

# 染发攻略

新年佳节前，人人除了忙着办年货，就是忙着预约理发店，从“头”开始收拾。染发、烫发、剪发，务必让自己新的一年里从头旺到脚。虽说爱美之心人人有之，但是时常听闻染发剂的化学物质会对健康造成影响，甚至致癌，叫人好不担心。《我要健康MY HEALTH》请教来自IMU的皮肤专科医生——Dr. Vaani来析疑。

## 01 染发致癌论

对于染发会引发癌症的说法，Dr. Vaani表示，在1980年代，有研究显示染发剂的化学物质可能导致膀胱癌、血癌等疾病。然而那是很多年以前的研究和当时染发剂的配方，而且风险对象是经常性接触染发剂的人，如理发师、造型师等等。在过去，理发师可能在不戴手套的情况下进行染发的程序，故此危险性较高。不过至今的研究虽然也有尝试不断挑战这个说法，但是至今依然没有确凿的研究可以说明染发会致癌。

**TIPS** 尽量减少染发，若并非必须的，可选择不染。

## 02 染发导致过敏

尽管现今染发剂相对安全，但是过敏的问题让人担忧，其中以p-Phenylenediamine (PPD)对苯二胺和Ammonia最常见，PPD更是2006年年度过敏原得主。Dr. Vaani告诉我们，这两个成分能让染发效果更显著，且让颜色更持久。不过，如果这两个成分有过敏，最好还是选择PPD Free、Low PPD、Ammonia Free、Low Ammonia的产品。

“温和的过敏反应可能会脱皮、发痒；严重的会起水泡；更严重的情况属于急诊了，可能伴随眼睛肿胀等状况。个体对过敏原的反应通常在第一、第二次接触后才出现，也发生得比较迟。随着使用的频率和剂量，反应也来得非常快，且越来越严重。因此民众也需要有这个认知，这可能是过敏反应，而采取必要的行动。”

**TIPS** Dr. Vaani建议，若怀疑自己过敏，可到诊所或医院进行斑贴试验法Allergy Patch Test，确认是否过敏，以避免再次接触。另外，也鼓励在染发前进行过敏测试，把试剂放在手臂内侧或耳后的地方，2至3天后没有不良反应，即可安心使用该染发剂。



Dr. Vaani Valerie  
皮肤科专科医生  
Dermatologist  
Lecturer at International  
Medical University (IMU)

“若怀疑自己过敏，可到诊所或医院进行斑贴试验法Allergy Patch Test，确认是否过敏，以避免再次接触。”

—— Dr. Vaani Valerie

## 03 染发带来的后果

过于频密的染发可能造成头发干燥、脱落，因人而异。Dr. Vaani解释道，那是因为染发时头发最外层的毛鳞片被打开，让染发剂吸收到头发内部，给头发上色，这样的过程会让头发变得脆弱。

**TIPS** 不要过于频密的染发，要有间隔。深色的染发剂含有更高含量的PPD、重金属等，因此可选择颜色较浅的颜色。此外，Dr. Vaani也不建议为了贪图方便，在同一天内进行染发和烫发，应要有间隔约2周的时间，以免同一时间对头发造成太多的伤害。染发后要洗头，以减少头皮吸收更多的化学物质。

## 04 天然的染发产品

市面上也有标榜着天然染发剂的产品。Dr. Vaani表示，若是真的，那可能该产品含有较少的化学剂，也有的产品使用的可能是Henna。但值得注意的是，有的Henna本身就已经含有PPD。所以对PPD过敏的人要多加留意，阅读产品标签也是很重要的。

**TIPS** Dr. Vaani提醒道，Black Henna含有高量的PPD。有的情况是，染发没问题，但是若同时间在皮肤上进行Henna彩绘，将容易导致体内对PPD的感受性突然变高了，造成过敏。——我要健康

2006年  
年度过敏原得主：  
2006 Allergen of the  
Year (by American  
Contact Dermatitis  
Society):

对苯二胺  
p-Phenylenediamine  
(PPD)

