

“灌肤”号称能清除毛孔污垢、延缓衰老
深度清洁≠抗衰,好皮肤不是“灌”出来的

皮肤清洁

更多精彩内容
请登录本报新媒体平台
或拨打热线互动 爆料
0551 65179666



“灌肤”号称能清除毛孔污垢、延缓衰老 深度清洁≠抗衰 好皮肤不是“灌”出来的

不会起到清洁毛孔油脂、污垢的作用

最近,一种名为“灌肤”的皮肤深层排毒、清洁项目在国内一些平台火了起来。不少美妆达人疯狂“安利”这种方法,声称这是一种可以在家中自己做的低成本深度护理,能够疏通毛孔、清除毛孔中的脏东西,利于精华吸收,进而起到延缓皮肤衰老的作用。

对此,天津市中医药研究院附属医院皮肤科副主任医师吴玲玲表示,“灌肤”更像是做面膜,操作过于频繁或者手法过于暴力,会破坏皮肤表皮屏障功能,大家不要盲目跟风。

网传的“灌肤”教程,首先是清洁皮肤,然后把乳液或者精华厚厚地涂在脸上,再敷上一张不透气的薄膜或者面膜;待10分钟后去掉面膜,用一些比较狂野的方式,比如拍打、按压等方式“逼迫”皮肤更好地吸收乳液或精华;最后用刮痧板或是汤匙在脸上轻刮,这样就可以刮出皮肤内的污垢。

“这种‘灌肤’护理有点像我们临床上的‘封包’疗法。‘封包’疗法通常是在治疗区域,用不透气的薄膜覆盖在软膏或霜剂上面,最大限度加强药物的渗透性,增强药效,以达到治疗疾病的目的。”吴玲玲介绍,这样可以起到软化皮肤的效果,更好地促进皮肤吸收药膏中的有效成分。

人体的皮肤结构非常密实,任何大分子的物质都很难进入,外用护肤品的主要作用是为了形成保护膜。“‘灌肤’通过把乳液和精华厚涂在脸上,可以起到软化皮肤的作用。这种操作最多是帮助皮肤加快吸收乳液、精华中的滋养成分,并不会起到清洁毛孔中深层油脂、污垢的作用。”吴玲玲说。

网络上之所以很多人对这种“神仙”疗法深信不疑,离不开一众粉丝狂秀多次“灌肤”后刮下来的污垢图。记者在某社交平台上看到,某博主“晒”出的对比图显示,随着“灌肤”次数的增加,刮出的污垢颜色逐渐变浅,博主称这是因为污垢慢慢被刮出来的缘故,图片还配有“刮出来的脏东西颜色偏黄,说明你毛孔里含的油脂过多;如果颜色偏黑,说明老角质未被及时清理”的文字说明。

那么,通过“灌肤”刮下来的污垢究竟是什么?

“大多数所谓的污垢,可能是乳液、精华液外敷超过一定时间后,因混合氧化而变黑的膏体。”吴玲玲介绍,除此之外,日常使用的面霜、乳液等都具有脂溶性成分,可以起到卸妆的作用。如果脸部清洁不到位,通过“灌肤”可能会卸掉脸上残留的化妆品等物质,因此这些黑色污垢也有可能是没卸干净的化妆品。

吴玲玲补充说:“我们的皮肤并不会累积毒素,更无需排毒。进入血液循环的有害化学物质,绝大部分都会通过人体的肝肾器官被代谢出体外,仅有极少量会通过汗液排出。”

“暴力”操作或会破坏皮肤保护屏障

然而,一些网友在跟风“灌肤”后,皮肤出现了红血丝、敏感等问题。为何“灌肤”后会出现这种情况?

“从‘灌肤’的操作过程来看,很多操作步骤可能会对皮肤造成损伤。”吴玲玲进一步解释,比如在脸上涂上厚厚的乳液进行“封包”,本身涂抹大量的乳液没有实际意义,而且这样容易破坏皮肤自身的保湿机制、导致过度水合,还会造成皮肤屏障功能受损,引起皮肤敏感等问题。适度保湿就可以保证皮肤的弹性,而过度水合反而会降低皮肤角质细胞抵御外界环境影响的能力。

人体皮脂腺分泌油脂,就是为了保护皮肤,然后让皮肤形成一层天然的保护膜,以此来抵御外界的侵袭。而位于皮

肤最外部的角质层非常薄,用刮痧板或其他工具“暴力”刮擦面部皮肤,就可能将皮脂全都刮掉,破坏皮肤的保护屏障。

同时,干性皮肤、敏感皮肤的人,其皮肤角质层很薄,容易出现过敏、泛红、长痘、红血丝等问题,如果再进行这种“暴力”刮擦,就很容易将脸部皮肤刮伤或者造成很多微小伤口,后续再使用护肤品就容易引起感染。

除此之外,进行“灌肤”需要大量的乳液或者精华,而不少护肤博主推荐的乳液多是一些不知名甚至是三无产品,其质量难有保障。若用其进行“灌肤”,在静置过程中极易滋生细菌,相当于把脸部当成一个大型细菌培养皿,极易造成皮肤感染等问题。

