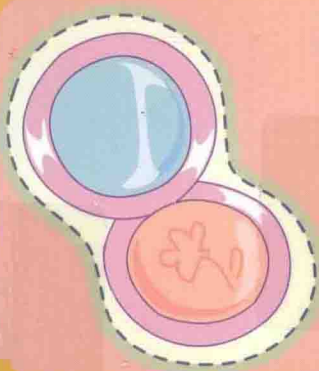
谢雨生◎编著



别说你会用 日用品

明白消费，呵护健康

一部日用品安全使用指导书



、清洁用品、一次性用具……



揭开日用品的潜在危险
回答家庭最关心的安全问题
解读厂商不告诉你的健康隐患



重庆大学出版社
<http://www.cqup.com.cn>

别说你会用 日用品

BIESHUO NIHUIYONG RITONGPIN

谢雨生◎编著

重庆大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

别说你会用日用品/ 谢雨生编著. —重庆: 重庆大学出版社,
2014.8

ISBN 978-7-5624-7783-9

I. ①别… II. ①谢… III. ①日用品—基本知识

IV. ①TS976.8

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第250581号

别说你会用日用品

BIESHUONIHUIYONGRIYONGPIN

谢雨生 编著

策 划:  重庆日报报业集团图书出版有限责任公司

责任编辑:王伦航 版式设计:田莉娜

责任校对:刘雯娜 责任印制:张 策

*

重庆大学出版社出版发行

出版人:邓晓益

社址:重庆市沙坪坝区大学城西路21号

邮编:401331

电话:(023) 88617190 88617185 (中小学)

传真:(023) 88617186 88617166

网址:<http://www.cqup.com.cn>

邮箱:fxk@cqup.com.cn (营销中心)

全国新华书店经销

重庆市蜀之星包装彩印有限责任公司印刷

*

开本:787×1092 1/16 印张:17 字数:226千

2014年8月第1版 2014年8月第1次印刷

ISBN 978-7-5624-7783-9 定价:29.80元

本书如有印刷、装订等质量问题,本社负责调换
版权所有,请勿擅自翻印和用本书
制作各类出版物及配套用书,违者必究

目 录

VOL. 1

美容化妆类

洁面乳/洗面奶	2
§ 有完美的洁面乳吗?	2
§ 为什么我用了洗面奶感觉很不好?	3
§ 根据皮肤的pH值选用护肤品?	3
§ 怎样自己检测皮肤的酸碱度?	4
§ 洗脸不用手吗?	5
§ 皂碱的洗面奶不好吗?	6
§ 皂碱的洗面奶和不含皂碱的洗面奶, 哪款更安全? ...	6
§ 我用的洗面奶是皂碱的吗?	8
§ 表面活性剂类洗面奶都是中性和酸性的吗?	8
§ 含有SLS的洗面奶就不好吗?	9
§ 细泡沫? 大泡沫? 哪种好?	10
§ 无泡沫的洁面乳会不会对皮肤更好?	10
§ 泡沫多的? 泡沫少的? 哪种好?	10
§ 试用时觉得好的, 为什么回家就感觉不好呢?	10

