

# 娜娜妈教你做

## 超滋养 天然修护 手工皂

改善湿疹、异位性皮肤炎、足癣等皮肤问题

手工皂达人

(中国·台湾) 娜娜妈 / 著

你的皮肤常因瘙痒而抓个不停?

每到换季就干裂脱皮?

擦了瓶瓶罐罐的保养品或药品

就是不见改善?

想找回漂亮健康的好肤质，  
请从自制手工皂开始!





娜娜妈教你做

# 天然修护手工皂

改善湿疹、异位性皮肤炎、足癣等皮肤问题

作者◎娜娜妈



 华夏出版社  
HUAXIA PUBLISHING HOUSE

# 娜娜妈教你做手工皂

## 超滋养 天然修护

### 图书在版编目 (CIP) 数据

娜娜妈教你做超滋养天然修护手工皂 / 娜娜妈著. —北京: 华夏出版社, 2016.3

ISBN 978-7-5080-8659-0

I. ①娜… II. ①娜… III. ①肥皂—制作 IV. ①TQ648.63

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 272311 号

本著作中文简体版通过成都天鸢文化传播有限公司代理, 经木马文化事业股份有限公司授予华夏出版社独家发行, 非经书面同意, 不得以任何形式, 任意重制转载。本著作仅限于中国大陆地区发行。

版权所有 翻印必究

北京市版权局著作权合同登记号: 图字 01-2014-6593

### 娜娜妈教你做超滋养天然修护手工皂

作 者 娜娜妈 美术设计 殷丽云

责任编辑 尾尾鱼 布布 责任印制 刘 洋

出版发行 华夏出版社

经 销 新华书店

印 刷 北京华宇信诺印刷有限公司

装 订 三河市少明印务有限公司

版 次 2016年3月北京第1版 2016年3月北京第1次印刷

开 本 787×1092 1/16开

印 张 9.75

字 数 98千字

定 价 49.80元

华夏出版社 网址: [www.hxph.com.cn](http://www.hxph.com.cn) 地址: 北京市东直门外香河园北里4号 邮编: 100028

若发现本版图书有印装质量问题, 请与我社营销中心联系调换。电话: (010) 64663331 (转)



## Part 1

### 改善皮肤诸多问题， 从自制天然手工皂开始。

- 007 1. 制作固体皂之前，你应该先了解的事
- \* 有哪些入皂材料可供选择
  - \* 了解失败原因，是成功打皂必学的功课
- 018 2. 固体皂制作教学
- \* 制皂材料的比例计算
  - \* 打皂工具介绍
  - \* 固体皂打皂教学

## Part 2

### 养成抗菌、清洁好习惯， 跟霉菌、细菌说 Bye-Bye !

- 028 1. 鱼腥草修护皂
- 032 2. 三效抗敏修护皂
- 036 3. 无患子抗菌皂
- \* 茶树抗菌喷雾
- 040 4. 芦荟紫草药皂
- \* 紫草浸泡橄榄油
- 044 5. 粉红蔓越莓去角质皂



## Part 3

### 恼人的湿疹及皮肤炎问题， 保湿、止痒是首要工作。

- 050 1. 佛手柑燕麦皂
- 054 2. 红檀滋养蛋皂
- 058 3. 绿茶柠檬抗敏皂
- \* 蜂蜜绿茶面膜
- 062 4. 酪梨牛奶保湿皂
- \* 酪梨乳油木舒缓膏
- 066 5. 有机葫芦巴甘菊皂

## Part 4

### 婴幼儿皮肤状况多， 特选配方温和、不刺激。

- 072 1. 抹草芙蓉宝贝皂
- \* 防胀气膏
- 076 2. 鸵鸟油滋养皂
- \* 薰衣草宝贝爽身粉
- 080 3. 金盏花抗敏皂
- \* 金盏花润肤乳液
- 084 4. 绿藻甘菊修护皂
- \* 洋甘菊浸泡橄榄油
- 088 5. 左手香苦楝舒缓皂
- \* 苦楝叶抗菌喷雾