深度清洁不能减缓皮肤衰老

不少爱美人士都深信“要想皮肤好就得进行深度清洁”,他们觉得不做好皮肤清洁工作,就会出现毛孔堵塞粗大、长痘等问题,进而加速皮肤衰老。

对此,吴玲玲表示,清洁皮肤要适度而不要过度。她解释道,清洁不到位的话,油性皮肤就容易长痘;但若过度清洁,皮肤就会变得敏感,容易出现发红、过敏、痒、干等问题,使皮肤衰老得更快。

人体皮肤每天会堆积各种污垢,比如落在皮肤表层的粉尘、静电吸附物、化妆品及其残留物等,这些污垢既有亲水性的也有亲油性的。要想全面去除皮肤污垢,就需要针对不同污垢使用具有针对性的清洁用品。

静电吸附物、在重力作用下堆积的粉尘、亲水性的汗液等污垢,只需要清水冲洗就可以轻松去除。皮肤分泌的油脂和化妆品中的各种油脂成分,虽然用热水也可以洗掉,但过高的温度会对皮肤造成伤害,因此可以选择有机溶剂来进行清洁。一些彩妆中

还含有金属、矿物、成膜剂等成分,且为了追求持久妆效,会与皮肤紧密吸附,此时可以选择去污能力强的表面活性剂。

“在选择清洁产品时,除了要看成分外,还要针对每个人的皮肤状况进行选择。”吴玲玲表示,对于油性皮肤,可以适当一周内做一到两次比较深层的清洁,选用有磨砂颗粒的洁面产品即可。对于中性或者偏干性的皮肤,每天洗两次脸,一次用清洁产品、一次用温水即可。

目前,护肤品的种类非常多,消费者要根据自身情况进行选择。“不管是什么类型的皮肤,都不能长期、频繁地进行皮肤深度清洁,更不能使用‘暴力’手法清洁皮肤,以免对皮肤造成损伤。”吴玲玲提醒。

“减缓皮肤衰老,并不是靠深度清洁。”吴玲玲表示,机体自身的激素水平会决定毛囊皮脂腺的功能,皮脂腺既不能分泌过剩,也不能过低,只有其分泌的油脂刚刚好,皮肤的滋润度正好,人才能够显得年轻、不长皱纹。

据科技日报



特殊时期献热血 抗击疫情传信心

4月7日,在省城淮河路步行街鼓楼金座门口,四牌楼商圈的企业和市民踊跃献血。为了缓解用血需求压力,保障疫情期间医疗机构临床用血安全供应,逍遥津街道九狮桥社区开展“手牵手无偿献血 心连心与爱同行”献血活动,助力疫情防控,当天献血总量达19600毫升。

由于是疫情期间,此次献血活动在社区工作人员的引导下,志愿者们分批分次献血,严格控制上车人数,所有人员均经过扫码、自查是否有接触史、测温及严格消毒后在指定区域等候,每人按要求填写征询表。

四牌楼商圈银泰中心、鼓楼金座、筑梦集团等各大企业纷纷参与爱心献血活动,其中合肥鼓楼商厦是第9次参加献血活动了。每

年合肥鼓楼商厦有限责任公司党委和合肥鼓楼商厦心悦志愿服务队都会积极鼓励、号召、组织党员和企业员工参与献血献爱心。

献血人群中,有企业员工,还有党员干部、爱心志愿者、市民等等,在工作人员的指引下有序进行填写表单、测量血压、化验初筛、血液采集。在这个特殊的时期,他们一个个挽起袖子,伸出有力量的胳膊,奉献自己的力量。逍遥津街道党工委委员、办事处副主任钱昌勇也是献血志愿者中的一员,献血成功后,他一旦献血车上下来就笑着对大家说:“这次终于献血成功了!”

在这关键时刻,大家伸出手臂,用热血抗击疫情,用爱心守护生命,用实际行动与战疫中的“最美逆行者”同行。

刘银根

365天天有讯
0551-62649617
杏花公园北100米湖安大厦B座32层

遗失声明
安徽泰壹装饰工程有限公司(统一社会信用代码:91341394MA2UJR1W3A)遗失公章(芯印章),声明作废。

拍卖公告
受委托,我公司定于2022年4月15日上午9时在中国拍卖行业协会网络拍卖平台(https://paimai.caa123.org.cn)以网络竞价方式对2010年江淮牌HFC7200EG3小型轿车(车牌号皖CZB820)进行公开拍卖,参考价:0.5万元。
一、标的所在地现场展示(根据当地疫情政策不集中看样)。
二、报名登记:蚌埠百和拍卖有限公司(蚌埠市大学科技园11栋5层)联系人:李经理;电话:18605678898;网络拍卖的标的竞买人自行登录注册报名 https://paimai.caa123.org.cn。
蚌埠百和拍卖有限公司
2022年4月8日