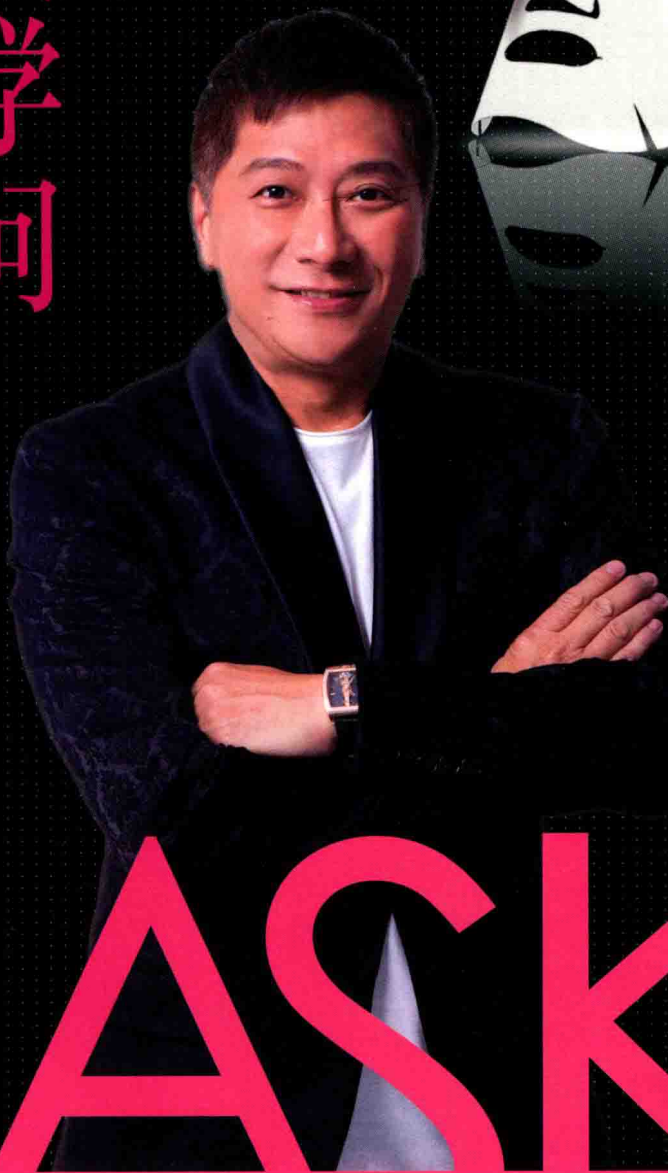


面膜 FACIAL

大学问

美丽就是那么简单

何国泓·著



MASKS

- > 2007年将面膜带入欧洲市场第一人
- > 羽翼丝光·蚕丝面膜·隐形面膜的创造者

KC 面膜教父
FACIAL MASK CREATOR

KC 何国泓

面膜大学问

美丽就是这么简单

何国泓·著

BEAUTY MADE SIMPLE

我永远相信健康是美丽

而且美丽会让你变得更健康

如果说健康是生命

那么美丽就是人生

如果说健康是幸福

那么美丽就是快乐

文化艺术出版社
Culture and Art Publishing House

图书在版编目(CIP)数据

面膜大学问：美丽就是那么简单 / 何国泓著. --

北京：文化艺术出版社，2016.12

ISBN 978-7-5039-6237-0

I. ①面… II. ①何… III. ①面-美容-基本知识

IV. ①TS974.13

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第326343号

版权登记号：图字：01-2016-9613号

面膜大学问 · 美丽就是那么简单

FACIAL MASKS · BEAUTY MADE SIMPLE

作者 何国泓

统筹 董瑞丽

责任编辑 巩建华

装帧设计 陈美蓉 吕文玲 陈玉洁

排版制作 顾紫

出版发行 文化艺术出版社

地址 北京市东城区东四八条52号 (100700)

网址 www.whyscbs.com

电子邮箱 whysbooks@263.net

电话 (010) 84057666 (总编室) 84057667 (办公室)

(010) 84057691—84057699 (发行部)

传真 (010) 84057660 (总编室) 84057670 (办公室)

(010) 84057690 (发行部)

经销 全国新华书店

印刷 北京荣宝燕泰印务有限公司

版次 2017年1月第1版

印次 2017年1月第1次印刷

印张 10.5

字数 60千字

开本 710毫米×1000毫米 1/16

书号 ISBN 978-7-5039-6237-0

定价 49.00元

“纸”有坚持 美丽保值 ——回首过往品牌路

彩妆、保养品、化妆品、保健食品，在这二三十年来，一直围绕在我的生活当中，它们悄然无息，与我的人生一拍即合，因此也可以说是我这辈子最用心、做得最称职的工作。曾几何时，我从一位卖货郎蜕变成他人口中的“KC面膜教父”——这名字的由来，还得从KC初创的时代讲起，而间也已是时光递嬗，时代的列车却仍御风前行。