## Part 5

### 瓶瓶罐罐怎么擦都没用？ 一皂搞定面子问题！

- 094 1. 甘草桑白皮淡斑皂  
\* 甘草桑白皮美白化妆水
- 098 2. 橄榄番茄焕颜皂  
\* 甘菊保湿护手霜
- 102 3. 金银花抗敏皂
- 106 4. 接骨木豆浆抗痘皂
- 110 5. 清爽丝瓜控油皂  
\* 保湿丝瓜喷雾
- 114 6. 洗米水去角质皂
- 118 7. 没药紫锥花修护皂
- 122 8. 乳香马鞭草活肤皂



## Part 6

### 全方位防护肌肤健康， 液体皂天然又好用！

- 126 自制天然液体皂，取代市售清洁剂  
\* 液体皂的三大优点  
\* 制作液体皂之前，你应该先了解的事
- 129 液体皂制作教学  
\* 制皂材料的比例计算  
\* 打皂工具介绍  
\* 液体皂打皂教学
- 138 1. 再生修护洗发皂  
\* 迷迭香护发妆水
- 142 2. 清爽保湿洗发皂
- 144 3. 山茶花修护洗发皂
- 146 4. 橄榄绿玉手洗衣皂
- 148 5. 洁白抗菌洗衣皂
- 150 6. 茶树抗菌洗碗皂
- 152 7. 柠檬茶树粉洗碗皂



娜娜妈教你做

# 天然修护手工皂

改善湿疹、异位性皮肤炎、足癣等皮肤问题

作者◎娜娜妈



 华夏出版社  
HUAXIA PUBLISHING HOUSE

## 推荐序

我不懂手工皂，但我懂得“美”，也嗅得到“好的东西”。

娜娜妈的手工皂，除了大家说的“好用”、“天然”，对我而言还多了一种美感存在，或者说一种看得见用心的存在。

喜欢她所坚持使用的天然香气，喜欢她在每块皂里注入的美感，那的确是在其他皂品内看不见的质感，天然的皂香从娜娜妈刚提来的袋子里散发出来，就像体验精油 spa 给人的放松感，从她小小的手工皂里，我也能获得如此纯粹精炼的美好体验。

fion





当化学药剂运用越来越多元，我们不只是饮食要当心，连清洁身体都无法彻底安心。或许你会发现，小朋友罹患湿疹、异位性皮肤炎的概率越来越高，每到换季总是抓个不停，即使看医生求诊用药，也不见得能够获得改善。这就是因为我们每天都让肌肤接触着不天然的清洁用品。

皮肤是活的，它绝对知道我们用了什么！很多来跟我买皂或学打皂的朋友，都是因为皮肤有一些状况，像是痘痘、异位性皮肤炎，他们看了很多医生都没有用，改用手工皂之后情况便获得改善。手工皂真的有这么神奇吗？除了环境污染的影响，我们每天所使用的产品也是造成皮肤过敏的主因，就跟吃药一样，如果你用完手工皂之后，又换回原本的清洁产品，可能还是会出现同样的皮肤问题。

手工皂不全都是最好的，我始终坚持全程不超过 45℃ 的冷制皂做法，因为它可以保存较多植物油的养分，不易因为高温而受到破坏。我不建议在皂中添加皂基，因为这样不但养分较少，清洁力跟保湿度也不如冷制皂，除非是为了效果或皂的变化，才用皂基来增加美感。

自从第一本书出版之后，我收到很多朋友的反馈，很高兴看到愿意尝试自制手工皂的人越来越多。这让我对自己有了更大的期许，就是希望能够为一些饱受皮肤问题困扰的大人或小孩，设计适合他们使用的皂款，也因此有了本书《娜娜妈教你做超滋养天然修护手工皂》的诞生。

看完本书你会发现，这次的配方添加了许多特殊的材料，比方说，将左手香打成泥制成冰块来代替纯水溶碱；使用便利商店唾手可得的食材，如：豆浆、番茄汁；甚至还利用一些外婆流传下来的美容圣品，像丝瓜水、洗米水等等。听起来是不是很有趣呢？现在就跟着娜娜妈一起打皂，享受玩皂的乐趣，让自己、小孩和家人远离化学药剂的侵害吧！

