

化妆品王国的秘密

〔韩〕具熙夏 李银珠 著 王琳 译



대한민국 화장품의 비밀

商务印书馆国际有限公司



化妆品王国的秘密

대한민국 화장품
의비밀

[韩] 具熙宴 李银珠◎著 王琳◎译

商务印书馆国际有限公司

图书在版编目(CIP)数据

化妆品王国的秘密 / (韩)具熙宴, (韩)李银珠著;
王琳译. —北京:商务印书馆国际有限公司, 2011.3

ISBN 978-7-80103-735-0

I. ①化… II. ①具… ②李… ③王… III. ①化妆品
—基本知识 IV. ①TQ658
中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 007940 号

<The Secret of Cosmetic: Do You Know What Caused the Aging?> by Lee Eun Ju 李银珠 & Ku Hee Yeon 具熙宴

Copyright © 2009 by Lee Eun Ju 李银珠 & Ku Hee Yeon 具熙宴
All rights reserved.

Simplified Chinese Copyright © 200x by GUANGDONG YONGZHENG BOOK
DISTRIBUTION LTD.

Simplified Chinese language edition arranged with KEORUM PUBLISHING CO.
through Eric Yang Agency Inc.

著作权合同登记:01-2011-0532

化妆品王国的秘密

作 者 (韩)具熙宴 李银珠

责任编辑 彭月兰

出版发行 商务印书馆国际有限公司

地 址 北京市东城区史家胡同甲 24 号(100010)

网 址 www.cpi1993.com

经 销 广东永正图书发行有限公司

发行热线 0769-23058817 0769-23058812(传真)

印 刷 东莞新丰印刷有限公司印刷

开 本 880×1230mm 1/32

字 数 66 千字

印 张 6.75 印张

版 次 2011 年 4 月第 1 版 2011 年 4 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-80103-735-0

定 价 29.80 元

版权所有·违者必究

如有印刷质量问题,请与我公司联系调换

前言

选择化妆品看品牌？看成分！

当我们十多岁的时候，就开始憧憬成为一个有气质的淑女。趁着妈妈不在家的时候，时不时地会偷偷爬上妈妈的化妆台，看看这个，摸摸那个。周末如果和朋友有约会的话，会提前抹上美白粉饼和唇膏。回到家以后，虽然只是像往常一样用香皂洗把脸，但脸上也不会冒出青春痘来。

二十岁的时候，终于长大变身为成年人了，开始想成为一个美丽的女性。爱美是女人的天性，终于可以用妈妈的化妆品来扮靓自己。工作以后，手头更宽裕了，可以随心购置自己心仪的化妆品了。看着全球各大女星争奇斗妍，便开始争相购买她们推荐的各种化妆品，家

里化妆台上慢慢地摆放满了形形色色的昂贵化妆品，成百上千甚至上万的都有。

但是，从大学时代起，脸上痒痒的小粉刺开始变得那么难缠，洗完脸之后，皮肤也变得异常干燥。一直简单地认为是化妆品不适合自己的皮肤，然后就不停地去更换新的化妆品。还有去皮肤科咨询完医生之后，去买那些医生推荐的昂贵法国品牌，用完之后，皮肤变得更差了。心情愈发焦躁，人就更加盲目。如果有人说是用洁面皂洗脸不好，那就立刻去买洗面奶认真地洗脸卸妆。要是又有人说用大豆油洗脸很好，就马上去买回大豆油清洁皮肤。

这些都是自己以往的亲身经历，一度被人们各种说法所左右。我想，那些喜欢跟风去买各种口碑品的人，会感同身受吧。那时候的我总是满怀热情，期待着各种新产品在我的脸上瞬间出现神奇效果，期待着灰姑娘能变身为明艳的公主，亲身试验了各种各样的产品，奋斗在“化妆品的战线”上。

话说回来，现在的我已过而立之年，我依旧希望自己永葆青春，然后，我把之前使用的种类繁多的化妆品全部扔掉，将护肤程序精简为化妆水、霜和防晒用品。皮肤状态跟二十多岁的时候相比，更润泽，也没有什么皮肤问题。

