



现代 美容 2大容

500^个 为什么

Xiandai Meirong
500 Ge Weishenme

总策划

陈其福

主 编

陈其福 余自力

孙沐燕 董彩燕

上海三联书店



现代 美容

500个为什么

总策划

陈其福

主 编

陈其福

余自力

孙沐燕

董彩燕

上海三联书店

图书在版编目(CIP)数据

现代美容 500 个为什么/陈其福编. —上海:上海
三联书店, 2005. 6

ISBN 7-5426-2054-1

I. 现... II. 陈... III. 美容—问答
IV. TS974.1-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 020080 号

现代美容 500 个为什么

总 策 划/陈其福

主 编/陈其福 余自力 孙沐燕 董彩燕

特邀编辑/卜英胜

责任编辑/徐如麒

装帧设计/鲁继德

责任制作/朱美娜

责任校对/朱倩倩

出版发行/上海三联书店

(200031) 中国上海市乌鲁木齐南路 396 弄 10 号

<http://www.sanlian.com>

E-mail: shsanlian@yahoo.com.cn

印 刷/昆山市亭林印刷有限责任公司

版 次/2005 年 6 月第 1 版

印 次/2005 年 6 月第 1 次印刷

开 本/640×935 1/16

字 数/340 千字

插 页/2

印 张/24.75

ISBN7-5426-2054-1

G·710 定价 38.00 元



余自力

高级中医师，广州香利企业董事长，著名美容企业家、美容教育专家。17岁参军入伍，后被保送广州中医药大学深造。中国改革开放之后，她第一批投身于中国新兴的美容化妆品研究事业，并出版美容教育的专著，被评为“2004影响中国美容经济30人”之一，其创立的“玛萨”品牌被评为“2004影响中国美容经济20大品牌”之一，是国内公认的中国美容界的代表人物之一。现兼任德国慕尼黑生命科学研究中心客座教授、英国伦敦MASA护肤研究中心教授。



陈其福

曾先后在数家报刊、杂志出任负责人，长期从事医学科普文章的创作。先后发表了数百万字的作品。其撰写的《中国第一个变性人秦蕙英》发表后，引起轰动，国内外有80余家报刊、杂志纷纷转载。其结集出版的《旋磁减肥》、《“性”趣横生》等专著文笔生动、趣味横生，有着很大的读者群。近年来，其将创作的角度延伸到了美容领域，创作了大量的美容科普作品，荣获中国美容文化杰出贡献奖等荣誉。现担任中华全国工商联美容化妆品业商会副秘书长、中国国际美容化妆品品牌联盟副主席。



孙沐燕

北京邦定美容保健科技有限公司总经理，并担任中国美发美容协会常务理事、中国香精香料化妆品工业协会美容专业委员会副主任、中华全国工商联美容化妆品业商会常务理事等职务。

孙沐燕曾荣获“全国杰出企业家”荣誉称号，并荣获“健康美容杯杰出企业家”奖；曾入选“20世纪末影响中国美容美发业30人”名人录；2004年被中国经济新闻评为“中国当代经济实践一百大家”；被评为“2004中国美容化妆品功勋企业家”；当选为第三届“中国国际美容时尚周”主席团副主席。2004年12月被中国妇女报社和中国十大经济女性年度人物评选活动组委会评为“2004年中国经济女性杰出贡献人物”。



董彩燕

上海奥丽维娅美容有限公司董事长，中国美容化妆品业界的后起之秀，曾先后成功地代理了数个国外著名化妆品牌在国内的销售，并获得成功，现已成为一家集美容化妆品科研、开发、生产和销售为一体的企业掌门人，被评为“2004年首届中国美容化妆品十大美容院总经理”。其常年致力于美容文化的传播和美容知识的普及，在上海新民晚报等媒体上开设了美容专家信箱，深入浅出地解答读者有关美容方面的问题，赢得了读者的交口称赞。现担任中华全国工商联美容化妆品业商会常务理事、中国主流美容杂志专家委员会委员。

《现代美容 500 个为什么》编委会

总 策 划：陈其福

总 顾 问：马 娅

顾 问：毕大容 谢晓薇

主 编：陈其福 余自力 孙沐燕 董彩燕

副 主 编：黄 河 彭 薇 赵振宇(中国香港)

贾 蕾 刘晓意 陈 敏(德国)

