

投稿類別:家事類

篇名：

探討自製面膜與市售面膜差異性之分析比較

作者：

商藝馨。私立樹德家商。三年 31 班

徐睿琪。私立樹德家商。三年 31 班

鄭容方。私立樹德家商。三年 31 班

指導老師：

趙自屏老師

壹●前言

一、研究動機

近幾年來人們的健康安危受到化學成分的威脅，因而大家越來越注重個人身體健康，不管是食品或是生活用品人們越來越注重，然而越天然越沒有造成人體傷害的有機產品，就變成現代人使用的主流。

所以人們迫切希望對人體既安全又無傷害，且有一定功效或具有療效的保養產品陸續問世。本研究即針對使用天然蔬果及中藥材製作的面膜，與市售拋棄式面膜的差異性，以及消費者的認知與消費行為做現況的了解，以最簡單省錢的方式來自製不刺激皮膚又具有功效的天然面膜，雖然自製面膜使用起來沒有市售拋棄式面膜來的方便，使用後須以水來沖洗但可不造成不必要的垃圾。希望由此探討能讓大家的環保意識觀念更加抬頭，以及能在日常生活的小小保養中落實。

二、研究目的

現代人總是依賴著市售面膜的方便，卻忽略了面膜的成分，是否會影響到皮膚；自製面膜雖製作過程較麻煩又費時，但實用最天然的材料，能減少皮膚受到化學成分的傷害，也同時有美白、保濕功效。我們有以下幾點的研究目的，可以提供往後的學弟妹們或是一般消費者可以有更好的選擇。

- (一) 因市售面膜的成分中可能含有傷害皮膚的成分，所以想藉由自製天然面膜來兼顧保養及保護皮膚較不容易受到化學傷害。
- (二) 讓人可以用最天然、最方便取得的材料做出有一定功效之保養品。
- (三) 天然蔬果及中草藥對於美白、保濕，評估是否有更好的功效。
- (四) 實驗不同種類的自製天然面膜來取代市售面膜有可能存在的化學傷害。
- (五) 根據研究結果探討天然蔬果及中藥材保養的成效，並提出結論和建議。

貳●正文

一、面膜的歷史由來

面膜是每一個女生的補品，不但可以令肌膚享受到細緻呵護及深層的護理，用來美白、保濕和深層清潔。面膜的歷史非常悠久，但實際的出現時間卻無從稽考。只知道古代中外美人都有敷面膜養顏，當中包括埃及妖后及楊貴妃。其實早期的面膜都是塗抹形式的，古人將一些天然材料混合，再敷於面上，過了不久就會在面上形成薄膜，面膜的名字是由此而來。

埃及豔后常在臉上塗抹雞蛋白敷過夜，早上起來用清水洗掉，據說可增加皮膚的彈性，讓臉上的肌膚柔滑、嬌嫩，保持青春的光彩。傳說埃及古早的貴族名媛們，非常注重保養。她們會將麵粉調和蜂蜜、酸奶、研磨的水果泥，全部攪拌

探討自製面膜與市售面膜差異性之分析比較

成細緻漿質地，敷在臉上，然後此之間口耳相傳，如此會使皮膚光滑水嫩。這樣的美麗養顏秘方，成日後面膜的最初起源。

現代美容專家又稱，面膜的發明正因為用手塗抹各類保養品，未能有效均勻塗抹並吸收，毛孔仍與空氣接觸，保養品在臉部停留時間亦太短，以至於無法達到既定的美容效果，所以面膜就此發明了。

(資料來源 <http://www.uwants.com/viewthread.php?tid=10801168>)

