

500 罐

名牌 保养品大体验

Bao Yangpin Datiyan

黄文香 著



For Women

吉林科学技术出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

500 罐名牌保养品大体验 / 黄文香著. — 长春: 吉林科学技术出版社, 2003

ISBN 7-5384-2729-5

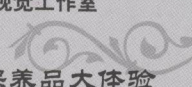
I . 5... II . 黄... III . 化妆品—基本知识 IV . TS974.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 029978 号

责任编辑: 张宝基

封面设计: 瀚美视觉工作室

版面设计: 瀚美视觉工作室



500 罐名牌保养品大体验

黄文香 著

吉林科学技术出版社 出版 发行

长春新华印刷厂印刷

760 × 960 毫米 1/16 (16 开) 8 印张 300 千字

2004 年 1 月第一版 2004 年 1 月第一次印刷

定价: 22.00 元

ISBN 7-5384-2729-5/Z · 265

版权所有 翻版必究

如有印装质量问题, 寄本社退换

本书经城邦文化事业股份有限公司授权, 出版中文简体字版本。

社址: 长春市人民大街 4646 号

邮编: 130021

发行部电话: 0431-5677817、5635177

传真: 0431-5635185

电子信箱: JLKJCBS@public.cc.jl.cn

500

罐

名牌 保养品大体验

Bao Yangpin Datiyan

黄文香 著



For Women

吉林科学技术出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

500 罐名牌保养品大体验 / 黄文香著. — 长春: 吉林科学技术出版社, 2003

ISBN 7-5384-2729-5

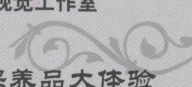
I . 5... II . 黄... III . 化妆品—基本知识 IV . TS974.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 029978 号

责任编辑: 张宝基

封面设计: 瀚美视觉工作室

版面设计: 瀚美视觉工作室



500 罐名牌保养品大体验

黄文香 著

吉林科学技术出版社 出版 发行

长春新华印刷厂印刷

760 × 960 毫米 1/16 (16 开) 8 印张 300 千字

2004 年 1 月第一版 2004 年 1 月第一次印刷

定价: 22.00 元

ISBN 7-5384-2729-5/Z · 265

版权所有 翻版必究

如有印装质量问题, 寄本社退换

本书经城邦文化事业股份有限公司授权, 出版中文简体字版本。

社址: 长春市人民大街 4646 号

邮编: 130021

发行部电话: 0431-5677817、5635177

传真: 0431-5635185

电子信箱: JLKJCBS@public.cc.jl.cn

自序

从小，我就是个很爱漂亮的女生。小学一年级的時候，我就知道擦妈妈的亮光唇膏去上学，又怕同学知道，所以总是说因为早上吃猪油拌饭后没擦嘴。上课的时候，我会把藏在钢笔盒中的小镜子拿出来偷偷的照，生怕“唇上的猪油”不见了。这样爱漂亮的我，在小学五、六年级时，会拿零钱到小杂货店买当时一瓶约100ml的明色化妆水及旁氏粉霜来用。现在想想，我真是一个被贴上爱漂亮标签长大的孩子。其实有这样漂亮又快乐的童年，多半也要感谢的那天生丽质的妈妈。小时候和她走在街头，即使没有阳光，她仍会撑着洋伞牵着我，如果我走离洋伞遮盖的范围，她总是以非常严肃的口吻告诉我：“你很爱晒喔？等你长大就知道阳光有多么的毒辣。”

我也会一度爱美到非常愚蠢，不只把一堆重复的产品往脸上涂，每天敷面膜还不要紧，甚至在面膜上再盖上一层保鲜膜。当时的我认为，盖上保鲜膜会强迫肌肤吸收面膜中的成分，这样我就会一直年轻美丽下去。可是多年下来，老化并未因我如此的爱漂亮而善待我，看看以前的照片，再看看镜中的现在，老化的脚步并没有因我涂了各式各样的保养品而与我绝缘啊！虽然，勤于照顾肌肤是造就美丽、防止老化的途径之一，但若一味相信高科技，相信夸张的产品广告，而无正确的保养知识，不了解成分的特性，恐怕真的很难在琳琅满目的产品中找到与老化抗争的武器。