染发  
小叮咛



Dr. Vaani分享  
染发该知道的事

1. 若患有皮肤问题，如湿疹、牛皮癣、头皮屑等，建议先进行治疗才染发，以免加重皮肤问题。
2. 若是DIY染发，务必遵照产品的指示操作染发剂，不要擅自加长时间，也切记一定要带手套。
3. 购买/使用染发产品时务必阅读包装上的标签，知道其中的内容物是什么。若没有写明成分的产品建议不要使用。
4. 染发前建议进行过敏测试。
5. 不要过于频繁的染发。
6. 在家染发时建议在通风的环境进行。
7. 孕妇及18岁以下的人群避免染发。
8. 有的人自己DIY染发剂，如使用柠檬等方法进行染发。这种做法也不建议，因为有的人也会对柠檬过敏，而且长期这样做的影响是什么也不得而知。

### RADIANT BOOST PURE VITAMIN C SKIN BRIGHTENER

纯维他命C能淡斑抗黑

维他命C是美白产品中最受欢迎的成分之一，市场上大部分的美白Whitening和亮白Brightening品牌都会在产品中添加维他命C。然而极少消费者能达到理想效果，主要是因为这些产品没有很好的配方，让维他命C发挥最大的功效。

其实，高效的维他命C有个缺点，就是性质很不稳定，容易被氧化及劣化。劣化的维他命C会变成黄褐色，不但会刺激肌肤引致发红，还会沾上衣物，床单和毛巾留下污渍。如果产品开始转黄，即表示功效减退，所以建议选购没有颜色的维他命C，因为黄色代表产品已被氧化的可能性。

著名的保健品制造商曼秀雷敦MENTHOLATUM，正式引入日本超人气的美白护肤品牌 - Melano CC系列产品。其明星产品是亮白精华素Brightening Essence，特别针对黑斑肌肤而设，希望能给用家高品质及高效率的产品选择，以提升肌肤素质。

独特包装避免氧化

Melano CC精华素中的L-抗坏血酸(L-Ascorbic Acid)是众多成分中的超级明星。Melano CC精华素以铝管包装，备有特制的小圆孔管口，不但能精准地控制每一滴，还能减少精华素接触空气、降低被氧化的可能性和保持产品新鲜，犹如第一次使用时的高效果。

独特配方发挥性大

日本Rohto Pharmaceutical不但成功稳定Melano CC精华素内的纯维他命C，其独特的高效渗透技术更能有效的令亮白活性成分渗入肌肤底层，抑制黑色素形成，提供成分最佳效果。为了提升产品功效，Melano CC结合了纯维他命C，维他命E和良姜种子萃取Alpinia Seed Extract这三种强效抗氧化剂，还有甘草酸二钾的抗炎成分，以增强美白效果。

优质维他命C好处

优质的维他命C能改善暗瘡肌肤，使肌肤美白、肤色均匀并绽放亮丽健康光彩。它也能对抗黑斑，淡化痘疤及收缩毛孔，保护肌肤免受污染和自由基侵害。维他命C还能舒缓红肿，镇静受刺激的肌肤，恢复柔嫩细腻。

实惠价格得无瑕肌

其轻盈的质感和清新的柑橘香，令肌肤感觉清爽不油腻，非常适合大马潮湿的空气。使用时，只需在掌心挤压2至3滴，再均匀涂抹整张脸即可。一般上，高效的维他命C精华素都很贵，而且难以收藏，但Melano CC独特的配方及包装，不但容易保存，价格也很实惠。

使用方式：

建议先使用Melano CC亮白精华素，再敷上Melano CC亮白面膜，最后以Melano CC亮白润肤乳做为日常护肤程序，以得到最佳功效。



除了Melano CC亮白精华素Brightening Essence，其它产品如Melano CC亮白润肤乳Brightening Lotion和Melano CC亮白面膜Brightening Mask，都可在屈臣氏购得。Melano CC系列建议零售价为Brightening Essence RM59.00, Brightening Lotion RM59.00 and Brightening Mask RM9.90。——我要健康