犹记早期的流行趋势，一般女性都会用上一点彩妆，粉饰美丽脸庞，保养概念却尚未落实，除了高官夫人、商场贵妇懂得保养自己，普通百姓仅着重于清洁用品方面。KC当时便是从彩妆起家，接续成立了KISS COLOR 吻彩公司，销售流行商品、眉笔、口红、粉饼、指甲油类的彩妆用品，而后也在慢慢接触粉底霜、隔离霜、卸妆油、化妆水后，才了解到保养品的重要。

市场趋势瞬息万变，产品亦不断推陈出新，活络的市场态势持续引领台湾经济增长，进而造就从事保养品、品牌建立的潮流，连带影响营销方式的时代更迭，以前的路边摊、委托行摇身一变成为专卖店；康是美、屈臣氏、宝雅、百货公司与大型商场，皆一窝疯地以化妆品为最大卖点营销——通常进入大门，便是琳琅满目亮着白灯的专柜，第

KC 面膜教父
FACIAL MASK CREATOR

KC Kelliego

FACIAL MASKS • BEAUTY MADE SIMPLE

一眼便锁住顾客的视线。除了实体店销，日新月异的科技甚至创造、加速传播媒体的渲染力，以化妆品为主的专业介绍置入节目主轴，为消费者带来更多的资讯、传播保养的重要性，于是以化妆品达人自称的专家、大师、女王随之诞生，创造所谓名牌，也创造对专业趋之若鹜的信仰，以及更大的化妆品、保养品市场。

保养品需要被体验，通过视觉、听觉与嗅觉，才能真正体会到产品对自己的效果如何；对照现阶段颁布的管理制度，并不能真正杜绝夸大不实的广告，从而在消费者天天接触的媒体渠道中，均未能为使用者提供真正的答案，通常要“用了才知道”，一有不慎，便是挽回不及。因此在这里也建议各位，选用产品时必须多方思量、搜集资讯，尽可能达到资讯对称的平衡立基，保障自身权益。

KC 从卖货郎开始贩卖“美”、装饰的美与自然的美，已然有了几十年的光阴，接触过形形色色的消费者，经验与记忆不断累积成为智识，从而得以第一时间了解消费者对化妆品与保养品的真正需求，遂自设计商品、研发商品到现在的制造产品，投注无数心力，一条龙打造最符合消费者期待的“美”，不诉诸于光鲜亮丽的表象，实在付出于化妆品、保养品的设计与研发，我们只愿制造出更多更实用的商品，为大家带来健康、美丽与幸福的快乐人生。

推荐序



Helene Rabadan

法国 Caress SARL 集团 CEO

If the skin is a reflection of our balance, it is also our first protection.

Nowadays in Europe, masks are not considered as frivolous cosmetics but as a necessary care. ProCare could take benefit from the Asian expertise in this field thanks to our encounter with Mr. KC. Ho.

Our company launched a dermocosmetic brand in France based on these traditional masks. Today the European market adopted this skincare ritual and the sheet mask market is booming. We are pleased to have been able to work with Mr. KC. Ho, to meet this challenge, and to have a team on which we can trust since 2007. We are happy to see that Mr. KC. Ho can publish this book to make everyone knows sheet mask better.

30th August, 2016

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'H. Rabadan', with a long, sweeping flourish extending to the right.

皮肤是防护身体的第一道关卡，也是反映身体平衡的指标。

在现今欧洲，面贴式面膜已不再被视为繁琐的保养品，而是一种必需品。Procare 可以借助亚洲对面贴式面膜的专业知识在这个领域发展，都要感谢与 KC 面膜教父的合作。

我们的品牌即是以面贴式面膜攻入法国保养品市场。如前述所言，欧洲现在已经习惯以面膜作为保养的一环，因此面贴式面膜的市场越来越兴盛。我们很高兴能够从 2007 年与 KC 开始合作，将面贴式面膜带入欧洲市场，并一起迎接挑战。很开心能够看到 KC 面膜教父出版此书，让更多的人了解面贴式面膜。

2016 年 8 月 30 日

推荐序



国际彩妆大师朱正生

经国管理暨健康学院美容流行设计系副教授

从事彩妆教学20多年，也对彩妆保养品的设计与研发结缘了10多年，因此有机会认识了何董事长国泓先生，彼此间也曾有过数次合作的机会，对何先生在保养彩妆品中所投入的专注与认真留下了非常深刻的印象。