本书作者

娜娜媽



## Part 1

### 改善皮肤诸多问题， 从自制天然手工皂开始。

- 007 1. 制作固体皂之前，你应该先了解的事
- \* 有哪些入皂材料可供选择
  - \* 了解失败原因，是成功打皂必学的功课
- 018 2. 固体皂制作教学
- \* 制皂材料的比例计算
  - \* 打皂工具介绍
  - \* 固体皂打皂教学

## Part 2

### 养成抗菌、清洁好习惯， 跟霉菌、细菌说 Bye-Bye !

- 028 1. 鱼腥草修护皂
- 032 2. 三效抗敏修护皂
- 036 3. 无患子抗菌皂
- \* 茶树抗菌喷雾
- 040 4. 芦荟紫草药皂
- \* 紫草浸泡橄榄油
- 044 5. 粉红蔓越莓去角质皂



## Part 3

### 恼人的湿疹及皮肤炎问题， 保湿、止痒是首要工作。

- 050 1. 佛手柑燕麦皂
- 054 2. 红檀滋养蛋皂
- 058 3. 绿茶柠檬抗敏皂
- \* 蜂蜜绿茶面膜
- 062 4. 酪梨牛奶保湿皂
- \* 酪梨乳油木舒缓膏
- 066 5. 有机葫芦巴甘菊皂

## Part 4

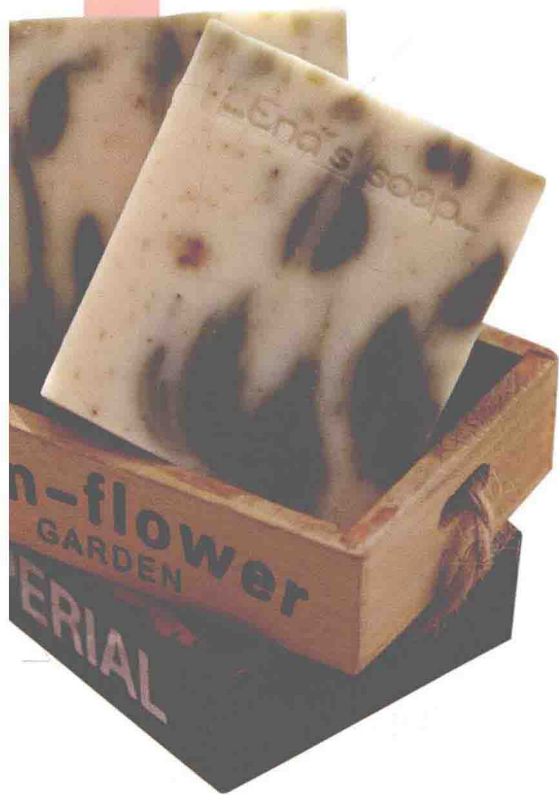
### 婴幼儿皮肤状况多， 特选配方温和、不刺激。

- 072 1. 抹草芙蓉宝贝皂
- \* 防胀气膏
- 076 2. 鸵鸟油滋养皂
- \* 薰衣草宝贝爽身粉
- 080 3. 金盏花抗敏皂
- \* 金盏花润肤乳液
- 084 4. 绿藻甘菊修护皂
- \* 洋甘菊浸泡橄榄油
- 088 5. 左手香苦楝舒缓皂
- \* 苦楝叶抗菌喷雾

## Part 5

### 瓶瓶罐罐怎么擦都没用？ 一皂搞定面子问题！

- 094 1. 甘草桑白皮淡斑皂  
\* 甘草桑白皮美白化妆水
- 098 2. 橄榄番茄焕颜皂  
\* 甘菊保湿护手霜
- 102 3. 金银花抗敏皂
- 106 4. 接骨木豆浆抗痘皂
- 110 5. 清爽丝瓜控油皂  
\* 保湿丝瓜喷雾
- 114 6. 洗米水去角质皂
- 118 7. 没药紫锥花修护皂
- 122 8. 乳香马鞭草活肤皂