二、面膜的種類

- (一)控油：清潔控油面膜多半以泥狀面膜出現，成份包括高嶺土、綠陶土、酵素、水楊酸等等，有些品牌還會標榜採用天然火山泥、死海泥、溫泉泥等，含有豐富的礦物質、微量元素等護膚成分，這一類的面膜主要的功能都是以吸附油脂、深度清潔與去除老廢角質為主。
- (二)保濕：以保溼為主要訴求的面膜，通常以膜狀面膜出現，每片面膜的精華液中，一般會含有玻尿酸、丙二醇、甘油、胺基酸、膠原蛋白、維生素 B5 或油脂類等保溼成分。敷完臉之後，會讓皮膚充滿水嫩的感覺。要注意的是，敷完保溼面膜之後，一定要擦上乳液來防止水分蒸發、留住滋潤效果，不然，臉上很快的又會變得乾燥。
- (三)美白：美白面膜是市場中的明星產品，也是以膜狀型態居多，精華液中多含有果酸、維生素 C、熊果素、胎盤素、桑椹萃取液、麴酸等美白成份，利用面膜的密封、微溫性質，加速讓皮膚吸收美白成份，達到快速淡化黑色素的效果。含有二氧化鈦的美白面膜，在敷完之後可以獲得暫時性的美白效果。

(資料來源：<http://tw.knowledge.yahoo.com/question/question?qid=1607031302279>)

三、面膜的成分

(一) 美白面膜的成分

1. 玻尿酸：可以吸收並緊密結合水分，因此補充玻尿酸能夠幫助肌膚有效吸收空氣中的水分，還能增強皮膚長時間的保水能力。同時，當玻尿酸吸收大量的水分時，使得彈力纖維及膠原蛋白處在充滿水分的環境中，相對地皮膚也就更具有彈性了。
2. 甘草萃取精華(Licorice Extract)：抑制酪氨酸酶產生及預防自由基形成，緩和肌膚刺激，促進白皙。
3. 複合果酸：早已成為美容的主流，由於果酸的濃度會直接刺激到肌膚，因此季由梯濃度的複合果酸（例如：乳酸、蘋果酸、甘醇酸、水楊酸）來達到高濃度的效果。
4. 左旋 C 能美白、抗自由基，並刺激膠原蛋白增生，因此可預防老化。

探討自製面膜與市售面膜差異性之分析比較

(二) 保濕面膜的成分

保濕是不論什麼年紀都要非常注意的，尤其是冬天這樣乾燥的天氣更加需要注意，肌膚若是缺少水分看起來就會粗糙無光。以下我們針對幾種具有保濕成分的原料做一簡介。

1. Q10 可以延遲老化、提高皮膚含水量及增加彈力纖維活性。
2. 膠原蛋白會在皮膚中改變自然老化的過程（包含皺紋、粉刺、黑斑）可提高皮膚保濕功能，調整皮膚表面油脂平衡，促進皮膚深層纖維組織的張力與彈性。
3. 乳酸納—增強肌膚的保濕功能、及調整肌膚的 PH 值。

(資料來源：<http://tw.knowledge.yahoo.com/question/question?qid=1106092503802>)

(三) 自製面膜的成分分析

自製面膜的成分面膜成分多樣化，但有些成分平常難以取得，所以我們將易取得且最需要的成分及功效列出，蔬果與中藥成分的分析如下：

1. 香蕉：含有豐富的維他命 A、B、C、E 和鐵質，能給肌膚提供所需的各種養分，香蕉中含有的磷和礦物質，中和身體酸鹼性，使肌膚水油平衡，變的白嫩、清爽、富有光澤。
2. 檸檬：亦可促進肌膚的新陳代謝，使肌膚年輕白晳有彈性。所含的維他命 C 和果酸，是美白、淡化色斑所不可缺少的天然成分。
3. 牛奶：可將牛奶加熱，至室溫調理面膜，會更具有溫熱保濕的效果。洗時一邊按摩，一邊沖洗，可以去除老廢角質，幫助肌膚潤澤光滑。
4. 半夏：在中藥美容運用上，因具有潤澤肌膚的作用，能夠讓皮膚細胞角質層擁有極佳的彈性，達到肌膚水嫩的效果，預防皮膚老化、斑點的產生。
5. 白芨：具有收斂止血，消腫生肌的功效，可去除臉上面皰、黑斑，令肌膚光滑，在美容外用皮膚可除皺潤澤肌膚，及隔離空氣中灰塵、細菌、紫外線的功效。
6. 紅花：在美容的運用上，「因活血養血，可消散臉部的黑斑，改善眼部周圍循環消除黑眼圈，滋潤肌膚讓臉色紅潤。」(謝英彪。2005)。

