

揭秘七大家用美容仪的真相

当前，美容行业蓬勃发展，不少人已不再满足于用瓶瓶罐罐的护肤品涂抹，家用美容仪器因其方便、易用的特性而走红。然而，这些产品真的有效吗？有什么副作用吗？

● 家用蒸脸器

护肤效果因人而异

家用蒸脸器常见的有冷蒸和热蒸两种类型。冷蒸脸器通过超声波震荡产生微细的冷雾，将水分子分散成非常小的颗粒，形成一种雾状喷射。这个雾状水分更容易被皮肤吸收，起到补水保湿的作用。适用于各种肤质，有助于舒缓皮肤、缓解皮肤干燥，在使用后可以搭配一些保湿护肤品。对于面部过敏人群，可以用矿泉水进行冷喷，有助于收缩毛孔，减少面部散热，这也是这类家用美容仪的优势所在。

热蒸脸器是通过加热水，产生蒸汽喷洒在面部。这种热蒸汽可以打开面部的毛孔，有助于清理毛孔内的污垢；可以软化角质层，有助于去除死皮细胞；可以刺激皮肤血管扩张，促进血液循环，增加皮肤的新陈代谢。通常，热蒸汽的温度建议在40℃-50℃。使用频率不宜过高，每周1-2次即可。敏感性、炎症性皮肤慎用。

家用蒸脸器的效果因人而异，有些人可能感觉肌肤更加清爽、通透，而有些人可能感觉没有太大变化。蒸脸器并不能解决所有肌肤问题，综合保养仍十分重要。

● 家用微电流美容仪

提拉、紧致等功效不显著

根据一些美容仪的“官方”介绍，其原理是利用微电流产生电场穿过皮肤表层，对皮肤和皮下组织、肌肉进行刺激作用，促进细胞内ATP合成，促进胶原蛋白合成和提高细胞活力，从而达到紧致皮肤、淡化皱纹和改善面部轮廓的效果。不过，这仅仅是基于零星的动物实验和体外试验得出的结论，尚缺乏非常直接的证据。

微电流刺激确实可以改善人体肌肉功能，用在面部时，面部肌肉也会得到刺激，从而呈现更紧致的状态，但这种作用往往与电流大小相关。市面上的微电流美容仪，绝大部分的电流强度其实很微弱(要符合安全要求)。与此同时，有的还搭配了滚轮按摩等其他功能和护肤品使用，所以，很难说是微电流带来的效果。

● 家用洁面仪

易破坏皮肤屏障

被商家宣称为清洁“神器”的洁面仪通常配有旋转刷头或震动刷头，通过旋转或震动的方式，使刷毛或硅胶刷触及皮肤，帮助去除表面的油脂、角质和污垢，从而达到清洁目的。虽然有的洁面仪在宣传中冠以“超声波清洁”，从技术层面看，洁面仪每分钟的震动频率为300次左右，因此严格意义上不能被认为是超声波。

洁面仪的清洁效果其实主要来自机械摩擦，简言之，就是物理性去角质，磨掉皮肤最外面的角质层。我们的角质层并非一无是处，它是我们皮肤的重要保护屏障，对内能锁住皮肤中的水分，对外能阻隔细菌、灰尘，可以说是我们身体上不可或缺的部分。过度清洁导致的严重后果是角质层变薄、皮肤屏障受损，皮肤越来越敏感，稍有风吹草动，皮肤就会“亮起红灯”。所以，家用洁面仪对于没有过敏症状的油性肤质、易长痘痘的人群有效，但是过敏肤质，尤其是面部有“红云”(即毛细血管扩张)的人群不适合使用。

● 家用离子美容仪

“离子导入导出”功能只是噱头

几乎所有离子美容仪都提到自己有“离子导入导出”功能。所谓“离子导入导出”就是利用电学上“同性相斥，异性相吸”原理，通过仪器的电流驱动，将护肤品中带电的生物活性成分传送入皮肤中，使护肤品更好吸收；或将皮肤上带电的污垢导出，使皮肤更加清洁。

