

外涂美白霜，内服美白丸

# 不懂就用，你的美白努力可能会白费

在社交平台上，美白一直是女性关注的热门话题，从饮食注意事项，到各类型化妆品试用，再到口服美白产品、做美白祛斑的医美，都有上万分享和众多追随者。对于皮肤更白、更亮的需求促进了美白产品市场的发展，外涂、内服、医美，这些五花八门的美白方式，到底哪个更科学、更有效？

■新快报记者 陈思陶

## 美白需求旺盛

### 烟酰胺成分最热门

随着文化多元发展、消费者个体意识觉醒，关于肤色的审美也在不断变化。但目前以中、日、韩为代表的亚洲市场上，肤白为美的观念仍占据强势地位，与美白相关的产品消费者甚众。据美业颜究院联合 CIBE 中国国际美博会发布的报告，在2020年1-5月，线上宣称美白功效的护肤产品销售持续扩大，即使刨除“618”预售对5月数据的影响，2020年3-4月美白护肤品销售额环比增速73%，增速排名第三。尽管排名第一、二的分别是隔离、防晒，但这两种产品具有季节性，同时其使用也与防止肤色变黑有关。

同时，美白化妆品产业也十分火热。从功效产品备案数据来看，2014年~2019年，美白功效产品备案数呈持续增长状态，其中，线上美白护肤品国货和进口产品市场份额各占一半，且今年上半年国货美白护肤品发力明显。特别在今年第二季度，美白成分烟酰胺备案数达到9886，环比增长达53.64%，另一美白成分光果甘草提取物的备案数也达到了5022，环比增长64.22%。厂商备案数据的增长也反映了美白市场的热门。

### 需要批准证书

#### “美白”不能随便说

美白产品选择众多，但效果却未必如广告所说。今年上半年，资生堂某产品宣称“7天见证嫩白樱花肌”“见证7日美白”“7天美白”等卖点，但电商平台上出现“用了半个月了，效果不是很明显，有点失望”等评论，引起消费者对其美白功效的质疑。2016年，韩束某款产品也曾因“晒美白”，被工商部门认为其广告构成虚假宣传，罚款110万元。

记者查看多款热销美白类化妆品，其宣传语常强调“美白”，但不局限于美白，美白与抗衰、保湿等功效、成分也被重点宣传。上海日化协会会长金坚表示，越来越多消费者追求美白等功效性需求，但其属于特殊用途化妆品，实施严格监管，这对包装、宣传等也提出更高的要求，如仅具有清洁、去角质等作用的产品，不得宣称美白、增白功能。记者了解到，由于市场上大部分宣称有助于皮肤美白增白的化妆品，与宣称用于减轻皮肤表皮色素沉着的化妆品作用机理一致，为控制美白化妆品的安全风险，市场监管部门将其纳入祛斑类特殊用途化妆品实施严格管理，必须取得特殊用途化妆品批准证书后才能生产或进口。因此，消费者可登录国家药品监督管理局网站查询美白化妆品相应的注册信息。

金坚提到，《化妆品监督管理条例》



■廖木兴/图

行业

将在明年生效，功效性化妆品将迎来法规年、变革年。条例显示，用于祛斑美白、防晒及宣称新功效的化妆品为特殊化妆品。美白有关产品仍然受到严格监管，产品标签上应标注国妆特字或者国妆特进字的批准文号，否则不能使用美白功效的广告宣传；通过物理遮盖形式达到皮肤美白、增白效果的，也需在产品标签上明确标注。

### 口服效果有限 有条件可尝试医美

随着科普，消费者中“成分党”不断壮大，也促使越来越多美白产品添加功效性成分。以电商平台上热销的美白类产品为例，其美白成分有果酸、水杨酸等酸类，有维生素C、维生素E及其衍生物，有熊果苷，也有烟酰胺。记者从知贝健康专家处了解到，它们主要围绕黑色素产生和代谢的过程进行抑制或阻断，从而实现美白效果。通过络氨酸酶，黑色素细胞生产黑色素，并通过黑色素小体转运到皮肤表层，从而显现出肤色。熊果苷等美白成分可以抑制络氨酸酶的活性，使黑色素的产生受到抑制；维生素C等成分，起到抗自由基的作用，减少氧化、减少黑色素的生成；烟酰胺可以阻断黑色素的转运；果酸等成分可以促进黑色素的剥脱。

