

# 化妝品

## 好壞知多少

保養品成分剖析

■ 張麗卿 著

1200316835

-6

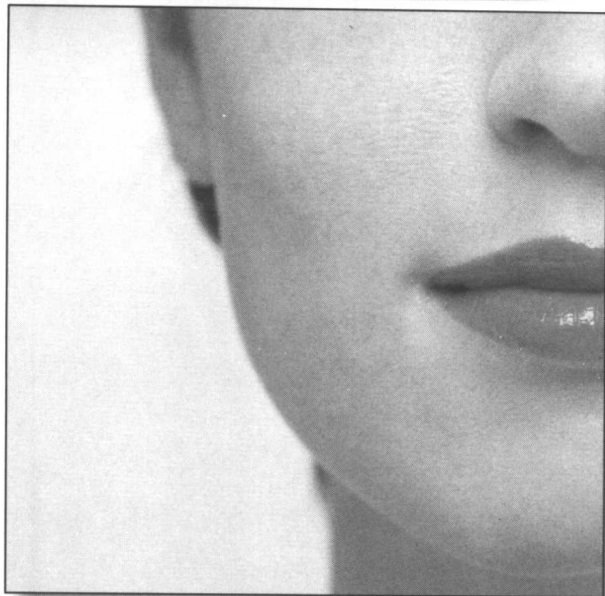


1200316835

福州大學  
圖書館

保健叢書88

# 化妝品



## 好壞知多少

保養品成分剖析

張麗卿 著



TS974.1

935

MS45 / P 33

保健叢書88

# 化妝品好壞知多少

2001年1月初版

定價：新臺幣250元

2002年4月初版第六刷

有著作權·翻印必究

Printed in Taiwan.

著者 張麗卿  
發行人 劉國瑞

出版者 聯經出版事業公司  
臺北市忠孝東路四段555號  
台北發行所地址：台北縣汐止市大同路一段367號

責任編輯 簡美玉  
校對者 曾秋蓮  
封面/內頁設計 韓光耀

電話：(02)26418661

台北忠孝門市地址：台北市忠孝東路四段561號1-2F

電話：(02)27683708

台北新生門市地址：台北市新生南路三段94號

電話：(02)23620308

台中門市地址：台中市健行路321號B1

台中分公司電話：(04)22312023

高雄辦事處地址：高雄市成功一路363號B1

電話：(07)2412802

郵政劃撥帳戶第0100559-3號

郵撥電話：26418662

印刷者 雷射彩色印刷公司

行政院新聞局出版事業登記證局版臺業字第0130號

本書如有缺頁，破損，倒裝請寄回發行所更換。

ISBN 957-08-2183-3 (平裝)

聯經網址 <http://www.udngroup.com.tw/linkingp>

信箱 e-mail: [linkingp@ms9.hinet.net](mailto:linkingp@ms9.hinet.net)



# 自序

〔自序〕

投入化妝品研發及教學工作十餘載，一直以作為一個專業人自許。寫作、出書，藉以鞭策自己往專業更上一層之外，還背負著正確知識傳承的責任。

在我所寫的幾本專業著作廣受國內學界與業界肯定的同時，演講邀約、諮詢電話不斷。近兩年來，深覺有心自我進修，以取得正確化妝品成分知識者眾多，卻遍尋不著心目中理想的書籍。筆者在演講會場經常被詢問：「市面上有哪些書籍，其內容較為中肯，適合自修？可否推薦幾本好書？」事實上，這種問題，比專業問題更難答覆。據筆者瞭解，化妝品類叢書雖多，但值得一般消費者去閱讀、採信的真的不多，而太專業的大專科技用書，則實在是較為難懂。

是讀者的期望，也是自我的期待吧。在忙碌的生活中寫書，不是件輕鬆的差事。本著專業人愛惜羽毛的心情，下筆的審慎，猶如管錢的



帳房，字句錙銖必較。除了不想讓愛護、信賴我的讀者失望之外，也希望透過專業人不偏不倚的立場，粉碎過於商業化、誇大的化妝品功效，還給讀者知的權力。

這本書的主要訴求是「保養品的有效成分」。筆者將化妝品分成四大類：卸妝、清潔、敷臉與保養品。從成分本身做剖析，翔實地寫出優缺點。成分的收錄，則盡可能地囊括市面上所有類別。相信這會是一本非常值得珍藏的化妝品成分工具書。至於是不是好書，就有待讀者的回響了。