洁面膏 12

§ 洁面膏稠的好还是稀的好? 12

§ 水晶相的洁面膏好不好? 12

§ 拉丝的洁面膏好不好? 13

§ 啫喱的洁面膏好不好? 13

洁面泡沫 14

§ 直接出泡沫的洁面泡沫好不好? 14

§ 啫喱的洁面泡沫好不好? 14

§ 洁面泡沫是酸性的好还是碱性的好? 15

洁面皂 15

§ 洁面皂一定是皂碱的吗? 15

§ 洁面皂碱性太强会清洁过度? 16

§ 洁面皂的残留物堵塞毛孔? 16

§ 洁面皂真的多功能吗? 16

§ 自己手工制作洁面皂, 靠谱吗? 16

§ 洁面皂使用后皮肤紧绷? 17

洁面摩丝 17

§ 丝滑是怎么回事? 18

§ 含氨基酸的洁面摩丝更好吗? 18

§ 含氨基酸的洁面乳会过敏吗? 18

§ 免洗的洁面摩丝真能免洗吗? 19

洁面粉 20

§ 中药/植物精华符合FDA标准吗? 20

§ 加酵母/酵素的洁面粉, 真能美白吗? 21

§ 加酶的洁面粉, 真能美白吗? 21

§ 有速效美白吗? 21

洁面水 22

§ 含有酒精的洁面水好不好? 22

§ 洁面水的化学成分好复杂, 不会看怎么办? 23

§ 无油的洁面水比较好? 23

§ 含有石蜡的洁面水不好吗? 24

§ 含有水杨酸的洁面水更好吗? 24

洁面巾 25

§ 一定要使用具有“消毒”功能的洁面巾吗? 25

§ 洁面巾比毛巾更加不伤脸? 25

§ 美容院全都使用洁面巾, 这难道不能说明洁面巾更好?

..... 26

§ 压缩的洁面巾安全吗? 26

§ 用洁面巾后感觉皮肤干、紧, 这要紧吗? 26

洁面凝露 27

§ 含有中药成分的洁面凝露比较好吗? 27

§ 用洁面凝露洗脸不干净吗? 27

营养霜 28

- § 化妆一定要上营养霜? 28
- § 为什么医生叫我停用营养霜? 28
- § 抗衰老、防皱纹的营养霜, 安全吗? 29
- § 为什么我一天不用营养霜就浑身不自在? 29
- § 过营养的皮肤是什么样子? 29
- § 听说皮肤溶剂化很危险, 那是怎么回事? 30
- § 无油、没有溶剂的护肤品更好吗? 30
- § 怎样才能避免溶剂? 31
- § 具备保护功能的营养霜靠谱吗? 31
- § 营养霜保湿, 安全吗? 31

BB霜 32

- § 红色? 黄色? 选哪种? 32
- § 水性的好? 油性的好? 33
- § 光的? 暗的? 选哪种? 33
- § 使用BB霜的小技巧有什么? 34

眉粉/眉笔 34

- § 纯植物提炼的眉粉/眉笔更安全? 34
- § 能助长眉毛的眉粉/眉笔好不好? 35
- § 持久耐汗的眉粉/眉笔比普通眉粉/眉笔更安全吗? ... 35
- § 眉毛又稀又淡怎么办? 36
- § 眉毛又干又黄怎么办? 36

§ 眉毛总是掉，会不会掉光啊？怎么办？ 37

眼影 38

§ 效力持久的眼影比较刺激吗？ 38

§ 容易上色的眼影比较刺激吗？ 38

§ 上眼影容易眼睛发炎？ 39

§ 超炫的眼影有害？ 39

§ 含有维生素E就高档？ 39

唇彩/唇膏 40

§ 可以直接上唇彩吗？ 41

§ 不掉色的唇彩/唇膏安全吗？ 41

§ 唇彩润唇，安全吗？ 42

§ 香味的唇彩安全吗？ 42

§ 艳丽的唇彩安全吗？ 42

§ 有什么令双唇漂亮的方法呢？ 42

腮红 44

§ 腮红有什么式样？ 44

§ 腮红一定含有化学物质吗？ 45

§ 准妈妈、新妈妈适用什么腮红？ 45

§ 纯天然植物的腮红更安全？ 46

§ 传统胭脂更安全？ 46

§ 腮红可以自己DIY？ 46

睫毛膏 47

- § 纯植物的睫毛膏靠谱吗? 47
- § 上了睫毛膏不能戴隐形眼镜? 47
- § 上了睫毛膏不能游泳? 48
- § 无香的睫毛膏更安全、更健康? 48
- § “滋润健康”的睫毛膏,可信吗? 48
- § 睫毛膏使睫毛变弯变黑,这安全吗? 49
- § 睫毛膏使睫毛变浓变密,这安全吗? 49
- § 睫毛膏难卸妆? 49
- § 有快速试用睫毛膏的方法吗? 50

化妆水 51

- § 我应该用爽肤水、紧肤水还是柔肤水? 51
- § 一定要用化妆水吗? 51
- § 化妆水含有酒精吗? 51
- § 泡沫持久的化妆水比较好吗? 52
- § 泡沫少的化妆水比较差? 52
- § 泡泡又多又大的化妆水,含有水杨酸? 52
- § 水杨酸刺激大吗? 53
- § 泡沫很细很快消失,说明含有酒精? 53

