

又过敏? 抗敏产品不能乱用

“一声霹雳醒蛇虫,几阵潇潇染紫红。”春天正在悄悄来临,沉睡了一冬的动植物开始复苏,粉尘、雾霾、动物皮屑、柳絮、花粉多了起来,而这些物质也是最常见的过敏原。瘙痒红疹、喘气胸闷、咳嗽气促……这些因换季引发的各种问题也开始困扰着人们的生活,气候细微变化也会对肌肤内部产生巨大的影响,一起聊聊抗敏产品如何使用。

皮肤过敏≠敏感性肌肤

北京商报记者走访了西单多家护肤品专柜,工作人员告诉记者,现在正值换季,很多消费者都来购买抗过敏或适用于敏感肌肤的护肤品。有些消费者因为经常过敏便将自己定义为过敏性肌肤,但皮肤的过敏和敏感性肌肤完全是两种概念,前者是过敏肌后者是敏感肌,两者的处理方式也有很大不同。

皮肤的过敏属于变态反应,由“变应原”进入机体后,促使机体产生相应的抗

体,引发抗原抗体反应,表现为红斑、丘疹、风团等症状,皮肤会出现红肿,常伴着瘙痒和灼热感。出现这种情况时,应当及时就医查出过敏原,并在日常做好防护避免接触过敏物质。敏感性肌肤,是指一种高度不耐受的皮肤状态,受刺激而引起某种程度不适。当外在环境出现变化,肌肤无法调适,从而出现不舒感和过敏现象。敏感型皮肤对面部护理产品应当谨慎选用,优选天然零添加的修复、镇静产品。

查清过敏原

专业人士指出,皮肤过敏有两大因素:一是外在过敏原;二是内在过敏体质。过敏原多数是受外界的条件影响,饮食、空气、服饰、药物都可能引发过敏。过敏体质与遗传有关,也存在由后天因素影响形成的敏感性肌肤。

当皮肤开始过敏时,不要着急断定自己是皮肤过敏还是敏感性肌肤,先要及时就医查清过敏原。诱发过敏反应的抗原称为过敏原,据悉,常见的过敏原有2000—3000种,通过吸入、食入、注射或接触等方

式使机体产生过敏现象。吸入性过敏原包括花粉、柳絮、汽车尾气等,食入性过敏原包括海产品、牛奶、蛋类、药物等,接触性过敏原包括化妆品、清洁剂、紫外线等,注入性过敏原包括昆虫毒液、某些药物如青霉素等。

不同人的过敏原不同,有的人过敏原单一,有的人则有多种过敏原。如果只是单纯过敏,只要远离致敏源头就可避免过敏。如果是因护肤品使用不当而过敏,则要更换新的护肤品。

敏感肌特征

因肤质不同敏感肌也有不同类型,敏感型皮肤可分为干型皮肤、油型皮肤、混合型皮肤三种。无论何种肤质,敏感肌的人群都有相同的表现,一般表现为皮肤较薄,容易过敏,脸上的红血丝明显;气温过冷或过热时,皮肤开始泛红、发热;因季节

变化而使皮肤容易呈现不稳定的状态,出现瘙痒、烧灼感、刺痛和出小疹子的症状。环境因素、季节变化、面部保养品刺激都会导致皮肤成为敏感肌肤,遗传仅仅是一小部分原因,更多原因则是使用了激素类化妆品。

多因素致敏

从事美妆行业多年的褚女士,在接受北京商报记者采访时说:“很多人的敏感肌肤并不是天生的,多数是因为护肤品不适合肤质、过度使用护肤品、皮肤保养方式不对等原因造成的。”

不能为了清洁皮肤,过度去角质。很多人为了祛痘或者均匀肤色,疯狂洗脸或使用特殊产品去角质,而过度去角质会让原本脆弱的痘痘肌肤更受伤害。尤其是在皮肤发炎时,更不能过度去角质,皮肤发炎正处于肌肤的敏感期,要停止化妆,不能用化妆品盖住过敏区,让肌肤可以轻松自由呼吸,才能慢慢恢复。