做了这么多年的小白鼠，如果说在挑选化妆品的时候有什么心得的话，那就是不再听这个人说什么好就买什么，也不再被电视里各种精美的广告诱惑，而是挑选那些适合自己皮肤的化妆品。此外，选择化妆品的时候最重要的是注意哪些成分是不可以用来化妆的，也绝对不会选择含有这些不安全成分的化妆品。

如火如荼的化妆品市场上，各种新品层出不穷，这里仿佛是一块永不知疲倦的经营战场。化妆品总是越卖越多，往脸上涂的东西也是越来越复杂，化妆水、渗透乳、爽肤水、润肤液、精华乳清、霜等等，一系列的新名词层出不穷。

有些名称不同的化妆品其实只是产品黏稠度有差异罢了，实质成分完全相同。这里诸如美白、去皱、保湿、抗衰老等每一种功能性产品，难道我们都要一一去涂抹吗？

作为消费者，我们迷失在化妆品公司铺天盖地的广告中，固执地认为用得越多皮肤就会越好。在韩国女性中流传着一种代表性的观点，那就是护肤需要按照“化妆水—乳液—精华—霜”这四个基本步骤走，这其实是化妆品公司最具代表性的谎言。

韩国特有的化妆基础四部曲到底是什么？电视直销和家庭购物广告中推销的不仅仅是四部曲，往往向消费

者推荐的都是十多种化妆品的经典套装。说到底，这些都是化妆品公司为了增加产品销量的惯用手段而已。化妆品的研发费用在销售额中占的比例仅仅为 1.8%，而投入的广告宣传费用则要高达 24%，这是一种畸形的比例，当然，高额的广告宣传费也可以看作是为了给消费者洗脑，促使他们购买产品的费用。

皮肤的好坏，70%由先天遗传决定，30%得益于后天的护理。现在我们面对的问题是——女性对化妆品抱有太高的期望。所有的化妆品广告都以近乎魔术的手段让我们的脸变得细嫩光滑，毫无瑕疵，这些煽风点火的广告无疑让消费者充满了美好的期待。

当你使用的化妆品能很快让你的皮肤有惊人的改变，那其实不是化妆品公司宣传的功能性成分效能，仅仅是因为产品里的合成物起了作用。

请记住，立竿见影看到效果的化妆品是不存在的。假设真的有这种情况发生，那就是添加了不安全成分（例如汞、铅等）。

女人都是合成原料的受害者

广大消费者，目前你们手中正在使用的化妆品其实

并不像想象中的那样安全。虽然当今世界科学技术飞速发展，但化妆品公司总是以节约成本及方便大规模生产为前提，常常会添加一些石油化学物质。

就像超市里销售的加工食品都色泽鲜艳，看着就很有食欲，其实都是为了易于保存而加入形形色色的食品添加剂的结果。消费者使用的各种化妆品也都是含有各种化学添加物的，充其量也就是拥有美丽外包装的化学物。石油化学物会致癌，这是相继出炉的环境荷尔蒙研究报告的结果，而对此，化妆品公司采取几乎一致的对外口径“目前为止产品还未出现问题”，或者是“这不能100%证明是化妆品成分的原因”等等来搪塞问题。

援引外国的一些实例，因为环境荷尔蒙的影响导致男婴一出生，生殖器就有问题，而女婴则罹患乳癌，这些都是真实存在的。

更让人担忧的是，目前不健康的生活风潮正影响着越来越多的人。化妆品公司也开始打着“天然化妆品”的旗号大肆做宣传。其实就化妆品公司而言，运用天然原料做化妆品最关键的问题在于对所用原料中含有的不纯净物质的处理以及所有成分的安全性。

如今，化学技术飞速发展，得益于此，它又被巧妙地运用在化妆品的研发过程中。某些成分只要运用化学手段进行合成，成本价格就会降低许多，同时也易于大

批量成规模化的生产。由此，产生的共同问题便是皮肤的残留毒素，因此引发的争论焦点便是诸如 GMO(转基因生物，如大豆等)天然成分和分子结构相同，对人体会造成何种影响和危害，目前还不得而知。

可以把这种情况想象成：人们无意中踩到地雷。化妆品公司方面的态度给我们的感觉是地雷还没有爆炸，当然也有可能根本不会爆炸，而我们所面对的铺天盖地而来的各种研究结果则正在陆续证明地雷即将爆炸。