这个解释听起来好像很厉害，但仔细分析并不靠谱。首先，我们要导入的化妆品成分复杂，有的带正电，有的带负电，有的不带电，因而很难控制导入的特定成分。其次，家用离子美容仪虽然也可以在皮肤表层形成电场，但是电流的强度非常弱，能发挥的效果非常有限。而且，皮肤是一个优良导体，带电的污垢附着在皮肤上，带的电荷都能通过皮肤的传导而达到中和不带电的状态，即使原来带电的污垢也不再带电，因此，靠电场的作用吸附污垢其实并不可行。

● 家用射频美容仪

效果较弱且无表皮冷却装置

射频美容仪的原理是利用高频率的电磁波穿透皮肤，达到真皮层，引发组织细胞内水分子高速震荡摩擦而产生热，通过热损伤启动皮肤的修复机制，增加局部微循环血流，促进胶原蛋白合成，从而改善皮肤弹性、皱纹问题。它就像一个用于皮肤的低温“电磁炉”，当皮肤温度被加热到45℃-65℃时，皮肤会误以为自己受伤了，从而启动胶原再生。

家用射频美容仪有没有效果呢？与医疗机构广泛使用的射频仪器热玛吉来作一个对比。热玛吉采用的是单极射频模式，经表皮加热后，面部皮下温度瞬间可达到65℃，可以起到较好的即刻紧致效果，同时它具有皮肤冷却保护装置，表皮不会因为高温而灼伤。家用射频美容仪则不同，产品为符合国家电器使用安全的要求，皮肤达到的温度基本都在45℃以下，效果较弱，且没有表皮冷却装置。

● 家用肌肤注氧仪

实际是偷换了概念的“喷瓶”

几乎所有的注氧仪都宣称仪器是通过高压纳米注氧技术直接把水分子送到皮肤基底层，帮助皮肤深层补水、深层清洁，从而达到解决皮肤干燥、提高皮肤吸收率，还能激活皮肤活性，使皮肤拥有更好的再生能力。如此功效，相信会令不少人心动。真是如此吗？事实上，注氧仪本身只是通过压力将水或精华等液体变成喷雾状，喷洒在脸上。简单来说，注氧仪就是一个偷换了概念的“喷瓶”，只是喷洒压力大些，跟氧气没有任何关系。

注氧仪注入不了“氧”，究其原因还是跟皮肤结构相关。我们常把皮肤比喻为一道城墙，构成墙体的砖头，就是皮肤中的角质细胞，而将砖头黏合在一起的“灰浆”，是角质细胞间的脂质，这个砖墙的表面，还有一层“墙漆”，保护墙体不受破坏，这个“墙漆”就是皮肤表面的皮脂膜。“砖墙”“灰浆”和“墙漆”三者形成牢固的结构，使皮肤维持重要的屏障功能，阻隔外界各种各样、大大小小的分子进入皮肤。所以，无论是水分子，还是护肤精华，均无法轻易穿透屏障被吸收利用。

● 家用LED光疗美容仪

相对安全但作用较弱

市面上的LED光疗美容仪大多利用低能量的可见光，如红光、蓝光，来发挥抗炎修复或杀菌的作用。红光主要通过热作用于真皮层，促进毛细血管扩张，改善局部微循环，消炎和促进组织再生。蓝光主要作用在皮肤表皮层，可以被痤疮丙酸杆菌代谢出来的卟啉吸收，产生大量活性氧，从而达到杀菌作用，主要用来作为治疗痘痘的辅助手段。

家用LED光疗美容仪的操作与使用最为简单，较医疗LED类仪器功率、能量低，使用更为安全，但作用较弱，坚持使用，可能会有改善皮肤纹理和光泽度的效果，适用于有色斑和痘痘的问题肌肤。要注意的是，这些设备的长期使用影响未知，也有研究表明长期暴露在蓝光下可能导致皮肤色素沉着和光老化，反而得不偿失。

据《文汇报》

提醒

如果期望皮肤问题改善效果明显，建议到正规医疗机构使用正规医疗设备治疗。如果使用家用美容仪器，可选蒸脸类、正规的射频类仪器等，在使用前慎重考虑个体差异、产品质量。要记住，美丽是需要科学与谨慎共同呵护的。