褚女士称,既要使用适合自己肤质的洗面奶,还要让洗面奶打起泡后使用。没搓起泡沫的洗面乳会紧贴皮肤表面,伤害皮脂膜。发泡后的洗面奶才能发挥清洁效果,而且泡沫状比未发泡的乳状温和,不损伤肤质。一些洗面奶是不发泡的,也会更加温和无刺激。

皮肤一旦过敏,就会变得异常娇气。

不要一次性换掉当前使用的所有护肤品,可以从护肤品最后程序的晚霜或乳液逐渐开始换,但必须先停用带有酒精或果酸成分的刺激性产品。并且,有些产品是针对过敏期使用,过敏一旦好转应及时停用,长期使用也会对皮肤造成伤害。

“其实,缺水才是敏感肤质的杀手。发痒是敏感肌肤最常见的症状,而发痒最大的原因就是干燥。”褚女士这样说,敏感肌肤一定要擦保湿乳和防晒乳,只有让肌肤充分保湿,才能缓和过敏症状并帮助细胞复原。在补水的同时,也要注意对皮肤的镇静作用。“当然凡事都要适可而止,也不可为了补水过度护肤。”褚女士向北京商报记者介绍,过度护肤会造成皮肤屏障损伤,皮肤屏障可以保持体内水分不丢失,也可以防止外界化学、生物、物理因素的刺激和入侵。过度护肤很容易把角质层剥得更薄,吸水过度、细胞间质和皮脂膜流失、损伤,使皮肤屏障变得不完整,都会削弱其保护作用。



警惕护肤品中易过敏成分

季节和环境变化,会让前段时间还风平浪静的皮肤突然开始闹脾气,换季抗敏也被提上日程。换季抗敏,首先要树立正确的保养观念。为了抗老、美白、保湿而过度使用护肤品会增加皮肤的负担,也提高了过敏的风险。所以在换季的非常时期,要简化护肤品的种类,暂时停止使用带有功能性的单品,在做好基础清洁保湿与防护的同时,维护好皮肤正常屏障功能即可。

不同的敏感肌也要避免不同的成分。西单丝芙兰大悦城店工作人员向北京商报记者介绍,有痘痘的敏感肌要避免使用带有肉桂油、可可脂、椰子油、异丙基硬脂酸、羊毛脂、薄荷油等成分的产品。容易出现红脸的敏感肌则不能使用带有果酸、硫辛酸、过氧化苯甲酰、葡萄糖酸、植酸、多羟基酸、维生素C等成分的产品。

丝芙兰工作人员还说:“脸部的清洁对于敏感肌肤尤为重要,敏感肌肤因为本身的角质层较薄而敏感脆弱,因而在卸妆的时候,要注意尽量选取温和的卸妆产品使用,卸妆水比卸妆油的刺激性对皮肤来说更小。所以卸妆时尽量选用卸妆水。”

面霜是护肤品的重要环节。褚女士向北京商报记者推荐了原辰Cellcera再生面霜,30ml代购价在180元左右,其主要成分是积雪草,具有

肌肤治疗、镇静、再生皮肤的功能。还添加了法国专利成分的Toniskin(酵母萃取物),有效增加胶原蛋白合成,促进皮肤内细胞再生,同时具有辅助积雪草的效果。

SISLEY专柜工作人员王女士向北京商报记者推荐了一款植物修护面霜,据介绍,这款面霜属于针对皮肤过敏的急救型面霜,使用于各种肤质。50ml专柜售价1200元,其主要成分是乳木果油,具有滋养、舒缓、修护、保护肌肤的功效,应对日晒、干燥引起的皮肤过敏症状。

由于产品针对过敏肤质,王女士只建议在过敏期使用,而且不能与其他产品一同使用。

当然,再好的护肤品也不能完全为我们规避过敏的风险,当真正过敏的时候,护肤品无法根治,还是要咨询专业的皮肤科医生。

北京商报记者采访了一位不愿透露姓名的中医大夫,称治疗过敏是漫长的工作,应当从身体内部进行调理,经调理后许多过敏的患者可以达到“脱敏”效果,即使在较强的过敏原刺激下,也能避免过敏发生。同时,平时居住环境要尽量避免接触过敏原,避免接触可能诱发或加重过敏症状的因素。

北京商报记者 吴文治 郭白玉
实习记者 赵述评