## Part 6

### 全方位防护肌肤健康， 液体皂天然又好用！

- 126 自制天然液体皂，取代市售清洁剂
  - \* 液体皂的三大优点
  - \* 制作液体皂之前，你应该先了解的事
- 129 液体皂制作教学
  - \* 制皂材料的比例计算
  - \* 打皂工具介绍
  - \* 液体皂打皂教学
- 138 1. 再生修护洗发皂
  - \* 迷迭香护发妆水
- 142 2. 清爽保湿洗发皂
- 144 3. 山茶花修护洗发皂
- 146 4. 橄榄绿玉手洗衣皂
- 148 5. 洁白抗菌洗衣皂
- 150 6. 茶树抗菌洗碗皂
- 152 7. 柠檬茶树粉洗碗皂

# Part 1

改善皮肤诸多问题，  
从自制天然手工皂开始。



手工皂为什么能够广受大众喜爱？常有人说：“虽然手总是打得很酸，却会越打越上瘾！”除了打皂过程中体验到的乐趣之外，当你看见身边的人喜欢用你做的手工皂，甚至一些皮肤毛病因此获得改善时，打皂就变得没那么辛苦了。

# 制作固体皂之前， 你应该先了解的事

## 有哪些入皂材料可供选择？

### (1) 油脂：

手工皂三大基本材料分别为油脂、氢氧化钠和水，其中油脂占了相当重要的比例。每一种油脂都有其特定的功效以及特性，配方设计的好坏不但会影响手工皂的洗感与功效，也会影响软硬度和起泡度。常有人问我，如果没有配方中的部分油脂，可以用别的油代替吗？答案是可以的，**如果你并非特别需要某种油脂的效果，也可改用手边现有的油脂，或是针对自己的需求来更换。但前提是，INS 值一定要重新计算哦！**

| 油脂种类 | 功效   | 使用方式  |
|------|--|---|
| 椰子油  | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 属于基础用油</li> <li>● 起泡度高</li> <li>● 洗净力强</li> </ul>           | 若用于肌肤时，建议添加量不要超过总油重的20%，否则容易因为洗净力过强，洗后觉得肌肤干涩。天气较冷时，椰子油呈固态，必须先隔水加热再与其他液态油脂混合。          |
| 棕榈油  | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 属于基础用油</li> <li>● 可提升皂的硬度</li> </ul>                        | 通常添加棕榈油是为了让皂变得更扎实，不容易软烂。建议用量在30%以内，否则做出来的皂不容易起泡。天气较冷时，棕榈油呈固态，必须跟其他固态油脂一起加热后，再与液态油脂混合。 |
| 棕榈核油 | <ul style="list-style-type: none"> <li>● Trace 速度快</li> <li>● 起泡度高</li> <li>● 滋润度优</li> </ul>        | 用棕榈核油取代椰子油，做出来的皂会更温和。建议用量为20%~30%，超过的话洗起来还是会干涩哦！                                      |
| 橄榄油  | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 保湿滋润度极佳，可锁住水分</li> <li>● 渗透力强、易吸收</li> </ul>                | 橄榄油因为包覆性很好，如果添加量太高，油性肌肤者用了容易长痘痘，可以改用芥花油代替。  |
| 甜杏仁油 | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 具亲肤性，温和不刺激</li> <li>● 保湿滋润度佳</li> <li>● 可重建、软化肌肤</li> </ul> | 很适合婴幼儿及敏感性肌肤，或肌肤有干燥发痒问题的人。  |



