

護膚化妝品 須細閱標籤

坊間的護膚品琳瑯滿目，市民可怎樣選擇？除了產品的功效外，別忘記檢視它的標籤，看看當中的主要成份會否會刺激皮膚或可引致過敏，造成得不償失的結果。

一般市面上售賣的護膚及化妝品，甚少會對皮膚造成傷害，相反，因個別市民對產品中的化學成份反應不一，如塗上不適合的護膚品後，便會有皮膚敏感的反應。較為常見而容易導致皮膚敏感的水護膚成份有FORMALDEHYDE, PARABENS 和QUATERNIUM-15，含香料成份較高的護膚品亦會容易刺激皮膚，令皮膚發紅、痕癢等敏感現象。除此之外，有些美白護膚品會加入水銀成份，增加其漂白的作用，可是，水銀亦是化妝及護膚品中最常見的毒素，吸收了水銀後，使用者便會有中毒的反應，數年前，便有一名外籍傭工使用了含有水銀成份的護膚品，最後導致腎衰竭。若不幸地在使用化妝及護膚品後有不適的情況時，可在求診時出示有關的產品，有助醫生確診，所以，成份標籤是對消費者的確是一個保障。

哪些產品較安全？

在標籤上列明「低過敏」HYPO ALLERGY。即是代表了這些產品曾經在敏感度高的皮膚下進行免疫敏感測試（如患有酒糟鼻、濕疹的病人），測試期間並沒有引起過敏的反應。然而，因個別皮膚性質不同，測試後的結果只能作參考，並不能完全保證此產品不會對你的皮膚產生敏感。

最後，在選擇護膚品時亦必須因應個人情況，如屬於油性皮膚的人士，由於他們的油脂分泌過剩，會較容易長出暗瘡，在選購時可購買液體狀的護膚品如GEL或LOTION，而他們對果酸及水楊酸的接受能力較高；屬於乾性皮膚的你會比較容易引發皮炎，而果酸及水楊酸會刺激你的皮膚，所以不適合使用，乾性皮膚者可選擇以保濕成份為主的CREAM狀保濕霜。除此之外，市民可從日常食物和外用護膚品中吸收抗氧化成份，如維他命C、E、B12、維他命A衍生物、大豆、及綠茶精華等。