

## 面膜、瘦身霜噱頭五花八門，暗藏危機～

[ 發表醫師 ] :王國憲 醫師(皮膚科)

[ 發布日期 ] :2004/9/2

坊間充斥各種形式的面膜，燃燒脂肪瘦身霜等等，儼然成爲全民運動，然而並非每一個人均適用，有的不但無效，還會造成過敏，弄巧成拙。

近來陸續看見幾位敷面膜或瘦身霜導致皮膚產生不良反應的案例。有人敷一整夜起床發現臉上紅紅一塊塊；有人敷完燃燒脂肪霜，眼皮紅腫；有人敷了蜂膠面膜造成過敏反應，有人使用美白面膜結果造成身體多處有色素脫落的白點，更有人相信日本進口面膜應該沒問題，結果使用後帶著哭喪著的腫臉來求醫。

基本上各種面膜材質、敷料均不同，對不同敷質的人，適用的面膜相差很大。材質有布面膜、泥狀面膜、水膠狀面膜、乳霜狀面膜等。目的亦不同，有以保濕爲主，有以美白除皺爲主，有以清潔控油爲主、有的以舒緩鎮定爲主。理論上面膜因爲有較好的密封性，對藥物或保養品的吸收有促進效果，但過度使用或使用不當面膜，就會產生不良反應。例如面膜不要敷超過三十分鐘，否則容易使皮膚水分蒸發，過於乾燥，以及產生刺激性濕疹。成分來路不明的面膜也要小心，別人用得滿意的面膜，不一定適用

在你身上。痘痘膚質的人敷保濕面膜可能使痘痘惡化，乾性膚質的人敷泥狀面膜可能導

致乾燥、刺激；燃燒脂肪霜不但效果存疑，更可能產生過敏反應。天然的、植物性的成分不表示不會過敏，例如檸檬，蜂膠都會產生過敏。中藥比較溫和？事實並非如此，中藥面膜過敏者仍時有所聞。另外，有的過敏原是源自面膜其中添加的防腐劑或溶劑，不是成分本身造成過敏。

曾經有過敏體質者，例如患有蕁麻疹，異位性皮膚炎或氣喘者，或曾經有藥物或食物過敏者，使用面膜要更加小心，這類病人使用面膜造成過敏的機率比較高，一定要先在耳後作小範圍測試，兩天候不會出現紅腫反應，才可以用在臉上。還有，不必過度相信面膜及燃燒脂肪霜的效用，面膜效果除保濕外，其他均有限，要靠敷面膜達到快速美白只是緣木求魚，所謂燃燒脂肪的瘦身霜更是令人存疑。

**!!健康文章內文主要提供民眾降低對疾病因不了解產生之不安和恐懼，但不可取代實際的醫療行為，所以身體如有不適請您前往醫院就醫治療。**