编 委：周立东 姚 利 续云松 徐 黎

汪朝存 卜英胜 常惠英 薛 慧

周媛媛 吴春风 鲁 兵 谢晓薇

谢永年 李健人 姚莺音 洪爱玲

薛明星 胡贻平 汤春芳 张 英

沈如云 曹 琼 黄圆圆 许协同(中国台湾)

英文翻译：陈 颖

专职模特：TESTA ALESSANDRA(意大利)

封面摄影：俞 言

序

中国的美容化妆品行业经过改革开放以来 20 年辉煌的历程，终于修炼成为在中国经济中跃居前列的明星产业，成为继房地产业、汽车业、电子通信业、旅游业之后的第五大消费热点。目前，中国美容化妆品工业产值已达到 750 亿元，美容服务收入达到了 1680 亿元，美容从业人员多达 1200 万人。美容经济的崛起，铭刻了我国的美容业从小到大、从弱到强、从混乱到规范、从粗糙到精致的不平凡的历程。

随着传统医学、药学及分子生物学、基因工程等尖端技术的介入，美容化妆品业正逐渐发展成为融多学科成果的高科技产业，使中国传统美容已从单纯的护肤阶段走到了生物美容、基因美容的阶段。

美容化妆品行业技术含量的提高，迫使美容行业的整体水平必须提升。加之目前每年有大量的新人进入这个行业，提高美容行业的整体素质已成为当前刻不容缓的事情。为了能让业内外人士更多地掌握美容业中的新的资讯，尽快地适应行业飞速发展的需要，中国化妆品业界的一些杰出精英群策群力，全力编撰出版了这本化妆品业有史以来信息量最大、新技术介绍最齐、内容最多的美容科普读物。这本书的出版，是美容化妆品行业中的医学专家、化妆品专家、美容教育专家共同努力的结晶。

本书在编写过程中，为了做到全面、正确、科学，曾参考了大量的中外美容经典，力求文笔生动、深入浅出、通俗易懂，特别适合初中文化水平以上的就业人员阅读，同时也可以作为美容培训学校的辅助教材，并可成为爱美女性的美容顾问。

美容不仅是一项产业,美容同样是文化。我们欢迎业内更多的专家拿起笔,写出更多更好的美容书籍,为打造中国的美容文化作出努力。

中华全国工商联美容化妆品商会副会长
广东省美容美发协会会长

A stylized, handwritten signature in black ink, likely belonging to the official mentioned in the text.

前言

在中国,美容化妆品行业是个新兴的产业,经过改革开放以来20多年的发展,现在已成为中国经济新的增长点,并形成了达1200万人的就业规模。

然而,美容化妆品行业从业人员的文化水平和技术素质却参差不齐,其中既有教授级的专家、工程师和医护人员,又有刚从初中毕业的学生。那些刚刚走出大山、来自边远农村的人员和城市的刚刚放下书包的学生,仅仅作些短期的美容技能培训,就匆匆地加入这个行业。她们渴望获得专业的美容知识,然而太专太深的专业书籍对于她们来说好像是“天书”。因此,如果有一套美容护肤及减肥美体的科普读物,则对于她们来说无疑是雪中送炭。

此外,中国是一个拥有美容化妆品消费最大群体的国度,如果能在消费者中普及美容护肤和减肥美体的知识,培育他们理性的消费观念,引导他们科学地使用美容化妆品,那么,有一套文字生动活泼、阐述深入浅出美容科普读物,这无疑也是锦上添花。

我们翻遍了目前国内外美容护肤方面的书籍,却始终未能如愿。于是,我们决定挑起这副担子,编撰这套大家期待的美容科普读物。我们集中了国内有名望的医学教授、化妆品制造权威、美容教育专家及医学科普作家,历时半年,成功地出版了这本《现代美容500个为什么》,用一问一答的形式,通俗易懂地回答了美容护肤中的一些问题。全书融科学性、知识性、趣味性和实用性为一体,特别适合美容从业人员、化妆品生产从业人员及广大消费者阅读,并可作为美容学校的辅助教材。