張麗卿 謹誌  
2000年10月31日



# 目次

自序 .....	i
<b>第一篇 臉部清潔用品</b> .....	<b>1</b>
單元1 洗臉用品面面觀.....	2
單元2 如何選擇優良的洗臉產品.....	6
單元3 洗面皂的優缺點剖析.....	9
【小檔案】洗面皂.....	13
單元4 洗面乳的優缺點剖析.....	14
(1) 十二烷基硫酸鈉.....	17
(2) 聚氧乙烯烷基硫酸鈉.....	18
(3) 醯基磺酸鈉.....	19
(4) 磺基琥珀酸酯類.....	19
(5) 烷基磷酸酯類.....	20
(6) 醯基肌氨酸鈉.....	20
(7) 烷基聚葡萄糖苷.....	21
(8) 兩性型界面活性劑.....	21
(9) 胺基酸系界面活性劑.....	22



	【小檔案】皂化配方洗面乳·····	23
	【小檔案】合成配方洗面乳·····	23
單元 5	含果酸洗臉製品剖析·····	24
	【小檔案】果酸洗面乳·····	28
單元 6	含美白成分洗臉製品剖析·····	29
	【小檔案】美白洗面乳·····	33
單元 7	含抗痘成分洗臉製品剖析·····	34
	(1)三氯沙·····	36
	(2)水楊酸·····	37
	(3)硫磺劑·····	38
	(4)過氧化苯醌·····	39
	(5)維生素A酸·····	40
	(6)茶樹精油·····	41
	(7)雷索辛·····	42
	【小檔案】抗痘洗面乳·····	44
單元 8	含保濕成分洗臉製品剖析·····	45
	【小檔案】保濕洗面乳·····	48
單元 9	純植物性洗臉製品剖析·····	49
	【小檔案】植物性洗面乳·····	52
單元 10	含抗敏成分洗臉製品剖析·····	53
	(1)甘菊藍·····	54
	(2)甜沒藥·····	55



	(3)洋甘菊·····	55
	(4)尿囊素·····	55
	(5)甘草精·····	55
	【小檔案】低敏性洗面乳·····	56
單元 11	含收斂毛孔成分洗臉製品剖析·····	57
	(1)水楊酸·····	60
	(2)酵素·····	60
	(3)收斂劑·····	61
	【小檔案】收斂毛孔洗面乳·····	62
<b>第二篇 卸妝用品</b> ·····		<b>63</b>
單元 1	卸妝用品面面觀·····	64
單元 2	如何選擇適合自己的卸妝用品·····	67
	(1)化妝的人選擇卸妝品須知·····	68
	(2)不化妝的人選擇卸妝品須知·····	73
	(3)敏感型及過敏型肌膚 選擇卸妝品須知·····	76
單元 3	油性卸妝製品剖析·····	77
	(1)礦物性油·····	77
	(2)合成酯·····	79
	(3)植物油·····	81
	【小檔案】卸妝油·····	83





單元 4	水性卸妝製品剖析·····	84
	(1)弱清潔力卸妝液·····	85
	(2)強清潔力卸妝液·····	86
	【小檔案】淡妝用卸妝水·····	89
	【小檔案】強效卸妝水·····	89
單元 5	乳霜狀卸妝製品剖析·····	91
	【小檔案】卸妝霜／乳·····	94
單元 6	卸妝凝膠剖析·····	95
	【小檔案】卸妝凝／凍膠·····	97
單元 7	卸妝棉剖析·····	98
	【小檔案】深層卸妝棉·····	99
單元 8	淡妝專用卸妝品剖析·····	100
單元 9	濃妝專用卸妝品剖析·····	102
單元 10	眼影、口紅專用卸妝品剖析·····	104
<b>第三篇 敷面膜製品</b> ·····		<b>107</b>
單元 1	敷面膜製品面面觀·····	108
單元 2	敷臉效果剖析·····	111
	(1)以清潔為目的敷臉·····	112
	(2)以滋潤為目的敷臉·····	114
單元 3	清潔用敷臉製品剖析·····	117
	(1)泥膏型敷面膜·····	117



	【小檔案】泥膏型敷面膜·····	120
	(2) 撕剝型敷面膜·····	120
	【小檔案】撕剝型敷面膜·····	123
	(3) 粉刺專用T字貼·····	123
	【小檔案】粉刺專用面膜·····	125
	(4) 清潔用敷面凍·····	126
	【小檔案】清潔敷面凍·····	128
單元 4	保養用敷臉製品剖析·····	129
	(1) 泥膏型保養面膜·····	132
	(2) 撕剝型保養面膜·····	139
	(3) 凍膠型保養面膜·····	140
	(4) 濕巾保養面膜·····	141
單元 5	美白敷臉製品剖析·····	143
	(1) 維生素C·····	145
	(2) 熊果素·····	146
	(3) 麴酸·····	146
	(4) 桑椹萃取·····	147
	(5) 美拉白·····	147
	(6) 甘草萃取·····	147
	(7) 胎盤素·····	148
	(8) 果酸·····	148
	【小檔案】美白敷臉製品·····	149