探討自製面膜與市售面膜差異性之分析比較

四、實驗流程圖

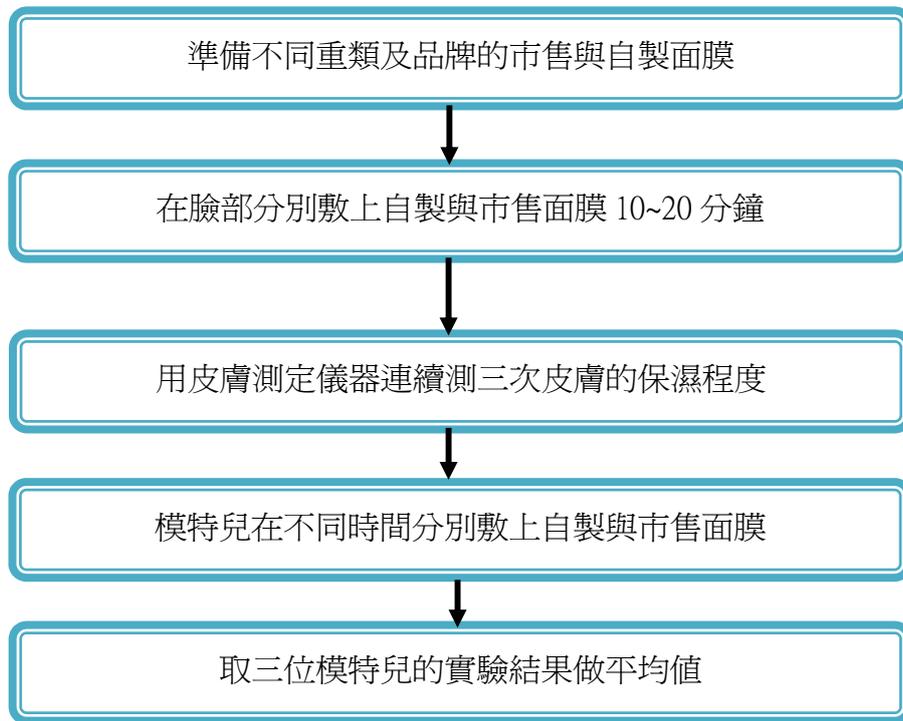


圖 1 實驗流程圖

五、材料準備



圖 2 不織布



圖 3 敷面碗



圖 4 挖棒



圖 5 中藥材



圖 6 保濕面膜



圖 7 水果



圖 8 模特兒三位



圖 9 剪刀

探討自製面膜與市售面膜差異性之分析比較



圖 10 計時器



圖 11 敷面刷



圖 12 秤子



圖 13 牛奶



圖 14 砧板



圖 15 水果刀



圖 16 榨汁機



圖 17 湯匙

六、自製保濕面膜實驗流程圖

(一)香蕉牛奶面膜



圖 18 香蕉切丁



圖 19 加牛奶



圖 20 攪拌均勻



圖 21 膚上臉



圖 22 清洗乾淨

七、問卷調查

本組針對的自製面膜與市售面膜一些問題做了一份問卷調查，針對樹德的學生做了 100 份的有效問卷。以下是我們的問卷調查的題目。

問卷調查

親愛的同學，你好：

下面的調查研究係採匿名方式，除供學術用途之外，不會挪作他用。所以請您安心依照實際情況與個人感受作答。

1. 性別: 男生 女生
2. 年齡: 15-20 21-25 26-30 31-35 36-40 41-45
3. 職業: 學生 職業婦女 家管 其他_____
4. 是否自己製作過面膜？是 否
5. 您為何不自製面膜來使用？麻煩 材料取得不易 不知如何調配
其他_____