近几年更佩服何先生在面膜上所持续不断地投入的研发心力，他不但有发明家的精神，更有艺术家创造的个性与坚持，令人印象深刻。今天看到何国泓先生将多年来对面膜研究的成果，毫不藏私地集结成书与众人分享，其中对面膜的分析、使用及相关知识，真是巨细靡遗，精彩万分！目前坊间的面膜相关书籍，无一能出其左右。

这是一本值得大家好好珍藏的书，也预祝何先生新书大卖，继续将更多的美丽知识与大家分享！

朱正生



唐贇尧主席

香港工会联合会副理事长

服务业总工会主席

中华两岸国际技能竞赛委员会主席

发型化妆整体形象设计师总会主席

很多人问我现在什么保养品最夯，我会肯定地回答：就是“面膜”。

因为这是使用上最简单有效的基础保养产品，但是很多面膜爱用者往往不知选择适当的商品。本书作者、面膜教父何国泓先生有鉴于一般消费者对于面膜的正确使用知识不足，将自己在面膜保养品产业积累的二十几年的研发制造经验，编写成《面膜大学问——美丽就是那么简单》一书。本书特采用深入浅出的图文手法，由阐述如何认识您的肌肤开始，进而介绍面膜类保养品的各种不同成分、功效与用法，引导大众如何正确地认识肌肤，深入了解面膜，以及如何使用面膜保养自己的脸部肌肤，让美丽就是那么简单。

长江后浪推前浪，市场不断更迭起伏。这些年来，两岸四地的保养品产业也如雨后春笋般地蓬勃兴盛，唯有何国泓先生从 2000 年投入面膜业界至今能够屹立不摇，其企业稳定的成长茁壮，其研发创新的专利性产品更让同行争相效仿。何国泓先生领导的吻彩集团，这些年来积极地推动研发专利产品制造与国际化布局，2015 年在德国设立了研发与营销公司后，也将在 2016 年下半年启动在文莱的工厂建设，预定 2017 年开幕。我们期盼他未来能够在面膜保养品、保健品业界继续独领风骚。



推 荐 序



陈峙文院长

爱尔丽医美集团专业连锁医美诊所

爱美是人的天性，自古以来从未改变。千年以前，埃及艳后即便已经拥有绝世美貌，依旧积极寻求美丽的方法；时至今日，随着知识与科技的进步，追求美丽亦从天然保养演进至科学技术，让“美丽”变得更加多元化、系统化。

但想要美丽会因此变得困难而复杂吗？

答案是“不会的”，不过一定要找到适合自己的方法。在我个人多年的行医经验中，看见许多人——不分男女老幼，为了变美尝试各种方法，成效却有所差异，更有人不小心伤了自己的身体。其实想要变美的第一关键，首先是认识自己。作为医师，我们亦先透过问诊、分析，了解顾客的需求并提供合适的建议，让每位爱美人士得到最满意的效果。

每每看见顾客脸上充满美丽自信的笑容，我们更是加倍欣喜，能够尽一己之力，帮助他们找回迷人风采。

何国泓先生在《面膜大学问——美丽就是那么简单》书籍中，

即先带领读者了解皮肤构造，再深入浅出谈论不同肤质使用面膜与保养的方式，更内外兼顾分享维持身体健康的基本常识，全方位向美丽人生迈进。

他投入面膜制造研发 20 多年，打造了多款新式面膜；更从市场的反馈中获得许多灵感，不断改善商品质量，针对不同年龄、性别，推出专属的保养面膜，帮助每位爱美人士快速方便地找到合适的保养方式。