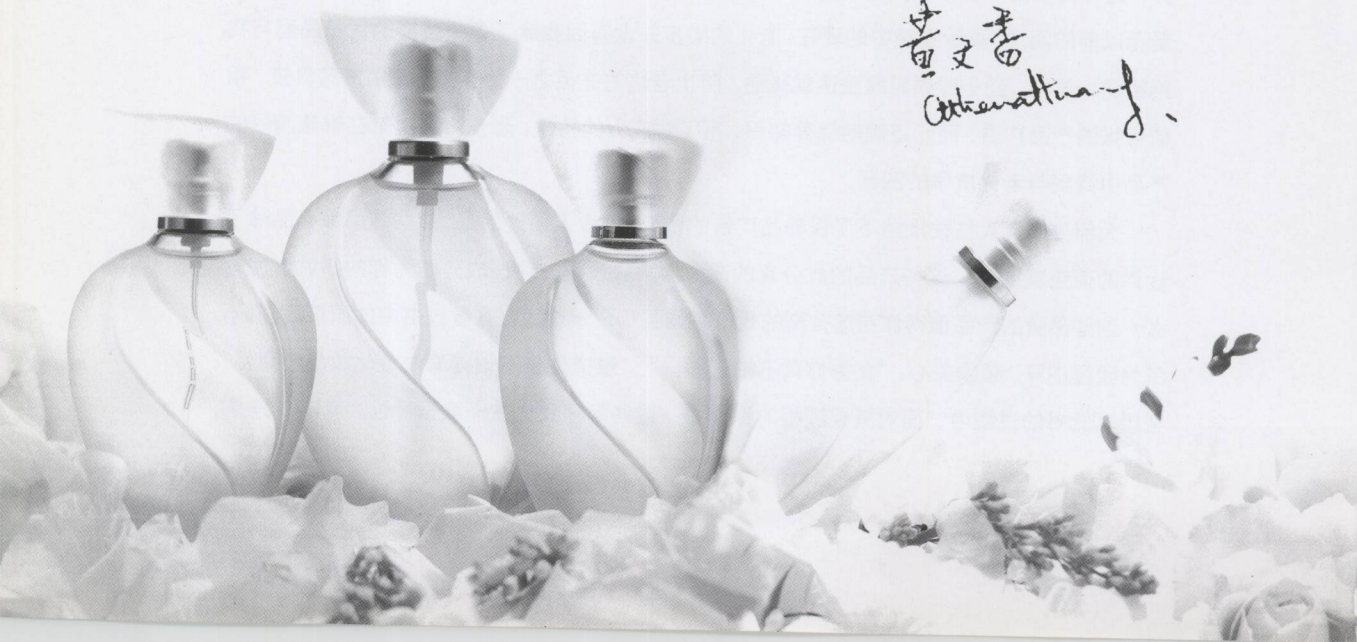
大部分的女人往往抵挡不了保养品广告的诱惑，但令人质疑的是，这些名牌保养品除了让你的荷包减少外，这些产品的成分真的适合你的肤质吗？这些成分能为你的肌肤做些什么？这些昂贵的产品值得你花这么高的代价去购买吗？一些朋友在看过书中的原稿后，都不禁为我捏把汗，频频关心：“文香你真不怕死耶！”、“难道你都不怕得罪众多化妆品厂商？”在撰写此书的过程中，面对满桌满柜的保养品，这些问题我也在仔细思量过。其实我只是

将我多年来使用保养品的心得、各种成分 的实质效果和读者分享。更何况书中也推荐了许许多多名副其实的好产品，当然，你也可以说每个人的肤质不一样，我如何能依照自己的肤质来评价每一款产品的好坏？这就要求懂得各类保养品的特点了。

希望你看了此书之后，多少会了解保养品在美丽包装下的神秘面纱以及名牌保养品与一般保养品之间成分的差异，继而以经济实惠的价格，购得名副其实的产品，让你变成一个有鉴赏的美女。

如果你有任何使用保养品的心得，欢迎Email给我：dj983@yahoo.com. 你的心得说不定就会出现在这本书的新版中或我的下一本书里。特别要感谢在化学领域中学有专长的舅舅施嘉泰先生及大哥文宏，在我撰写此书时提供的保养品中常见化学成分的资料及用途。

文宏
Catherine-f.