乳液 54

- § 为什么有乳液,也有营养霜? 54
- § 乳液适合油性皮肤,面霜适合干性皮肤? 55

§ 乳液轻盈，日间用；面霜丰厚，晚间用？ 55

§ 化妆师是怎样分别使用乳液和营养霜的？ 55

§ 婴儿乳液会不会更安全？ 55

修眉 56

§ 文眉比画眉好？ 56

§ 有没有安全无害的修眉方法？ 57

隔离霜 57

§ 隔离霜隔离紫外线吗？ 58

§ 隔离霜隔离脏空气吗？ 58

§ 隔离霜隔离彩妆吗？ 58

§ 上了隔离霜，就不用上防晒霜吗？ 58

§ 上了隔离霜，就不用上修颜液吗？ 59

§ 上了隔离霜，就不用上妆底粉吗？ 59

§ 隔离霜“提色”，安全吗？ 59

§ 彩妆一定要用隔离霜吗？ 59

§ 隔离霜“捂”皮肤吗？ 60

§ 隔离霜隔离电磁辐射吗？ 60

修颜液 61

§ 修颜液对人体有害吗？ 61

§ 修颜液可以当隔离霜用吗？ 62

§ 美白功能的修颜液好不好？ 62

§ 防晒的修颜液好不好?	62
§ 防晒的修颜液, 能不能代替隔离霜?	62
§ 纯植物提取的修颜液会不会更健康?	62
§ 修颜液可以调和粉底吗?	63
§ 修颜液收缩毛孔吗?	63

粉底液 64

§ 水溶性的粉底比较好吗?	64
§ 纯植物的粉底不溶妆吗?	65
§ 粉底防晒吗?	65
§ 有没有办法检验粉底花不花妆?	66
§ 遮瑕粉底安全吗?	66
§ 光彩粉底安全吗?	66
§ 滋润的粉底安全吗?	67
§ 喱粉底好不好?	67

粉饼 68

§ 打粉饼有没有什么规律呢?	68
§ 粉饼比较“厚”?	68
§ 柔光的粉饼安全吗?	68
§ 保湿粉饼安全吗?	69
§ 防晒粉饼安全吗?	69
§ 控油粉饼安全吗?	69
§ 珠光的粉饼好, 还是哑光的粉饼好?	70

§ 干湿两用的粉饼好不好?	70
---------------------	----

眼线 70

§ 有没有不晕染的眼线?	71
§ 眼线笔/眼线液/眼线膏安全吗?	71
§ 眼线液和眼线膏比眼线笔更持久吗?	71
§ 越软的眼线笔晕染越严重吗?	72
§ 眼线难卸妆吗?	72
§ 防水的眼线好不好?	72
§ 眼线笔干了能挽救吗?	72
§ 眼线笔/眼线液/眼线膏等应该选哪种?	73
§ 有没有办法防止眼线晕妆?	73

唇线 74

§ 怎样画唇线?	74
§ 唇线笔的颜色怎么选定?	75
§ 唇线笔发干怎么办?	75
§ 文唇线是怎么回事?	75
§ 洗唇线是怎么回事?	76
§ 唇线为什么无故发黑?	76
§ 嘴唇颜色暗怎么办?	76
§ 嘴唇经常裂开怎么办?	76
§ 抽烟会令嘴唇发黑吗?	76
§ 唇蜜是什么? 怎么用?	77

§ 唇釉是什么？怎么用？	77
定妆粉	77
§ 丝光的定妆粉安全吗？	78
§ 珠光的定妆粉安全吗？	78
§ 控油强的散粉安全吗？	78
§ 滋润的散粉好吗？	78
§ 美白的散粉好吗？	79
夹睫毛、贴假睫毛	79
§ 假睫毛会导致过敏吗？	79
§ 睫毛嫁接好不好？	80
§ 睫毛种植好不好？	80
§ 睫毛生长液好不好？	80
§ 怎样安全地卸除假睫毛？	81
§ 怎样清洁保养假睫毛？	81
香水	82
§ 听闻香水致癌，是怎么回事啊？	82
§ 为什么不禁用邻苯二甲酸酯？	83
§ 为什么香水一会儿就没味了？	83
§ 外国品牌的香水比较安全吗？	84
§ 香水对孕妇和幼儿安全吗？	85
§ 香水会导致流产吗？	85