| 油脂种类  | 功效   | 使用方式   |
|-------|--|--|
| 月见草油  | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 可抗菌、提高肌肤抵抗力</li> <li>● 具修护作用，可帮助伤口愈合</li> </ul>   | 含有大量的亚麻酸，可舒缓肌肤不适，适合熟龄或问题肌肤。但是它属于软性油脂，不建议加太多，否则做出来的皂会偏软。                                |
| 芝麻油   | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 抗氧化</li> <li>● 抗炎</li> <li>● 保湿性佳</li> <li>● 可促进肌肤再生</li> <li>● 稳定性高</li> <li>● 促进头发乌黑亮丽</li> </ul> | 不论是对头发或肌肤，芝麻油都能提供不错的效用。如果不喜欢芝麻油的味道，可以用味道较浓郁的精油盖过，或是选择精制过的芝麻油（但是养分会比未精制的少），就没有那么强烈的芝麻味。 |
| 酪梨油   | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 深层清洁</li> <li>● 亲肤性极佳，温和、不刺激</li> <li>● 保湿、强效滋养</li> </ul>  | 可改善皮肤炎与过敏现象，很适合干性或敏感性肌肤。酪梨油有种浓厚的果实味，不喜欢的人可改用精制酪梨油（淡黄色）或是用味道较浓郁的精油盖过。                   |
| 米糠油   | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 保湿滋润度高</li> <li>● 可抑制黑色素生成</li> <li>● 起泡度佳</li> <li>● 洗感清爽</li> </ul>                               | 价格便宜又好用，适合熟龄或干燥肌肤。   |
| 葡萄籽油  | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 保湿度高</li> <li>● 洗感清爽、不油腻，洗后不干涩</li> <li>● 亲肤性极佳，容易吸收</li> </ul>                                     | 适合细嫩、油性或敏感的肌肤。不过葡萄籽油容易酸败，所以不建议加太多，用量最好控制在 20% 以内。                                      |
| 澳洲胡桃油 | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 抗老化</li> <li>● 与人体皮脂接近，易吸收</li> <li>● 保湿效果良好</li> </ul>   | 属于软性油脂，建议用量为 15%~30%，加太多容易使皂偏软。  |
| 小麦胚芽油 | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 保湿度极佳</li> <li>● 可修护受损细胞</li> <li>● 可促进疤痕愈合</li> </ul>  | 属于软性油脂，建议用量在 15% 以内，加太多容易使皂偏软。油品容易氧化，开封后请放入冰箱保存。                                       |
| 可可脂   | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 保湿度极佳</li> </ul>  | 以黄色的未精制可可脂（精制的可可脂是白色的）为佳。可可脂不易溶解，必须跟其他固态油脂先加热，再与液态油脂混合。                                |
| 蓖麻油   | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 具修护作用</li> <li>● 可提高肌肤的水分吸收率</li> </ul>   | 除了能够提供肌肤修护、保湿的效果之外，也常用来制作洗发皂，可产生大量的泡沫。建议用量不超过 20%，否则做出来的皂容易软烂。                         |

| 油脂种类       | 功效   | 使用方式  |
|------------|--|---|
| 榛果油        | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 保湿滋润度佳，具美白效果</li> <li>● 可软化肌肤，促进肌肤再生</li> </ul>                           | 油脂容易氧化，开封后请放入冰箱保存。  |
| 玫瑰果油       | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 可促进胶原蛋白增生，让肌肤汰旧换新</li> <li>● 有助于疤痕愈合</li> </ul>                           | 适合受损肌肤使用。属于软性油脂，因此建议用量不超过 10%，否则做出来的皂容易偏软。  |
| 开心果油       | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 可防晒</li> <li>● 抗老化</li> </ul>   | 尤其是对粗糙肌肤的修复效果非常好。油品开封后，必须放入冰箱中冷藏。   |
| 荷荷芭油       | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 富含维生素、胶原蛋白、矿物质</li> <li>● 渗透性强，易吸收</li> <li>● 洗后清爽不油腻，具修护作用</li> </ul>    | 属于软性油脂，建议用量不超过 10%，否则做出来的皂容易软烂。   |
| 杏仁油        | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 舒缓紧绷、敏感、发炎、干燥等皮肤问题</li> </ul>   | 很适合肤色蜡黄或肌肤干燥、脱皮的人。  |
| 鸵鸟油        | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 滋润度佳</li> <li>● 容易吸收</li> <li>● 具抗炎效果</li> </ul>                          | 即使没有开封，也必须放在冰箱中保存。鸵鸟油有一种动物脂肪的味道，入皂后味道就会变淡，无须担心。                                   |
| 苦楝油        | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 具抗菌、消毒、消炎效果</li> <li>● 可止痒，舒缓异位性皮肤炎、湿疹、干癣</li> <li>● 可延长皂的保存期限</li> </ul> | 香气较特殊，有些人不喜欢，可用味道较浓郁的精油盖过。苦楝油容易产生沉淀，使用前最好先隔水加热回温，并且摇一摇再倒出来。                       |
| 以普利脂       | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 保湿效果持久，可锁住水分</li> <li>● 有助于肌肤健康，保持肌肤弹性</li> </ul>                         | 适合干燥、发痒的肌肤。它属于固态油脂，不易溶解，必须跟其他固态油脂一起加热后，再与液态油脂混合。如果没有以普利脂，可用乳油木果脂替代。               |
| 芒果脂        | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 可提高皂的硬度</li> <li>● 可软化肌肤，具防护效果</li> <li>● 保湿度佳，易吸收</li> </ul>             | 属于固态油脂，必须跟其他固态油脂一起加热后，再与液态油脂混合。   |
| 冷压<br>大麻籽油 | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 渗透性强，易吸收</li> <li>● 保湿度高</li> <li>● 可促使肌肤细胞再生</li> </ul>                  | 以冷压处理的为佳。适合干性、受损的肌肤。  |
| 乳油木<br>果脂  | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 保湿滋润度高</li> <li>● 具修护作用</li> </ul>  | 适合中干性、敏感性肌肤，建议用量在 20% 以内，如果加太多，皂化速度会变得很快，容易还没搅匀就已经过稠。如果是过油腻质，请控制在 5% 以内，取其修护效果就好。 |