如今更透过书籍的呈现，写下他对于面膜的观察，并以使用者的经验，感同身受地与读者分享使用面膜的注意事项与秘诀，让人受益良多，也不禁大呼——美丽就是那么简单！

陳詩文

Contents

CHAPTER

1

认识肌肤，才能改善肌肤

想要好皮肤，先要懂皮肤 / 3

你真的了解自己是哪一种肤质？ / 5

与肌肤零距离：干性、中性、油性、混合性、敏感性 / 8

肌肤警讯不可不知 / 14

皮肤底下的深层秘密：每个人的肌肤中都有这些营养素 / 16

CHAPTER

2

面膜教父细说美丽膜法

女王们爱用的保养秘方 / 23

面膜商机正式起飞 / 28

贴、敷、抹、喷样样来 / 30

KC 面膜教父 2007 年第一家进入欧洲的面膜厂商 / 34

“纸”有坚持 一张纸改变面膜历史 / 35

揭秘时间：精华液的十大原料 / 38

面膜奥秘：只有好配方，没有好纸，效果会减半 / 48

创新科技面膜 / 56

CHAPTER

3

膜法、魔法，面膜的功效

一片面膜的生日日记 / 63

超快速 DIY，自制天然素材面膜 / 68

面膜会说话：美白成分大剖析 / 70

面膜会说话：保湿成分大剖析 / 72

面膜会说话：抗老成分大剖析 / 74

面膜会说话：保养成分大剖析 / 76

面膜正确用法完整公开 / 78

CHAPTER

4

解密面膜大小事

使用面膜后过敏怎么办？ / 84

何时是敷脸的最佳时机？ / 85

面膜可以天天敷吗？ / 85

麦饭石泥膜有多好？ / 86

长痘痘可以敷面膜吗？ / 86

不同功效的面膜能够交换使用吗？ / 87

敷面膜需要洗脸或保养吗？ / 87

面膜该如何保存呢? / 88

使用完面膜后,皮肤居然会脱皮? / 88

男生可以敷面膜吗? / 89

面膜价格差异如此大,实质上到底有什么差异呢? / 89

CHAPTER

5

KC 面膜教父走向国际市场

KC 面膜教父国际市场足迹 / 92

2016 女神节北京演讲 / 93

- 孕妇使用保养品应注意的事项 / 93
- 什么是奈米? / 97
- 微脂体——美丽装载神器 / 98

CHAPTER

6

唤醒美丽健康肌肤

睡得早不如睡得巧 / 103

可以一心二用的睡眠时间 补眠+保养一次到位 / 106

均衡饮食金字塔 不可不知的饮食度量衡 / 108

水分不是营养却依然重要 / 111

彩虹饮食法 你今天吃进多少美丽营养 / 113

运动吧,由内而外打造亮丽自信 / 115

瞻前顾后:运动保养不可少 / 117

CHAPTER

7

保养没有那么难

保养该从什么时候开始 / 122

客制化保养指南 / 122

- 10 ~ 19 岁:青春无敌的肌肤 / 124
- 20 ~ 29 岁:多防晒没事,没事多防晒 / 126
- 30 ~ 39 岁:补水保湿,守住肌肤转折点 / 128
- 40 ~ 49 岁:防衰抗皱,注意保养品的选择 / 130
- 50UP:内外兼顾,年龄不留痕迹 / 132

卫生福利部目前核准使用 13 种美白成分 / 134

CHAPTER

8

植物性原料介绍 自然美也很简单

植物及萃取类 / 141


矿泥类 / 152



CHAPTER

1

认识肌肤，
才能改善肌肤



面膜是现代人不可或缺的美容圣品，但是走进药妆店，架上琳琅满目的面膜，从不同作用、不同大小以及差异甚大的价位区间，总是让人无所适从，不知道要从何挑起。其实选择面膜并不困难，只要把握几项重点就能够成功滋养皮肤，首先便是认识自己的肤质。

皮肤是人体最大的器官，占人体体重比例约 15%，也是影响人对人第一印象的因素之一，好皮肤水嫩光滑、吹弹可破，让人充满自信；烂皮肤则是坑坑巴巴，不仅需要大量化妆品遮瑕，更是遮遮掩掩没有自信见人。皮肤的好坏除了天生遗传影响，后天的保养更是功不可没，要想拥有好肤质，绝对不是购买昂贵的保养品，而是在镜子前好好研究自己的肤质，唯有合适的保养品，才能让肌肤更加亮丽，而第一步便是认识自己的肤质。