我告诉你，怎么办！

在笔者看来，科学技术日新月异的发展应该为人类的生存做出贡献。摆在眼前的实际情况却是，各种高端技术在“被更广泛更廉价地应用”于社会生活的各项事业中。不少化妆品含有的成分存在争论，却因为一时没有解决方案以及找不到与成分价格相似的替代品而依旧广泛使用，这些实质性的问题却正在成为危害消费者健康的隐患。

几年前，有一个食品公司的职员将速食食品内添加物的危害性逐一列举。他的这一举动在韩国国内引起极

大反响，曾经一度导致韩国国内的零食、速食品和方便面销量骤减。再进一步来说，如果我们广大的消费者在购买食品的时候会看食品外包装袋上标示的食物全成分配料表，懂得进行安全食品和不安全添加剂的基本判断，那么，我相信会在一定程度上对食品公司进行制约，从而促使其改良配料成分。

公司是以追求盈利为目标的。特别是一些大型企业，如果对销售额影响有限的话，一般是不会去关注成分，也不会轻易进行调整。但是不管是自身原因还是他人原因，食品公司已经在努力进行配料成分改良。同样的，如果我们在购买化妆品的时候也能仔细地进行全成分辨析，学会拒绝含有不安全成分的化妆品，那么我坚信化妆品公司的态度也会有所改变的。

本书揭露了市面上绝大部分化妆品公司的噱头以及化妆品里添加的各类需要注意的化学成分介绍，希望能帮助广大消费者进行简单易行的辨别。同时，笔者我举双手赞同化妆品进行所有成分公开标示（全成分标识制），我想再次大胆地高喊一句“全成分标识制是消费者的生命”！

我曾经在化妆品公司任职，每当有新产品问世的时候竟然不知道里面含有什么成分，仅仅是单纯地去考虑

它的效果如何。学习了很多关于身体保养的知识，却从来没有去想过涂抹在身上的化妆品会给我的身体机能带来什么影响，仅仅是盲目的喜欢形形色色的化妆保养品……每每想到这些，我就很惭愧。现在，我想借此书将我知道的所有关于化妆品的知识都告诉大家，也算是对自己曾经的失误进行一些弥补，求得心灵的安慰。

作为一名学习和研究化妆品的业内人士，我掌握了足够多的知识，现在突然要将自己所了解的知识告诉大家，却发现并不是一件容易的事情。希望这本书里介绍的内容能给那些真正关爱自己皮肤的人带去一些启示，同时也能够成为推动化妆品成分安全改良的一次发展契机。

我恳请得到化妆品公司的谅解，请相信，出版此书的初衷以及书中提及的内容，并不是针对某一特定品牌或某一公司。

愿广大读者在翻阅完这本书之后，明白哪些是有可能致癌的成分，哪些是疑似环境荷尔蒙成分，哪些成分可能导致过敏，今后在购买化妆品时要避免选择会对皮肤产生伤害的合成界面活性剂……这些就是我写这本书的目的所在。同时，也希望化妆品公司