探討自製面膜與市售面膜差異性之分析比較

- 6.如果自製面膜功效比市售面膜好會願意嘗試自己製作嗎？願意 不願意
沒意見
- 7.請問您是否在意面膜的包裝？是 否
- 8.您對於目前使用之面膜滿意因素為何(可複選)？外型包裝 價格 銷售點
方便性 服貼度 品牌滿意度 效果 含酒精成分 香味
其他 _____
- 9.您對於選擇購買面膜的主要功能(可複選)？保溼 控油 消除斑點皺紋
修護 美白 去角質 其他 _____
- 10.一片面膜的價格在多少錢您能接受？ 10~20 元 20~50 元 50 元~100 元
 100 元~200 200 元以上
- 11.(同上)一片面膜的價格在多少錢您不能接受？ 50~100 元 100~200 元
 200~300 元 300 元以上
- 12.您多久敷一次面膜？每天 2天一次 5天一次 一個禮拜 兩個禮拜
一個月 完全不敷 其他_____
- 13.您都在哪購買面膜？百貨公司專櫃 開架式 大賣場 美容沙龍店
網路 其他_____
- 14.您目前覺得哪一種品牌面膜好用，請簡述好用的地方為何
- _____
- 15.同上題，請問一片價格大約多少錢？ _____元