陈其福

2005年2月5日于德国法兰克福



目 录

一、皮肤功能篇

1. 为什么说皮肤是人体中最大的器官	3
2. 为什么说皮肤是功能最多的器官	3
3. 为什么说皮肤是人的年龄“显示器”	4
4. 为什么说皮脂腺是皮肤的油库	5
5. 为什么人体拥有一层奇妙的隔热保护层	6
6. 为什么皮肤好比一件天然的皮装	6
7. 为什么基底膜被称为皮肤的第二道防线	7
8. 为什么说皮肤是人体的第二肾脏	8
9. 为什么郎格罕细胞具有预警作用	8
10. 为什么黑色素细胞是皮肤的保护伞	9
11. 为什么基底细胞是皮肤的生命之源	10
12. 为什么要保护好皮肤上的皮脂膜	10
13. 为什么将皮肤角质层称为人体的边防部队	11
14. 为什么皮肤更像一台精密的空调器	12
15. 为什么将皮肤比作是座化工厂	12
16. 为什么神秘的基质能凝聚皮肤所需的水分	13
17. 为什么皮肤也有自己的生物钟	14
18. 为什么皮肤也会疲劳	15
19. 为什么皮肤也需要休息	16
20. 为什么皮肤也能呼吸	16
21. 为什么体外物质很难进入皮肤表层	17
22. 为什么皮肤会出现下垂现象	17



23. 为什么人的皮肤对颜色会有反应 18
24. 为什么健康皮肤一定要保持酸碱度平衡 19
25. 为什么要打造皮肤的弱酸状态 19
26. 为什么酸碱度会直接影响皮肤的质量 20
27. 为什么人一过 50 岁皮肤细胞不再有修复能力 20
28. 为什么皮肤是所有人体器官中最容易老化的 21
29. 为什么肝脏与皮肤健康关系密切 22
30. 为什么肾脏与皮肤的关系不亚于肝脏 22
31. 为什么皮肤的健康离不开胃肠功能的正常 23
32. 为什么角质层的间脂质凝结太强也不好 24
33. 为什么晚上要让皮肤透口气 24
34. 为什么骨胶原有好坏之分 25
35. 为什么色素痣也源自于黑色素细胞 26
36. 为什么说黑色素的产生是一系列化学反应的结果 27
37. 为什么黑色素并非一无是处 27
38. 为什么黑色素源自黑色素母细胞 28
39. 为什么水分很难从角质层中流失 29
40. 为什么不能小视角质层 29
41. 为什么皮肤的衰老有一个渐进的过程 30
42. 为什么淋巴能排出体内毒素 31
43. 为什么黑色素是不会自行消失的 32
44. 为什么说雌性激素主宰女人一生 32
45. 为什么角质脱落得太慢太快都不好 33
46. 为什么亚洲人皮肤防晒能力优于白种人 34
47. 为什么健康的皮肤一般都比较滋润 35
48. 为什么油性皮肤不会一辈子油下去 35
49. 为什么女性在经期皮肤处于低潮期 36
50. 为什么女性皮肤每七年变换一次生理周期 36
51. 为什么女性的皮肤存在着过渡期 37
52. 为什么说皮肤一旦出血就表示已伤及了真皮 38



53. 为什么说氧气、水、营养是皮肤细胞生存的三大要素 39
54. 为什么药物和光线会影响皮肤的颜色 39

二、问题皮肤篇

55. 为什么吸烟会伤害皮肤 43
56. 为什么长时间着妆有损皮肤 43
57. 为什么没有规律的生活会影响皮肤健康 44
58. 为什么便秘会影响人的容颜 45
59. 为什么老年人皮肤容易敏感 46
60. 为什么人的脸皮“越来越厚” 46
61. 为什么毛孔粗大基本上是为人为造成的 47
62. 为什么女性到了更年期皮肤问题多多 48
63. 为什么蒸气蒸面过频反而会造成皮肤干燥 49
64. 为什么过度日晒会使皮肤老化 49
65. 为什么不要紧锁双眉 50
66. 为什么粉刺不要随意挤压 51
67. 为什么人过中年皮肤就开始萎缩 52
68. 为什么脸部皮肤不能过度遭风吹 52
69. 为什么空调会对皮肤造成那么大的伤害 53
70. 为什么汗水是皮肤健康的大敌 53
71. 为什么眼皮会出现浮肿 54
72. 为什么秋冬季节皮肤容易出现问題 55
73. 为什么黄褐斑不仅仅是日晒造成的 55
74. 为什么有的人脸颊皮肤容易发红 56
75. 为什么嘴唇容易干裂 57
76. 为什么疤痕会有刺痒感 57
77. 为什么经常浓妆艳抹有损于皮肤健康 58
78. 为什么皮肤会越洗越黑 59
79. 为什么“谈脂色变”要不得 59