积极研发并生产出成分更加安全的化妆品，满足消费者需求。

最后，感谢父母这么多年来对我的关心与疼爱，并向广大读者朋友致以最衷心的问候与感谢。

具熙宴 / 李银珠

2009 年 3 月

化妆品王国的秘密 대한민국의화장품의비밀

CONTENTS



编者的话 001

选择化妆品看品牌？看成分！
女人都是合成原料的受害者
我告诉你，怎么办！

第1章 part.1

选择化妆品是一种人生态度 / 1

化妆品，不要盲目追赶流行 / 2

流行：从食品到化妆品
成分越新越好？
干细胞化妆品的安全性
化妆品公司的惯用手段
美容达人速成秘籍

知道是药，无知是毒！

——BB霜真实大揭秘 / 12

小心假冒的BB霜
好成分才有好产品
美容达人速成秘籍

全民化妆时代 / 19

过早化妆的副作用
掏空青少年口袋的平价品牌

大部分平价品牌产品都含有刺激性原料
15岁到23岁女孩化妆注意事项
美容达人速成秘籍

化妆品贵，贵在哪？ / 29

化妆品是奢侈品还是廉价品？
价格差距其实是品牌价格
化妆品论坛的真实谎言
没有化妆品专栏作家
美容达人速成秘籍

无人知晓的有效期和安全性 / 40

一般普通化妆品的有效期
安全使用化妆品的方法
婴（幼）儿化妆品就真的安全吗？
化妆品试用装并非免费品
注意化妆品试用装的安全性
美容达人速成秘籍

第2章 part 2

皮肤真正需要什么化妆品 / 53

市场战略的产物， 基础四部曲套装 / 55

化妆品分类，必需弄明白以后再使用
美容达人速成秘籍

功能性化妆品是化妆品公司 的生财之道 / 59

功能性化妆品为谁而制？
美白化妆品的问题
美白化妆品概览
保湿化妆品的三大误区
皮肤保湿的重要性
缩小毛孔的化妆品是不存在的
毛孔护理大揭秘
毛孔护理化妆品
用心洗脸
眼霜使用不宜过多
眼周需要婴儿般的呵护

皮肤老化的最大凶手：紫外线
防晒霜的防晒指数和成分
不可或缺的防晒霜
美容达人速成秘籍

彩妆产品的甜蜜谎言 / 85

彩妆产品里添加功能性成分
必须警惕色素问题
唇膏和唇彩能“被吃掉”吗？
我们该怎么办？
美容达人速成秘籍

注意身体护理品的安全 / 92

浪漫泡泡浴的真相
身体护理品微毒
家用去角质产品
如何正确使用家用去角质产品
慎重选择皮肤科磨皮
美容达人速成秘籍

化妆品王国的秘密

대한민국화장품의비밀

CONTENTS

目录

第3章

part 3

化妆品成分的公开秘密 / 103

化妆品里添加哪些原料 / 104

化妆品的九大基础原料

洗面奶和厨房洗涤剂：外表稍微不同的双胞胎

合成界面活性剂：阿拉丁的神灯

化妆水是蓝色还是粉色？

化妆品里防腐剂的作用

莫让对羟基苯甲酸酯（防腐剂）正当化
防腐剂不可避免

美容达人速成秘籍

化妆品是毒 / 118

相克的成分及产品

叠加使用会很好的成分及产品

牢记必须要避开的20大成分

可能致癌的成分

疑似环境荷尔蒙成分

可能导致过敏的成分

美容达人速成秘籍

全成分标识制遏制滥用 / 130

需要全成分标识制的原因

全成分标识制筹备分：F

不遵守也没处罚

第4章

part 4

天然有机化妆品及家用自制化妆品的弊端 / 137

希望接触真正的天然有机化妆品 / 138

“自然主义”风潮的一部分

特定品牌安全有效的认识误区

食品药品监管机构都不知道的天然有机化妆品标准

真正的天然有机化妆品到底是什么

发达国家的天然有机化妆品标准

美容达人速成秘籍

天然有机化妆品的几大认知误区 / 148

天然有机化妆品没有副作用?

更易被细菌、霉菌污染的天然有机化妆品

欧盟有机认证 (Ecocert) 风靡的真正原因

欧盟的Cosmos认证标准

天然原料如果不是有机的则没有任何意义

芳香精油也有假

美容达人速成秘籍

家用自制化妆品不是解决问题之道 / 163

化妆品需要专业人士来研制

美容达人速成秘籍

第5章

给您的化妆包瘦身 / 167

涂抹量要适度 / 168

补水产品的甜蜜陷阱

我是化妆品业界的衣食父母

一天36次，全身在吸毒

找到属于你自己的“唯一”

美容达人速成秘籍

找到适合自己皮肤成分的方法 / 178

皮肤其实并不单纯

从AK医学找答案

美容达人速成秘籍

制作无毒手工皂 / 184

把甘油还给我们

制作家用手工皂的多种方法

冷制法制作手工皂

开始制作手工皂

美容达人速成秘籍



选择化妆品

是一种人生态度

化妆品，不要盲目追赶流行
知道是药，无知是毒！——BB霜真实大揭秘
全民化妆时代
化妆品贵，贵在哪？
无人知晓的有效期和安全性