參●結論

一、問券分析統計圖表

(1) 請問您的性別？

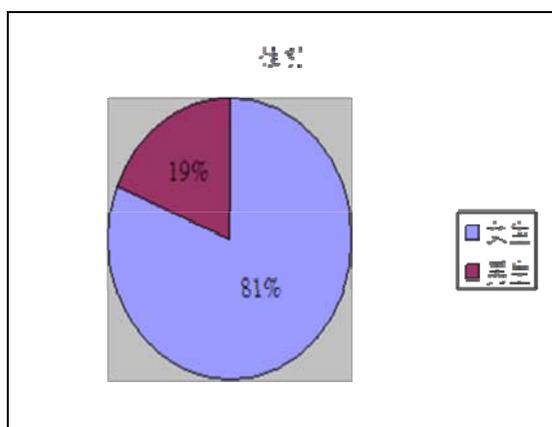


圖 23 性別比例圖

表 1 性別統計表

女生	男生
81%	19%

由於本問卷是針對樹德家商的學生調查，所以女生學生的比例最多

探討自製面膜與市售面膜差異性之分析比較

(2) 請問您的年齡？

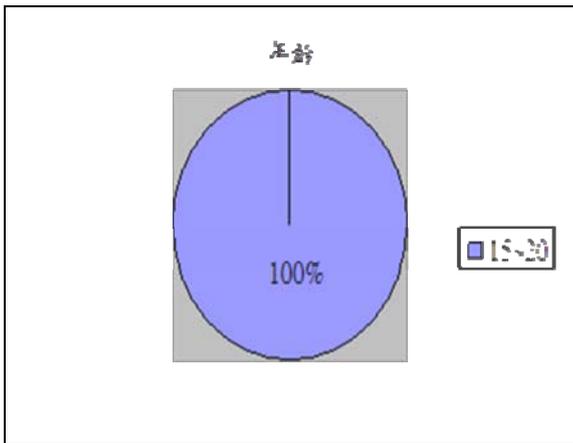


圖 24 年齡比例圖

(3) 請問您的職業？

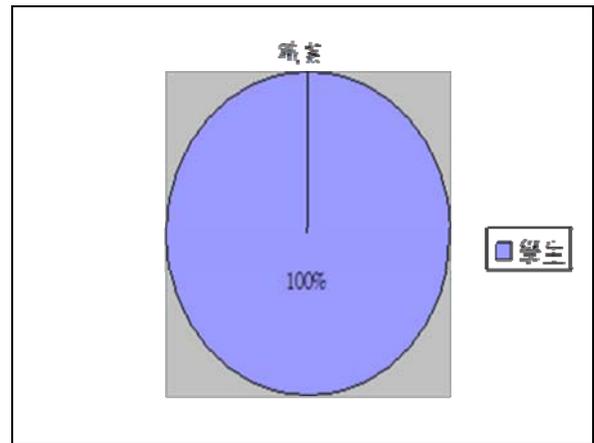


圖 25 職業比例圖

表 2 年齡統計表

15~20
100%

由於本問卷是針對樹德家商的學生調查，所以年齡在 15~20 歲比例最多

表 3 職業統計表

學生
100%

此題大部分的人都是學生

(4) 請問您是否自己製作過面膜？

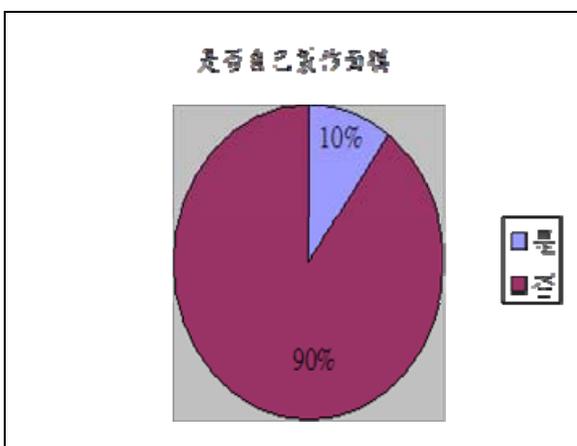


圖 26 是否自己製作過面膜比例圖

表 4 是否自己製作過面膜統計表

是	否
10%	90%

此題大部分的人都沒自己製作過較多

(5) 請問您為何不自製面膜使用?(可複選)

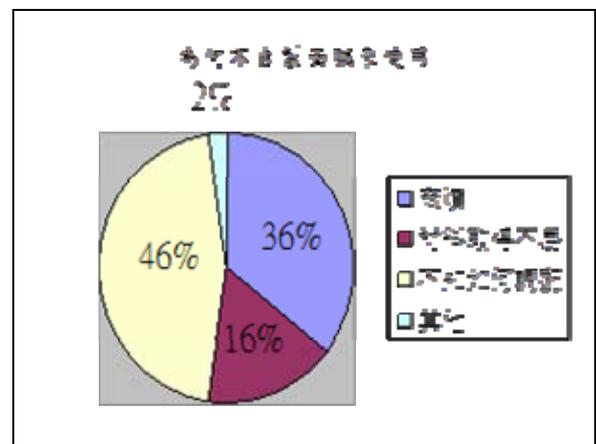


圖 27 為何不自製面膜來使用比例圖

表 5 為何不自製面膜使用統計表

麻煩	材料取得不易	不知如何調配	其他
36%	16%	46%	2%

此題大部分的人都是不知道如何調配較多

探討自製面膜與市售面膜差異性之分析比較

(6) 如果自製面膜功效比市售面膜好會願意嘗試自己製作嗎?

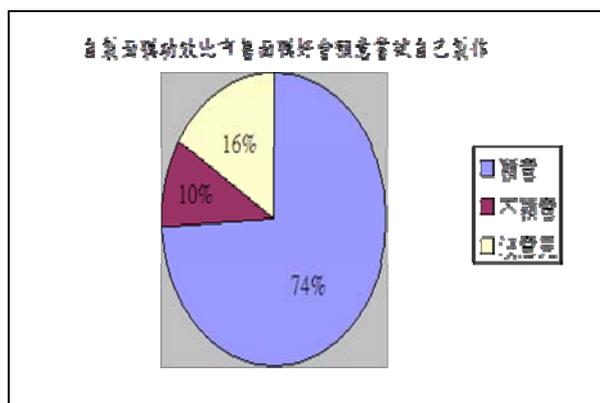


圖 28 自製面膜功效比市售面膜好會願意嘗試自己製作比例圖

表 6 自製比市售面膜願意嘗試自製統計表

願意	不願意	沒意見
74%	10%	16%

此題大部分的人都願意嘗試

(7) 請問您是否在意面膜的包裝?