“解惑”“传道”与“授业”

认识黄文香小姐已经超过8个年头，在我记忆当中，她是一位很认真生活、勇敢又充满智慧的女人。她是我的“病人”，但8年前她找我不是看病，而是要我怎样让她的皮肤更好。我左右端详许久，看不出她的皮肤有什么地方还需要改善。美还要更美，这是人的天性，我的患者中有很多是这样的。我开始“勉为其难”地帮她“治疗”。在“治疗”的过程中，发现她的疑问特别多，谈论一些药物与保养品的成分、种类、作用及其预期的效果，毫不留情地一一打破砂锅问到底。我刚开始很烦，但后来发现这个病人还是很可爱的，她对一些要“涂”在她脸上的东西，是如此地认真、慎重、冷静，在这一个“买保养品就是买希望，但希望却不一定实现”的消费时代，黄文香的确是一个与众不同的女性。所以这一本书的问世，我并不会感到意外。

今年初，黄文香小姐由澳洲打电话给我，要我为她这本书写序，我爽快地答应了，因为我真的很想看她到底为了些什么。取回麦田出版社编辑王文娟小姐寄来的稿子，一口气读完所有的稿件之后，除了让我异常惊讶之外，更是忧喜参半。惊讶的是以黄文娟小姐一位学音乐及大众传播的人来说，竟然可以写出如此具有“专业”水准的医学美容文章，正确的观念与详实的论述，每看完一段皆令人拍案叫绝。令我这位从习医到从事医学美容超过20个年头的皮肤科专科医师都自叹不如；她为爱美的芸芸众生所付出的努力与执着，实在令人敬佩，而所谓忧喜参半，忧的是自认为我如果将来也想出一本与医学美容有关的书，若不想太多重复的话，能挥洒的空间就变得很有限；喜的是已经有人帮我把我想写的书、想说的话率先出版；我一直想告诉大众及患者的“忠言”也已经详尽在这本书当中，今后可不必再上她的节目接受“盘问”。大家只要人手一册，看黄文香怎样说就够了，我倒也乐得经松畅快。好矛盾的心情，都是这本书惹的祸！

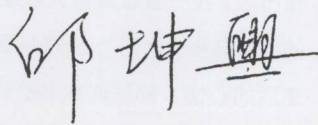


根据一项统计，在台湾平均每人使用12件不同的保养化妆品，这个市场是相当惊人的。没有错，亮丽的外表确实带给人们自信与希望，故近几年来世界知名品牌的保养化妆品在台湾大集合，令人目不暇接、眼花缭乱、无所适从。保养化妆品带给人们希望，但不一定带给人们靓丽。爱美人士生理及心理上的需求与依赖，造就了保养化妆品世界的王国。漫步大都会，如梦似幻，产生的附加价值早已凌驾其实质价值，爱美族希望自己变得更迷人、更亮丽，但却又常常使自己陷于迷惑之中。

黄小姐这本书分为三部分：第一部分为广大读者“解惑”，提供正确的观念与方式让自己更“亮丽迷人”，而不是陷入“迷惑、迷思”之中。第二部分为普通大众“传道”，解说时下比较出名的20大品牌保养化妆品的成分特性、规格与价格，使消费者可以客观正确地选择适合自己的保养品。第三部分为芸芸众生“授业”，教导大家如何看懂化妆品成分，以专业的眼光，深入浅出地教导读者为自己的美丽把关，不受经销者的蒙蔽与误导。

本书的出版，实在是爱美女士与男士们的一大福音，也是提供有志从事医学美容的相关从业人员一本好的参考书籍。作者的用心良苦，为广大读者提供了正确又实用的观念与法则。青春是留不住的，只是希望它走得慢一点。读黄小姐的文章，是一种难得的愉悦与享受。

邱坤与皮肤科诊所院长
高雄医学大学皮肤医学硕士





贴切的评价

一直认为保养品是一个贩卖梦想的行业。当然，贩卖美丽的梦想的手段少不了要使用许多美丽的词藻、漂亮的代言人的见证、构筑诱人的幸福远景等等。然而，被这些感性冲昏头的同时，在购买保养品的时候，你是否还能用理性思考来做正确的判断与选择？我相信这不是一件容易的事。

由于我曾在 The Body Shop 美体小铺工作了将近 5 年的时间，有幸能认识创始人 Anita Roddick 女士。她非常不屑化妆品行业夸大的宣传与行销手段，她还会在自己的书中引用伊莉沙白雅顿的话：“化妆品业是世界上最肮脏的产业”，我认为，这没有对与错，在这只是她的观点而已。虽然 Anita 早已被迫下台，不再经营 The Body Shop，然而我依然十分佩服市场上有这样的声音出现。