不过，使用含有这些美白成分的产品，也不一定能达到理想的美白效果。“护肤品的美白效果因人而异、因成分而异、因品牌而异，所以期望值不要太高。”以烟酰胺成分为例，专家表示，烟酰胺通过干扰黑色素小体的转运，从而减少黑色素在表皮的沉着，起到美白效果；但因为每个人皮肤的表皮屏障功能不一样，使用烟酰胺成分的护肤品美白效果有个体差异性。同时，烟酰胺也可能会造成皮肤脱屑、潮红等症，在使用相关产品时无需一味追求高浓度、强效果，通

常在2%~5%比较合适。对于网络上热议的使用烟酰胺后长毛，目前的研究表明烟酰胺对毛发生长没有影响，即不会让毛发增多或减少。

对于热销的美白丸，其主流成分有维生素C、维生素E、维生素B5、维生素B6、L半胱氨酸等。知贝专家分析，这些成分和美白有关，但经过口服进入体内后，作用到皮肤上的效果微乎其微。同时，记者了解到，美白丸在国内并没有正式获得批准，也没有相对应的产品标准，由于其并不作用于人体表面，也不在化妆品监管范围之内。

还有部分消费者通过饮食美白，如不食用酱油防止肤色变深、饮用柠檬水等。知贝专家指出，酱油不会使皮肤变黑，其成分不会影响黑色素的生成、转运和分解。而且酱油中络氨酸的含量还低于牛奶、豆浆等白色的食物。柠檬中的维生素C含量约为22mg/100g，与其他水果、蔬菜相比并不十分突出且不稳定，泡水饮用美白效果有限。

如果追求美白效果立竿见影，知贝专家建议有条件的人可尝试轻医美的方法，比如光子嫩肤、调Q694激光、果酸焕肤等，相对而言能快速帮助原有肤色恢复。以调Q694激光为例，694即694纳米，由于有红宝石介质又叫红宝石激光。它对黑色素的选择性较强，穿透表皮层被黑色素细胞吸收，光能转化为热能将黑色素团爆破。对于做完激光后会有炎症后色素沉着，即通常所说的色沉的问题，知贝专家表示，大部分色沉与仪器、参数设置、个人肤色有关，通常能持续数月甚至数年，但不会永久存在。建议消费者在术前与医生沟通，了解出现色沉的几率，并在术后注意保湿、防晒，或者在医生指导下使用含有氢醌、壬二酸、维A醇等成分的药物，也可以联合使用含有熊果苷、烟酰胺、维生素等成分的护肤品，促进色沉淡化。



### 基因对肤色影响更多 防晒是最好的美白

“我们的肤色大部分是由基因决定的，如果当下皮肤比基因决定的还要再黑一些，可以通过一些方法去美白，但坚持防晒才是最好的美白方式。”知贝专家表示，皮肤有其自然的新陈代谢，只要做好防晒，不继续激发黑色素产生，过一个月左右时间，原本的黑色素会随着老化的角质代谢，从而恢复原有的肤色。

## 方便食品行业逆势增长 市场即将突破千亿元

新快报讯 尼尔森数据显示，上半年，方便面行业整体销量同比增长5.6%，销售额同比增长11.5%。相较于其他行业，方便面是为数不多的未受到疫情影响反得到助推的食品行业。上半年，康师傅方便面业务实现营收149.1亿元，同比增长29.16%，净利润16.94亿元，同比增长93.54%；统一集团食品业务收益52.07亿元，同比增长22.0%；日清食品上半年收入17.35亿港元，同比增加15.9%。

在后疫情时代，方便面市场仍保持着上升势头，截至目前，国内方便面市场规模达到990亿元人民币，即将突破千亿元。

(陈思陶)

## 养元饮品拿下部分地区 红牛安奈吉运营权

新快报讯 一直以来，中泰红牛的纠纷案备受关注，在此期间，泰国天丝不断扩大其在中国的能量饮料业务，曾于5月宣布投资10.6亿发展在华业务，但其上半年10亿销售额不敌华彬红牛超过130亿的体量。近日，泰国天丝有了新动作，旗下红牛安奈吉在长江以北地区的运营权由养元饮品接手。

据养元饮品消息，目前市面上共有红牛维生素功能饮料、红牛维生素风味饮料、红牛安奈吉饮料三款红牛产品。其中，华彬红牛旗下红牛维生素功能饮料占国内红牛产品大约85%的市场份额，红牛维生素风味饮料和红牛安奈吉饮料归泰国天丝所有，此次合作作为红牛安奈吉饮料系列产品，不涉及其他两款红牛产品。

(陈思陶)