## (2) 粉类：

娜娜妈这次在配方中运用了非常多的粉类添加物，除了取其功效之外，也是为了利用粉类能够让皂液变色的特性，达到不用色素就能做出渲染或分层效果的目的（调出的皂液颜色，会依添加量而有细微差异）。

如果要在皂液中添加粉（不要超过总油重的 2%），必须在开始打皂之前，就先把粉与水充分调匀，入皂后才会不会凝固成块。



| 粉类         | 功效                           | 使用方式                                  |
|------------|------------------------------|---------------------------------------|
| 鱼腥草粉       | ●有消炎、杀菌的功效                   | 对体癣、香港脚、异位性皮肤炎患者很好。入皂后，可使皂液变成棕色。      |
| 有机<br>胭脂树粉 | ●可抑制细菌生长<br>●抗氧化效果佳          | 适合痘痘肌、湿疹患者。入皂后，可使皂液变成橘色。              |
| 有机<br>紫锥花粉 | ●可镇静、消炎、舒缓疼痛<br>●可促进皮肤再生     | 特别适合痘痘肌以及毛孔粗大者。入皂后，可使皂液变成墨绿色。         |
| 野生<br>朱草根粉 | ●可镇静、消炎<br>●促使伤口愈合           | 很适合湿疹患者。入皂后，可使皂液变成紫色。如果买不到，也可用紫草根粉代替。 |
| 无患子粉       | ●可产生天然的泡沫，去污力佳<br>●具止痒、抗菌等功效 | 有助于改善体癣、香港脚患者的皮肤症状。入皂后，可使皂液变成浅咖啡色。    |
| 芦荟粉        | ●洗感温和、不刺激<br>●可抗炎、抑制细菌生长     | 有助于改善痘痘及湿疹问题。入皂后，可使皂液变成棕色。            |
| 粉红<br>石泥粉  | ●代谢角质<br>●吸附肌肤多余油脂           | 入皂后，可使皂液变成粉红色。                        |