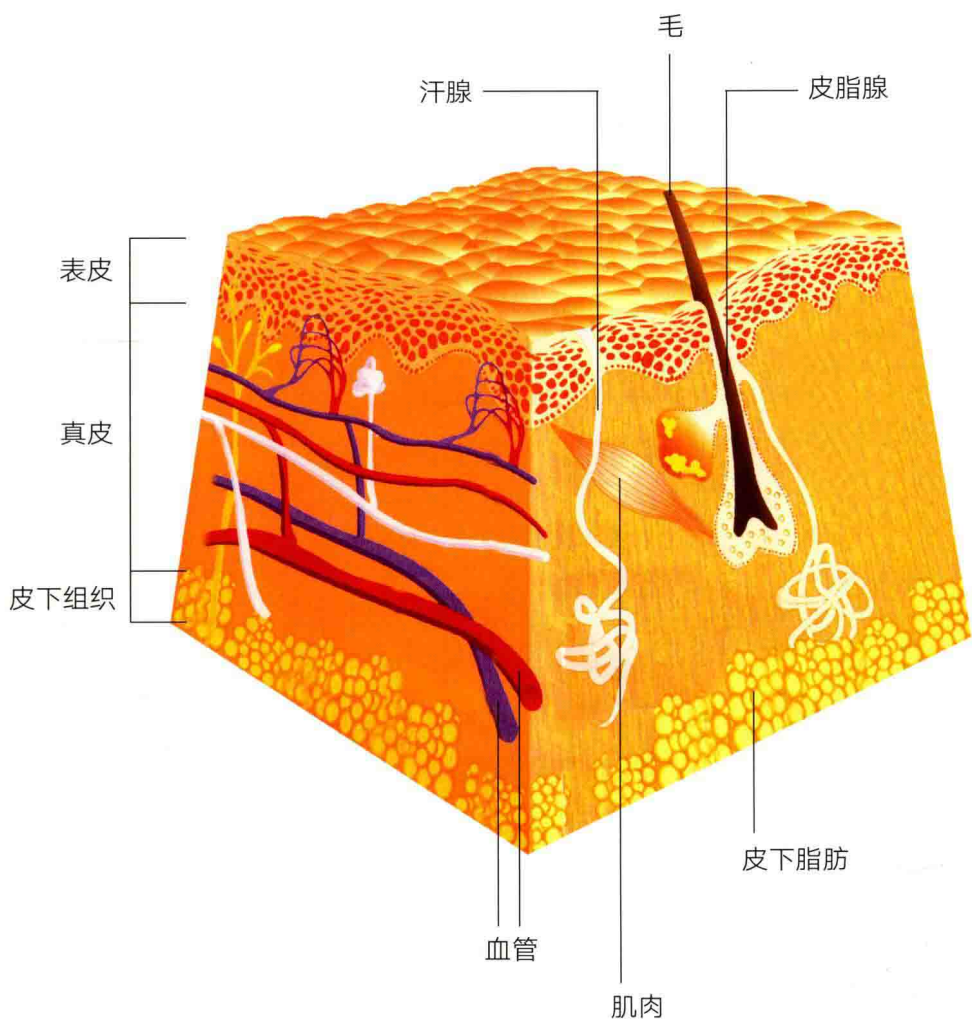


想拥有好肤质
可以把握三项原则：
了解 · 清洁 · 保养

KC 面膜教父这样说

想要好皮肤，先要懂皮肤

皮肤不只是表面看的如此简单，可分为表皮、真皮及皮下脂肪，另外还有附属的皮脂腺和汗腺，因此化妆品的探究与设计须考虑皮肤的结构，随之调整精华液的成分及纸质，让精华液能够渗入里层修护肌肤。



表皮

表皮层位于皮肤最外层，约占皮肤5%的厚度比例，又细分为角质层、透明层、颗粒层、棘状层、增生层。表皮底层会不断产生新的细胞，将旧细胞往表层推移，再推移过程中便会生成角质蛋白，累积成为角质层。各年龄的肤况有所不同，新生儿的皮肤细嫩光滑，即是因为角质层又薄又均匀；而随着年龄增长，角质累积越多，为了改变皮肤质感，因此必须做好保湿工作，并适当用柔性去角质商品去除老坏的角质层。

表皮细胞大约每28天更新一次，但同样在年龄的增长之下，新生周期会渐渐拉长，因此为了拥有健康的角质层，便要开始保养肌肤，适当去除角质，并使用保养品润泽肌肤。表皮内还含有黑色素细胞，可以制造黑色素，吸收紫外线而保护肌肤，也有侦测外来病源的兰氏细胞，所以如果皮肤状态不佳，一定会影响外观，甚至引起身体病痛问题。

真皮

真皮层位于表皮层下方，约占皮肤厚度的95%，表皮层的组织结构是由胶原纤维、弹力纤维、网状纤维细胞等构成。影响肌肤的重要工作也在真皮层进行，其中的纤维与组织能够支撑表皮，维持肌肤的弹性，而真皮的基质含有大量玻尿酸，可保持水分。只是一旦纤维老化，反应至肌肤表面就可能产生皱纹，因此有许多保养品拥有深层修复的功能，活化细胞生机。

另外真皮层内含有皮脂腺与汗腺，延伸至肌肤表面。皮脂腺负责通过毛孔分泌油脂，藉以润滑皮肤；汗腺则可以调节体温，抗菌消毒。皮脂腺和汗腺虽是皮肤附属物，却关系着肌肤表面的油、水平衡，脸部皮肤的皮脂腺又特别丰富，需要加强保湿控油，也要避免油脂分泌不良，造成毛孔阻塞。