單元 6	鎮定安撫效用面膜剖析·····	150
	【小檔案】鎮定安撫面膜·····	152
單元 7	抗老除皺面膜剖析·····	153
	(1)果酸·····	154
	(2)酵素·····	156
	(3)維生素A酸·····	157
	(4)糖醛酸·····	157
	(5)胎盤素·····	158
	(6)膠原蛋白·····	159
	(7)維生素群·····	160
單元 8	果酸敷臉製品剖析·····	162
單元 9	酵素敷臉製品剖析·····	168
單元 10	凍膠類敷臉製品剖析·····	171
單元 11	海藻敷臉製品剖析·····	174
<b>第四篇</b>	<b>保養品</b> ·····	<b>179</b>
單元 1	什麼狀況該保養？·····	180
單元 2	使用保養品應有的科學概念·····	184
單元 3	分齡保養與依膚質保養·····	188
單元 4	乾性肌膚專用保養品剖析·····	194
	水性保濕成分·····	198
	(1)甘油·····	199



(2)天然保濕因子·····	201
(3)糖醛酸·····	202
(4)膠原蛋白·····	204
(5)水解膠原蛋白·····	206
(6)維生素原B <sub>5</sub> ·····	207
(7)胺基酸·····	208
油性保濕成分·····	211
(1)荷荷葩油·····	211
(2)小麥胚芽油·····	211
(3)酪梨油·····	213
(4)夏威夷核果油·····	214
(5)月見草油·····	215
(6)杏核油·····	216
(7)琉璃苣油·····	217
(8)葵花油·····	217
【小檔案】乾性肌膚專用保養品·····	219
單元5 中性肌膚專用保養品剖析·····	220
單元6 油性肌膚專用保養品剖析·····	223
(1)清潔用品的選擇·····	225
(2)選擇低黏性的保濕劑·····	226
(3)選擇油脂調理成分·····	227
(4)保養方式的調整·····	229



	【小檔案】油性肌膚專用保養品·····	231
單元 7	面皰肌膚專用保養品剖析·····	232
	(1)水楊酸·····	235
	(2)過氧化苯醌·····	237
	(3)維生素A酸·····	237
	(4)Zn-PCA·····	238
	(5)辛醌膠原胺基酸·····	239
	(6)神經醌胺前驅物·····	240
	(7)茶樹精油·····	241
	(8)杜鵑花酸·····	242
單元 8	敏感性肌膚專用保養品剖析·····	243
	(1)甘菊藍·····	246
	(2)甜沒藥·····	246
	(3)尿囊素·····	247
	(4)甘草精、甘草酸·····	248
	(5) $\beta$ -甲基羧酸聚葡萄糖·····	249
	(6)神經醌胺·····	250
	(7)棕櫚醌基膠原蛋白酸·····	250
單元 9	含防曬成分保養品剖析·····	252
單元 10	含美白成分保養品剖析·····	264
	(1)維生素C·····	268
	(2)麴酸·····	270



(3)對苯二酚	272
(4)熊果素	273
(5)穀胱甘肽	274
(6)桑椹萃取液	275
(7)甘草萃取	275
(8)胎盤素	276
(9)果酸	278
(10)其他美白成分	279
杜鵑花酸	279
美拉白	280
ASCI	280
過氧化氫，雙氧水	281
汞化合物	281
單元 11 抗老化保養品剖析	283
(1)維生素A酸	287
(2)醣醛酸	290
(3)神經醯胺	291
(4)胎盤素	292
(5)胸腺萃取	293
(6) $\beta$ -甲基羧酸聚葡萄糖	293
(7)去氧核糖核酸	295
(8)超氧化歧化酵素	296



(9)高海藻歧化酵素……………297

(10)表皮生長因子……………298

【小檔案】抗老化保養品……………300

單元 12 日、夜間專用保養品剖析……………301

**第五篇 理療成分便覽……………305**

# 第一篇

## 臉部清潔用品

---







## 單元 1

# 洗臉用品面面觀

### ❖ 買洗面乳不能全憑感覺喔！

洗臉，攸關面子問題，更是肌膚保養把關的首要工作。

根據一項針對大專學生所做的洗臉用品購買習慣調查發現：現代年輕一族，選擇洗面乳時，對品牌的忠誠度並不高。購買動機，主要是受廣告詞、包裝的吸引力，或者是同儕之間的互動所影響。

絕大多數的人，一個牌子用完，就換用另一個品牌試試。還有不少人，同時使用多種牌子。

而凡是廣告詞中，強調「洗的乾淨、擁有好味道、具有調理改善膚質」等功效的洗臉產品，對年輕人來說都具有相當的吸引力。所以，一些以「深層清潔毛孔、去除暗沈角質、治療粉刺面皰、美白及保濕」等訴求的產品，賣得特別好。