| 粉类     | 功效   | 使用方式  |
|--------|--|---|
| 燕麦粉    | <ul style="list-style-type: none"> <li>●具止痒效果</li> <li>●代谢角质</li> </ul>                              | 适合皮肤容易发痒的人。可直接购买燕麦粉，或是将燕麦用食物调理器打碎（用在皮肤上的话，最好打细一点）。      |
| 佛手柑粉   | <ul style="list-style-type: none"> <li>●可舒缓肌肤不适</li> </ul>   | 适合湿疹、皮肤发痒的人。粉本身是浅橘色的，入皂后，可使皂液变成淡肤色。                     |
| 红檀粉    | <ul style="list-style-type: none"> <li>●具抗菌、消炎、镇静止痛等功效</li> <li>●有助于改善痤疮、湿疹</li> </ul>               | 适合湿疹、老化或干燥的肌肤。粉本身是橙红色的，入皂后，可使皂液变成红色。                    |
| 绿茶粉    | <ul style="list-style-type: none"> <li>●抗氧化</li> <li>●美白</li> </ul>                                  | 适合肌肤暗沉或干燥者。入皂后，可使皂液变成棕绿色。                               |
| 有机葫芦巴粉 | <ul style="list-style-type: none"> <li>●可舒缓肌肤不适</li> <li>●具滋润、修复的效果</li> </ul>                       | 适合敏感性肌肤、湿疹或有粉刺问题的人。遇水容易变得黏稠，可以等到要开始打皂之前，再和水调匀，否则容易凝固结块。 |
| 抹茶粉    | <ul style="list-style-type: none"> <li>●可舒缓肌肤不适症状</li> <li>●具安神、驱蚊的功效</li> </ul>                     | 很适合小朋友使用。入皂后，可使皂液变成棕色。                                  |
| 芙蓉粉    | <ul style="list-style-type: none"> <li>●常用来制作趋吉避凶的“平安皂”</li> </ul>                                   | 粉本身是咖啡色或深橙色，入皂后，可使皂液变成深咖啡色。                             |
| 绿藻粉    | <ul style="list-style-type: none"> <li>●富含多种氨基酸及微量元素</li> <li>●具保湿滋润的效果</li> <li>●可促进细胞再生</li> </ul> | 适合敏感或干燥的肌肤。入皂后，可使皂液变成绿色。                                |
| 甘草粉    | <ul style="list-style-type: none"> <li>●预防黑色素沉淀</li> <li>●具有不错的杀菌功能</li> <li>●可避免肌肤感染发炎</li> </ul>   | 入皂后，可使皂液变成深黄色。  |
| 桑白皮粉   | <ul style="list-style-type: none"> <li>●具美白、保湿的效果</li> <li>●可软化角质、促进细胞再生与血液循环</li> </ul>             | 入皂后，可使皂液变成深橘色。  |
| 马鞭草粉   | <ul style="list-style-type: none"> <li>●深层清洁毛孔脏污</li> <li>●可促进胶原蛋白合成</li> </ul>                      | 适合毛孔粗大、肌肤容易出油、长粉刺的人。粉本身是偏绿色的，入皂后，可使皂液变成绿色。              |



| 粉类    | 功效   | 使用方式  |
|-------|--|---|
| 接骨木粉  | <ul style="list-style-type: none"> <li>●可减轻皮肤发炎症状</li> <li>●可改善青春痘及疹子</li> </ul>                 | 粉本身是米色的，入皂后，可使皂液变成咖啡色。                            |
| 法国绿细泥 | <ul style="list-style-type: none"> <li>●有助于减缓肌肤老化</li> <li>●可平衡油脂</li> <li>●深层清洁毛孔脏污</li> </ul>  | 适合痘痘肌、毛孔粗大者。入皂后，可使皂液变成绿色。                         |
| 野生繁缕粉 | <ul style="list-style-type: none"> <li>●可促进血液循环</li> <li>●舒缓肌肤瘙痒症状</li> </ul>                    | 适合痘痘肌、敏感性肌肤。入皂后，可使皂液变成绿色。                         |
| 没药    | <ul style="list-style-type: none"> <li>●具修护作用</li> <li>●可收敛、消炎、杀菌</li> <li>●可延长皂的保存期限</li> </ul> | 适合体癣患者或敏感性肌肤。入皂后，可使皂液变成黑色。                        |
| 苦楝叶粉  | <ul style="list-style-type: none"> <li>●代谢角质</li> </ul>  | 入皂后，可使皂液变成棕色。因为是提炼过的，功效没有苦楝油多，主要是去角质，也可以用其他的粉类代替。 |
| 茶树籽粉  | <ul style="list-style-type: none"> <li>●清洁力强</li> <li>●去油力不错</li> </ul>                          | 天然的清洁用品，通常用来做家事皂，而非用于肌肤。                          |

### (3) 花草 & 药草：

一般我们泡花茶用的花草（如：金盏花），或是中药店販售的药草（如：甘草），都可以加水熬煮后，制成冰块代替纯水，做出来的皂会比单纯用水溶碱来得更有效果。

不仅如此，时间充足的话，也可以将干燥花草加上橄榄油，做成花草浸泡油，如：洋甘菊浸泡油、紫草浸泡油，同样会比单纯使用橄榄油的效果更好。新鲜药草类则不建议做成浸泡油。