80. 为什么洗肠美容不可取 60
81. 为什么说“卵巢保养能使皮肤美容”是无稽之谈 61
82. 为什么皮肤敏感和皮肤过敏不是一回事 61
83. 为什么要注意化妆品的微生物侵入 62
84. 为什么要防止肥皂对皮肤的伤害 63
85. 为什么汗水不能久留在皮肤上 63
86. 为什么吃盐过多有损于容貌 64
87. 为什么含酒精的化妆品会使皮肤干燥 65
88. 为什么类固醇药膏不能长久使用 65
89. 为什么先天性过敏皮肤易得湿疹 66
90. 为什么湿疹并不全是化妆品造成的 67
91. 为什么做日光浴时要小心灼伤皮肤 67
92. 为什么紫外线对皮肤的伤害不仅仅是在夏天 68
93. 为什么青春痘应该早发现早治疗 69
94. 为什么长青春痘时应严格避免使用面膜 70
95. 为什么青春期容易长青春痘 70
96. 为什么长青春痘期间不要过多洗脸 71
97. 为什么说青春痘大都是由化妆品引起的 71
98. 为什么成年女性也会长粉刺 72
99. 为什么脂溢性皮炎与使用化妆品无关 73
100. 为什么使用劣质化妆品会引发黑变病 73
101. 为什么药性化妆品都有一定的副作用 74
102. 为什么女性年过 25 岁要尽量少晒太阳 75
103. 为什么暗疮护理不当会成麻脸 75
104. 为什么微细血管破裂的皮肤要避免刺激 76
105. 为什么皮肤出现小斑疹后要停用化妆品 77
106. 为什么孕妇应慎用美容化妆品 77
107. 为什么少女皮肤不宜多施加压力 78
108. 为什么光敏物质会引起日光性皮炎 79
109. 为什么说单纯糠疹是不速之客 79



110. 为什么扁平疣是可以治愈的	80
111. 为什么要重视螨虫对皮肤的侵害	81
112. 为什么要重视劣质化妆品对皮肤的伤害	82
113. 为什么糙皮病是烟酸缺乏所致	82
114. 为什么酒糟鼻最怕受刺激	83
115. 为什么毛孔收缩后过不多久又反弹了	84
116. 为什么不要小视皮炎	84
117. 为什么治疗黄瘤病首先要降血脂	85
118. 为什么说自由基是氧化的产物	85
119. 为什么会将红斑误作毛细血管扩张	86
120. 为什么汗多的人容易得花斑癣	87
121. 为什么病毒也会引起皮肤病	88
122. 为什么皮肤要经常进行排毒	88
123. 为什么湿疹患者大都具有过敏性体质	89
124. 为什么敏感性皮肤大部分是后天造成的	90
125. 为什么黑头粉刺和白头粉刺产生的原因不尽相同	91
126. 为什么要区别真假青春痘	91
127. 为什么女性排卵期容易长暗疮	92
128. 为什么肝斑并不是由肝病引起的	93
129. 为什么雄性激素是青春痘的主要成因	93
130. 为什么皮肤过敏引起高度重视	94
131. 为什么满脸油花光靠洗脸是很难改善的	95
132. 为什么脸上会出现黑头	95
133. 为什么洗完澡后要给皮肤及时补水	96
134. 为什么化妆品引发的皮炎不仅仅是接触性皮炎	96
135. 为什么使用化妆品会出现过敏反应	97
136. 为什么用香水会出现不良反应	98
137. 为什么 30 岁之后的青春痘主要是角质增厚引起的	99
138. 为什么激素化妆品会使人患上激素依赖症	100
139. 为什么黑色素的产生不仅仅是紫外线的原因	100



- 140. 为什么黑色素细胞会产生黑色素 101
- 141. 为什么说皮肤衰老是氧化的结果 101
- 142. 为什么说皮肤黝黑是死亡细胞堆积造成的 102
- 143. 为什么紫外线会使皮肤加速老化 103
- 144. 为什么有些皮肤病是由药物引起的 103
- 145. 为什么雌性激素会引发黄褐斑 104
- 146. 为什么说老年斑就是氧化物引起的 104
- 147. 为什么说硫辛酸是皮肤细胞的贴身卫士 105
- 148. 为什么说不良的生活习惯是皮肤健康的“隐形杀手” 106
- 149. 为什么抑郁症会影响人的容貌 107
- 150. 为什么雀斑的遗传可能性比较大 107
- 151. 为什么说人的免疫力过强过弱都不好 108
- 152. 为什么将电脑列为美容“杀手” 109
- 153. 为什么白癜风患者要避免服用维生素 C 109
- 154. 为什么缺水会导致皮肤老化 110
- 155. 为什么刺激性食物会加速皮肤粗糙 110
- 156. 为什么化妆品使用不当也会导致肌肤老化 111
- 157. 为什么油分过多也会引起肌肤老化 112
- 158. 为什么内分泌紊乱也会使皮肤产生皱纹 113
- 159. 为什么皱纹是女性生理年龄的标志 113
- 160. 为什么皮肤老化容易引起皱纹 114
- 161. 为什么皮肤干燥更容易出现皱纹 114
- 162. 为什么女性的皮肤比较容易衰老 115
- 163. 为什么桑拿浴只会加剧皮肤干燥 116
- 164. 为什么人的情绪欠佳会影响皮肤健康 116
- 165. 为什么内分泌会影响肌肤的美容 117
- 166. 为什么皮肤老化是有先兆的 118
- 167. 为什么要防止化妆品的化学污染 118
- 168. 为什么立竿见影的美容品要慎用 119
- 169. 为什么 UVA 对皮肤有极大的杀伤力 120