认识文香已有多多年，说实在的，看到她的这本书，竟然有股莫名的快感，心里想着：终于有一些不同的声音出现了！其实，我认为文香对于保养品的评价倒是十分客观，从保养品的成分来反映功效与售价的合理性。当然，她也加了一点自己的小个性，这也是我觉得这本书让人莞尔之处，同时我也觉得有些保养品的评价她说得还真是“贴切”得可以。

从事美容工作这么多年，虽然十分清楚许多保养品的定价是包含了庞大的广告及行销费用，但是也能够借由阅读成分组成大概判断出保养品的优劣与实际效果。即使如此，有的时候自己还是很难拒绝广告或这些漂亮瓶瓶罐罐的诱惑，不然，我又怎么会有满房子用不完的保养品。哈哈，这就好像有人说过的一句话，女人的衣柜永远少了一件，我则是似乎一直欠缺一瓶“完美”的保养品，看过这本书，相信你会与我一样，至少下次买保养品的时候，会多了一份理性思考，毕竟，没有什么事情是绝对完美的！

作家

文香



聪明消费者的聪明选择



从事美容行业以来，每有亲朋好友的聚会，总会成为众家美女询问的焦点，问题不外乎，“你看我的脸是不是真的很油？”、“你看我的斑点用美白真的有效吗？”、“哪一家的保养品最有效？”甚至，久未见面的同学，偶尔也会来电话询问，“你们最近广告的新产品，真的那么好用吗？”种种问题，有时真让我不知从何说起，从何回答。凡保养的问题，首先就应认识自己的肤质，了解自己真正的需求，再选择最适合自己的保养品，每日两次，清洁与基础保养，持之以恒，才能看到效果。而对于保养品的好坏，事实上，知名品牌的产品，在上市之前，必定经过严格的测试，皮肤科医师实验之后，才正式在市面上销售，因此，“适合自己的”才是好的保养品。那么，到底什么才是适合自己的呢？文香的这一本书，让你不用成为白老鼠，试过各家品牌之后，才找到适合自己的产品。看过文香的书，可以让你对各品牌有一个大略的认识，并省下你许多宝贵的时间。

认识文香，是在雅诗兰黛工作的时期。身为一位媒体工作者，文香认真、执着的态度，专业的涵养，着实令人敬佩，与文香对谈，更是一种享受，悦耳的嗓音，充满活力的笑容，再加上丰富、深入的专业知识，每一次的交谈当中，总有令人兴奋的新发现。现在，再看到文香的书，流畅的文笔，诚恳的态度，更让人有面对面交谈之外的另一种欣喜。

资深的媒体工作者，累积多年的工作经验，遍访各家产品，汇集国内外相关资料，加上个人努力的钻研，书中所言，确实广泛、深入且客观。尤其对于各类保养品成分，汇集、整理、归纳的功夫，更可窥见文香令人敬佩的实力。

随着经济的起步，保养品已不再是奢侈品，现今已成为可实现“理想”的有利武器。但聪明的消费者，如何在五光十色的商业广告中，寻得自身最适合的商品。文香的这本书，无疑是一本值得参考、值得珍藏、值得细细研读的工具书，它省去了你亲自试用产品的时间，它为你省下金钱。拥有此书，你将发现“拥有美丽”原来如此简单。

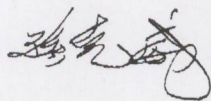
前雅诗兰黛化妆品教育训练经理
前香奈尔化妆品公关广告经理

❖ 再也不需当“白老鼠”了 ❖

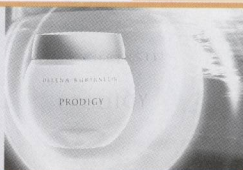
“化妆品”对我这个大男生而言，还真有点熟悉又有点陌生。俗话说“世上只有懒女人，没有丑女人”，其实哪个女人不爱美呢？但要如何让它“发扬光大”就得各凭本事了。坊间充斥着各式琳琅满目的化妆品，要如何在最有限的预算中选择最有效及最适合自己的产品，可真要下一番功夫呢！本书的作者黄文香让爱美的女士们不需花冤枉钱和时间去当各家品牌的“白老鼠”，书中有针对各大知名化妆品牌产品详细的成份和效果分析。我认为它是每一位爱美女性必备的一本“教科书”。

