

补水、美白、抗皱……

你入过哪些面膜的

“坑”？

空气干燥，皮肤也随之干燥起来，可以滋润皮肤的护肤品派上了用场，其中，肯定少不了面膜。补水、美白、抗皱、提拉……在铺天盖地的产品宣传语中，好像没有什么皮肤问题是面膜解决不了的。但其实面膜的很多功效是被夸大的，有必要为大家盘点一下关于面膜都有哪些“坑”。

敷完面膜皮肤变好了？

往往敷完面膜后，大家会有这种感觉：皮肤变好了，又滑又嫩，好像面膜里的营养成分都被皮肤吸收了，效果真好！

为什么敷面膜会让皮肤看起来变好呢？先来了解一下皮肤的结构。人的皮肤最外层是角质层，正常情况下角质层的含水量在20%左右，角质层外侧有一层皮脂膜，可以延缓水分的蒸发，但当角质层失水或皮脂减少时，水分会加速蒸发，使皮肤干燥、脱皮。这时，如果敷一片面膜，强制把角质层浸泡在一个高度湿润的环境中，角质层就可以迅速吸水，含水量在短时内增至80%左右，面膜纸还可以把皮肤与空气隔绝开，减慢水分蒸发，共同起到了快速补水的作用。

可事实上，过了一天，甚至几个小时，皮肤就被打回了原形。这是因为皮肤变水嫩只是角质层的“暂时补水”。当角质层细胞喝饱了水，它的透光度会增加，皮肤看起来自然会透亮，有光泽。另外，细胞之间的排列会变得紧密，皮肤整体的平整度也会提升，这时光线的折射和反射也就相对集中，使皮肤看起来有光泽。不过，水分并没有真正进入皮肤深层，而且角质层的失水速度是很快的。

所以，在熬夜后或皮肤状态不佳时用面膜来救急是可以的，主要作用是短时间快速补水，但不要以为只靠一张面膜就能逆转皮肤状态。

保湿效果胜过面霜？

很多女生觉得保湿靠面膜，做完面膜就完事了，这是不对的。如同前面所说的，面膜只是给皮肤角质层暂时补水，并没有太多锁水保湿的功效。而面霜或乳液中含有一些封包剂，如凡士林、羊毛脂、鲨烯、矿物油等成分，可以在皮肤表面形成一层薄膜，阻隔水分蒸发，起到很好的保湿作用。

两相对比，大家就很容易明白，面膜是代替不了面霜或乳液的，因为它是短暂补水，而不能有效锁水。因此，建议在敷完面膜后，使用一些保湿面霜或乳液，更好地锁住面膜补充的水分，有效保湿。

可能有人会问，既然面膜补水保持时间不长，那不如勤快些，每天多敷几次面膜不就能让皮肤一直保持水嫩了

吗？这种想法看似有道理，但其实非常不建议。

通过敷面膜的方式为皮肤补水，如果补水太多，超出角质层的承受能力，会让角质层“过度水合”。这样一来，反而会损伤角质层，破坏皮肤的屏障功能，让皮肤更加敏感、容易干燥。敷面膜并不是越勤越好，正常皮肤一周护理1次就可以。

吸收了各种营养？

现在市面上的面膜种类非常多，其功效有美白、祛痘、抗皱等，不胜枚举。但皮肤最外面的角质层可不是吃素的。

皮肤进化出角质层最初的作用是抵御各种外界有害物质通过皮肤进入体内，它同样可以阻挡大部分面膜中的有效成分进入皮肤。也就是说，皮肤的角质层保护作用越强，面膜里的成分进去得越少。比如，一些面膜里添加的胶原蛋白，就被阻挡在了皮肤外，一些小分子的美白类成分（维生素C、传明酸等），能够吸收的也少得可怜。

所以，大家在敷面膜时，不要对功效性的成分抱有太大希望，老老实实补水就好了。

“械字号”更专业？

近几年，“械字号面膜”也就是医美面膜受到爱美女性的追捧，它们与普通面膜有什么区别呢？

“械字号面膜”在设计之初是为医疗美容术后准备的，可以对医美术后受损的皮肤起到迅速补水、降温、缓解不适的作用。它的成分简单安全，含菌量低，可以避免普通面膜可能造成的过敏、刺激等不良反应。但国家药品监督管理部门曾发布公告，明确禁止“械字号面膜”的概念。所谓的“械字号面膜”本质上是医用敷料，属于医疗器械范畴。医用敷料的主要作用是吸收创面渗出液、防粘连或者为创面愈合提供适宜环境等，并没有所宣传的那样对皮肤有神奇功效。如果不是敏感肌，普通面膜的补水作用完全够用，不需要追求所谓的“械字号面膜”。③10

据《北京日报》



分类信息

广告热线 63155218

敬使用本报分类信息请供需双方认真核
告实有关证明材料，签订有效法律合同。

公告

东林机动车驾驶员培训学校，
驾校法人刘高峰：

你驾校违反了《中华人民共和国道路运输条例》第三十八条第二款、第三款、第四款之规定：无健全的培训机构和制度；无与培训业务相适应的教学人员、管理人员；无必要的教学车辆和其他教学设施、设备、场地。已不具备原许可条件，无法进行日常监督管理，限驾校法人15日内到宛城区道路运输管理局说明情况，逾期将按照相关法律法规进行处理。

特此公告

南阳市宛城区道路运输管理局

2020年11月17日

诚招黄粉虫养殖户

供种虫，免费提供技术、养殖工具，签订回收合同，年收入5万元左右。直销鲜虫、干虫、宠物食品。

电话：18537769658

17698393636

出租31小旁单元房

31小学隔壁，万正大帝苑135平方米，适合办班。

电话：13037681369

售房

△鸟巢李宁体育园旁中信国安北院一楼189平方米。带前南院。

电话：13838128231

△建业碧桂园悦城116平方米，首付20.5万元；133平方米，首付24.5万元。

电话：15237705555

△恒大帝景稀缺花园洋房，3室2厅1卫115平方米，精装有证。

电话：13803776964

蓝鹰婚姻服务事务所

专业处理婚姻危机

www.lanmingqi.cn

电话：13903778014

63107305

廉价急售

南阳广播电视台隔壁金昌公寓20B1室，面积118平方米，3室2厅1卫。

电话：13037681369

出租

△文化路南头办公房出租，适宜办公、培训。

电话：18530687291

△漯河工业园南高速路北有厂房约20亩，车间约1万平方米，办公室、宿舍约2000平方米。

电话：13462646788

急转

南阳市民服务中心附近有一大型中医堂急转，700平方米左右两层，装修豪华，经营良好，价面议。

电话：15716636365

招聘

△金运公司诚聘焊工、电工、车工、钳工数名，待遇优。

电话：13733114191

△梅溪路大药房招营业员四名，年龄35岁以内。

电话：13037611112

遗失声明

△南阳市众一物流有限公司的单位公章遗失，声明作废。

△周文俊的农村土地承包经营权证遗失，证号：D4113240030606，声明作废。

△王焕在南阳龙都臻品购买的5号楼1单元2902号房屋收款收据遗失，票号0034865，合计20000元，声明作废。

△柳申（女，28岁，身份证号411303199205074227）的普通高等学校毕业证书遗失，证号：137811201406000289，声明作废。

△南阳绿林园林工程有限公司的公章遗失，声明作废。

△龚伟宸2010年3月20日的出生医学证明遗失，出生证编号：J412186005，声明作废。