170. 为什么 UVB 会引起人的皮肤灼伤	120
171. 为什么说紫外线是无孔不入的	121
172. 为什么香水和口红使用不当也会引发雀斑	122
173. 为什么说自由基是皮肤衰老的元凶	122
174. 为什么面部表情过于丰富也会导致皱纹出现	123
175. 为什么皮肤变黑也有疾病的原因	124
176. 为什么毛孔粗大是很难缩小的	125
177. 为什么紫外线的伤害是累积性的	126
178. 为什么化妆品也会给唇部带来不良反应	126
179. 为什么说面部皮肤微生态失衡是黄褐斑的主要病因	127
180. 为什么毛细血管的健康与皮肤息息相关	128
181. 为什么要重视面部皮肤发红的问题	129
182. 为什么微血管循环不好会导致皮肤缺水	129
183. 为什么说自由基是一个家属	130
184. 为什么色素痣有可能发生癌变	131
185. 为什么有的油性皮肤会有“外油内干”现象	132
186. 为什么微量元素并非全对皮肤有益	133
187. 为什么做皮肤美容要防汞中毒	133
188. 为什么青春痘治愈了却出现了凹洞	134
189. 为什么青春痘去除了会留下“痘斑”	135
190. 为什么青春痘后会出现“蟹足肿”	135
191. 为什么色素斑在脸上的分布与疾病有关	136
192. 为什么男性的脸上也会长黄褐斑	137
193. 为什么女性也会分泌雄性激素	137
194. 为什么副肾激素分泌不足会影响皮肤健康	138

三、护肤养颜篇

195. 为什么天生丽质的人更易衰老	143
196. 为什么女性的皮肤 20 岁时最佳	143



197. 为什么女性的皮肤会因季节变化而变化·····	144
198. 为什么中性皮肤也要经常保养·····	145
199. 为什么干性皮肤容易过敏·····	145
200. 为什么油性皮肤容易长痤疮·····	146
201. 为什么混合性皮肤要分区域保养·····	147
202. 为什么老年妇女不要过分清洁皮肤·····	147
203. 为什么要经常鉴别自己皮肤的性质·····	148
204. 为什么睡眠好才能皮肤好·····	149
205. 为什么运动不会引起皮肤老化·····	150
206. 为什么皮肤保养最好随着生物钟走·····	151
207. 为什么清洁皮肤是美容的基础·····	152
208. 为什么洗脸最好不用自来水·····	153
209. 为什么选用护肤品应注意季节变化·····	153
210. 为什么按摩能减缓皮肤衰老·····	154
211. 为什么深层洁肤是最好的皮肤护理方法·····	155
212. 为什么不要过度去除皮肤上的油脂·····	156
213. 为什么磨砂洗脸并不适合东方人·····	156
214. 为什么护肤时男女应有所区别·····	157
215. 为什么洗脸时水温不能太高·····	157
216. 为什么洗脸后即用美容品弊多利少·····	158
217. 为什么干性皮肤切忌用肥皂洗脸·····	158
218. 为什么冷热水交替敷法能减缓颈肤松弛·····	159
219. 为什么说健康皮肤要从洗脸开始·····	160
220. 为什么软膜和硬膜应有区别地使用·····	160
221. 为什么颈和脸的护理应同步进行·····	161
222. 为什么看完电视之后一定要洗脸·····	162
223. 为什么夏日皮肤美白要以预防为主·····	162
224. 为什么一年四季天天应该防晒·····	163
225. 为什么皮肤晒伤后应该紧急处理·····	164
226. 为什么在选用祛斑美容产品前一定要了解其成分·····	165