Kiss Radio 联播网

台南知音广播电台台长



- 11 第一篇 保养概念最前线
- 12 瓶瓶罐罐的真相
- 14 再买一瓶吧!
- 16 青春的代价
- 20 对抗自然老化
- 22 购买保养品的注意事项
- 24 第二篇 超名牌体验
- 25 Aveda
- 29 Biotherm
- 35 Chanel
- 41 Christian Dior
- 45 Clarins
- 51 Cle De Peau BEAUTE
- 54 Clinique
- 61 Elizabeth Arden
- 66 Estee Lauder
- 73 Givenchy
- 77 Guerlain
- 82 La Mer
- 85 Helena Rubinstein
- 90 Lancôme
- 95 L'oreal
- 98 Shiseido
- 101 Shu Uemura
- 104 Sisley
- 109 Max Factor
- 112 Vichy
- 116 YSL
- 120 第三篇 成分的理解



哪一瓶?

第1篇

XUANNAYIPING

保养概念最前线

BAOYANGGAINIANZUIQIANXIAN



瓶瓶罐罐的真相

PingPingGuanGuanDeZhenXiang

有哪个女人没买过保养品？在你看过本书之前，是否仔细想过到底曾经花过多少钱买那些声称可以让脸上的细纹变少、毛孔变小、斑点不见、暂停老化等，告别种种肌肤困扰，从此让你美丽到无法招架的“青春之泉”？

现代女性对于保养品，有着心理上与生理上的依赖，所以各种产品也就因此不断的推陈出新，为女性创造梦想。不知道你是否有过这样的经验，看到市面上推出一瓶或一系列的抗皱除斑新产品，杂志上所谓的美容主编，报纸上的美容专线记者都推崇它是如何如何的使用了最新科技，添加各类植物精华、海洋精华，真的可以紧肤、除皱，好用到让你的脸庞重现少女的弹力；电视上美丽的知名女人，顶着完美无瑕的妆容，却告诉你什么都没有擦，在灯光的照射下，摆出动人的姿态告诉你它是如何如何的神奇；有时甚至皮肤科医生也会出现在商品的广告中。此时，你就会告诉自己“用了它，脸上的斑点可能真的会被抚平”，“用了它，皮肤真会看起来更柔软，更具光泽”，“用了它，黑眼圈和细纹很快就会消失”。所以，你就买了一堆用了好像没那么有效的产品，但当你看到另一个商品广告，你又忍不住的再想买一个梦想，并告诉自己“这一瓶一定比那一瓶有效”。

你是否想过这样的状况到底发生过多少次了？用了一整个夏天的美白产品，从洗脸、卸妆、化妆水、菁华液、乳液、日霜、晚霜、面膜，整套都是标榜美女。可是，到了冬天，脸上的斑点依然存在，或者，用了一整系列的平衡控油产品，仍是油光满面！但当你再次光临化妆品专柜找寻解答，专柜小姐会用很兴奋的语气告诉你们“今年的成分是加倍的，而且添加了新的配方”。所以，你又再一次高高兴兴地把钞票奉献给化妆品公司，提着一袋不会实现的梦想回家。

事实上，无论是哪个品牌，都会告诉消费者，只有他们的产品才是最有效，才是你需要的，也只有他们的产品中的成分才是最神奇的。记得几年前当我还在主持广播节目时，节目中有一个美容专题，有一次请了个某品牌化妆品的公司代表来接受访问，录完专题后他告诉我“文香，你的皮肤很白，但不够白里透红，所以我拿了一瓶我们公司的美白菁华液送你，这瓶精华液中不但有市面上最高成分的曲酸，还添加了许多草本精华物，能够让脸色白里透红，是其它品牌的商品无法比较的。”一个月后，再见到他，他告诉我：“你的皮肤看起来比以前好多了，而且光泽

度也增加了,我们的产品很好用吧!”天知道!我连拆封都没拆封呢!不过,从这样的对话中,相信你也该看得出来,化妆品经销者在“宣扬”自家的商品时会有多么的夸张,我并不是说“完全无效”,但绝对没有销售在广告上说的“神奇的不得了”!