§ 孕妇和幼儿可以用花露水代替香水吗?	86
§ 怎样安全地使用香水?	86
§ 使用香水有没有禁忌?	87
§ 男用型香水安全吗?	87

个人护理类

牙刷	88
§ 牙刷头为什么有撮毛的颜色不同?	88
§ 新牙刷怎么消毒?	88
§ 牙刷多久换一次?	89
§ 尼龙牙刷好, 还是鬃毛牙刷好?	89
§ 电动牙刷好不好?	90
§ 震动的、旋转的, 哪种电动牙刷好?	90
§ 电动牙刷有什么注意事项?	91
§ 超声波牙刷好不好?	91
§ 刷牙口杯也出事?	91
§ 牙线是必需的吗?	92
§ 牙线真这么好?	92
§ 哪种材质的牙线好?	93
§ 任何人都能使用牙线吗?	94
§ 牙间刷是什么?	94

§ 刷牙总是出牙血和不舒服，有没有什么办法？ 94

§ 儿童一定要用儿童牙刷吗？ 95

牙膏 95

§ 每次吃完饭后都刷牙，好不好？ 95

§ 洁白功效的牙膏好不好？ 95

§ 防蛀牙膏好不好？ 96

§ 含氟的牙膏安全吗？ 97

§ 药物牙膏好不好？ 97

§ 可以用抗菌消炎的牙膏吗？ 98

§ 可以用防龋脱敏的牙膏吗？ 99

§ 可以用除口臭的牙膏吗？ 99

§ 全效牙膏好不好？ 99

§ 有了全效牙膏，全防护牙牙膏又是怎么回事呢？ 100

§ 国外曾有中国（大陆）牙膏有毒的传言，这是怎么回事？
..... 100

§ 竹盐牙膏好不好？ 101

§ 小孩必须使用儿童牙膏吗？ 101

§ 有些牙膏说能增进珐琅质的再生，是真的吗？ 102

§ 牙膏的效果都被夸大了吗？ 102

§ 挤多少牙膏才合适？ 102

漱口水 103

§ 漱口水都有哪些种类？ 103

§ 用完漱口水要不要用清水漱口? 103

§ 漱口水腐蚀牙齿吗? 104

洗牙 104

§ 洗牙会有危险吗? 105

§ 洗牙引起牙齿发酸、牙根松动等, 是后遗症吗? 105

§ 洗牙损害牙齿吗? 105

§ 多久洗一次牙? 106

§ 洗牙不带抛光, 怎么回事? 106

§ 洗牙要忌口吗? 106

§ 冷光洗牙好不好? 107

§ 美白牙贴好不好? 107

毛巾 108

§ 化妆不用毛巾吗? 108

§ 毛巾发硬怎么办? 108

§ 毛巾发黏怎么办? 109

§ 只有纯棉毛巾好用吗? 109

§ 高科技毛巾是怎么回事? 109

§ 如何用毛巾来防止使用化妆品过量? 110

§ 毛巾要多久更换? 110

§ 化妆毛巾和普通毛巾有什么区别? 110

头发 111

- § 头发为什么发黄呢? 111
- § 你是油性头发还是干性头发? 112
- § 头发要不要检测酸碱度? 113
- § 头发是活的吗? 113
- § 头发长了, 为什么会分叉? 114
- § 广告时经常说“呵护受损的发质”, 这个“受损的发质”是怎么回事? 114
- § 头发有多少根? 114
- § 多久洗一次头合适? 115
- § 电吹风损伤发质怎么办? 115
- § 洗完头发自然干可以吗? 116

洗发水 116

- § 你会洗头吗? 116
- § 洗发水有分男用、女用吗? 118
- § 洗发水要多个品牌轮换着用吗? 118
- § 去头屑洗发水会导致胎儿畸变吗? 119
- § 防脱密发的洗发水安全吗? 120
- § 防脱密发的洗发水有效吗? 123
- § 真有洗发水能生头发吗? 124
- § 洋品牌洗发水也有加中药的? 124
- § 药妆洗发水/生发液洗头另有讲究? 125
- § 为什么发廊用的洗发水同家用的不一样? 126