化妆品销售者每年花大把大把的广告预算,从新品上市的记者会,各类报刊杂志的平面广告,到名人代言,就是这些费用,所以一瓶从原料到包装 100 元的保养品,消费者要花上千元才可以买得到,而且如果卖得太便宜还可能没人买。爱美绝对是每个女人的天性,但我也希望你能知道老化是一种正常的生理现象,你可以从饮食、生活作息上来暂缓它的脚步,擦上“神奇霜”并不会让你今天比昨天年轻,也不会真正补充老化所流失的岁月,顶多只是让它不那么干燥。真的要防止老化,“防晒”才是你该做的,防晒品才是你该买的,因为阳光紫外线是产生皮肤老化的天敌,所有的老化特征——肌肤粗糙、干燥、皱纹、不规则的色素沉淀,80%—90%是由光照射而产生的老化所引起。



ZaiMaiYiPingBa

擦 保养品是不是像撕日历一样简单，时间一到就该换？哪一类型的保养品才是你真正需要的？每过几年，总会有“看起来像奇迹”的保养品出笼，80年代早期的维生素E，晚期的胶原蛋白；90年代的果酸热潮，到近几年的维生素C、维生素A（以及其衍生物）、曲酸、各种草本植物精华物，到底有多少款保养品在这20年来上市又下架？用过这些保养品的女人真的都到达了广告上说的一直青春永驻，没有老去吗？

不管你现在用的保养品是不是含有所谓的“最新、最流行、最科技”的成分，化妆品经销者的行销惯例，每过一段时间，就会推出“新成分新奇迹”，各式各样的广告大量出笼，让你觉得不花钱试试新产品是件对不起自己的事。而且，越难以相信的广告词，售价越高，产品就卖得越好。如果你仔细观察一下化妆品经销者的行销手法，每年初春时分，在百货公司的专柜，报刊杂志（近几年又加了网站）上就可看到一箩筐的美白产品广告，用各种方式出现在消费者眼前，“提醒并教育”消费者——“美白要趁白”，含有维他命C、曲酸、一代换一代的熊果素等等成分的保养品，从2月份开始，就是化妆品经销者的主要卖点。另外，在初春盛夏之间也经常被拿来翻来覆去不断地炒作，其他2种热门的商品是——各式的防晒品及每年必炒的控油系列产品。

对于防晒品，各家经销者最擅长的是提出各种数据来证明自家的产品不但能真正的防晒，防AB紫外线，还能抵抗自由基、抗氧化、防老化，所以防晒成分、系数的多寡、是不是含有其他保养性的成分，在这时期总会引起一阵争议。对于控油产品，在台湾潮湿闷热的夏季中，每个年龄段都可能出现肌肤出油过盛的状况。控油类型的产品一到夏季就会拥有相当多的拥护者，业者也会不厌其烦利用各种渠道提醒消费者——调理油脂，也要保湿，所以从洗脸、乳液、日霜、晚霜、面膜到急救控油凝胶，各家经销者几乎是异口同声的说“只有我的产品可以抗菌，可以治疗脓疱，可以缩小毛孔，可让肌肤洁净清新”。奇怪，为什么皮肤科门诊前等着治疗青春痘的人仍大排长龙？

一到初秋时分，“如何白回来，如何保湿防皱”又是经销者一而再，再而三的宣传用语。此时，比较最新防皱成分，比较保湿效果，如何恢复肌肤弹性与透明感则成为各家经销者用来刺激销售的手法。

不用保养品会怎样?

复杂的保养程序对于台湾的女性而言是件平常的事。因为大部分的消费者早就知道要用2至3道的程序来洗脸卸妆,再一层一层的涂上化妆水、菁华液、乳液、面霜、眼霜,即使你很听话早晚各一次把买来的产品都涂在脸上,也不见得能达到你希望的奇迹。肌肤本身就具有一定的生命力,太多道程序的保养方式,对肌肤本身而言不仅是种负担,也会降低肌肤自我修复的能力。事实上,使用保养品只是保护肌肤,让肌肤不因外在温度的变化、季节的替换或工作压力引起的过于干燥或过度油水不均的方法之一。但如果你喜欢熬夜、抽烟、喝酒、饮食起居不正常、缺乏有质量的睡眠,再多的保养品都只是多余的。

不上妆也需要用卸妆品吗?

“我没化妆,所以只用清水洗脸”,相信这是很多“素颜族”引以为傲的一句话。即使你没上妆,但若使用控油、防晒品或隔离霜之类的产品的话,请你一定要卸妆,注重保养。拥有素颜的第一步骤是要把脸洗干净。许多防晒品或隔离霜的成分——二氧化钛或氧化锌其实也是粉底或粉饼中的原料之一,所以也需要卸妆品才能将它们彻底的卸除干净。如果你的肌肤长期处于污垢除不净的状况,不但会影响后续保养品的吸收力,肤质也会变得较粗糙、毛孔也会越来越明显。