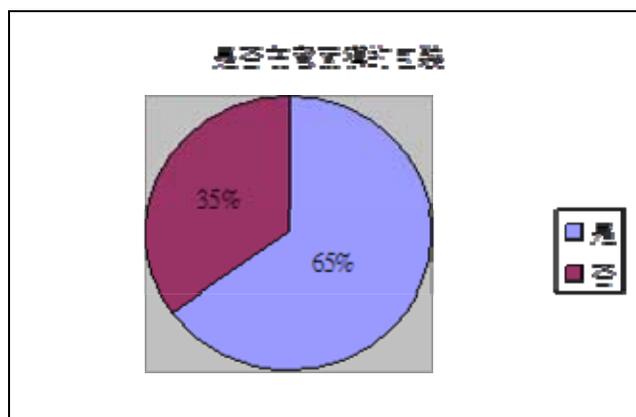


圖 29 是否在意面膜的包裝比例圖

表 7 是否在意面膜的包裝統計表

是	否
65%	35%

此題大部分的人都在意面膜包裝。

(8) 請問您對於目前使用之面膜滿意因素為何?(可複選)

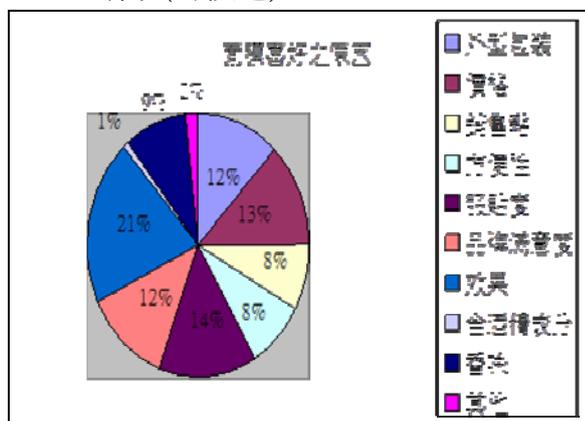


圖 30 目前使用之面膜滿意因素為何比例圖

表 8 目前使用之面膜滿意因素為何統計表

外型包裝	價格	服貼度	品牌滿意度	效果
12%	13%	14%	12%	21%

此題大部分購買面膜都是其效果最佳。

(9) 請問您對於選擇購買面膜的主要功能? (可複選)

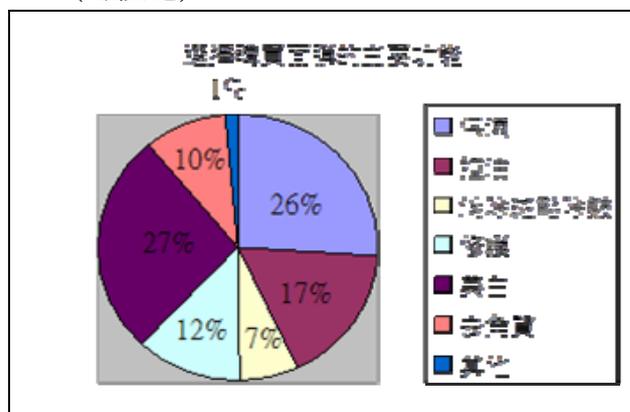


圖 31 對於選擇購買面膜的主要功能比例圖

表 9 對於選擇購買面膜的主要功能統計表

保溼	控油	消除斑點	修護	美白	去角質	其他
26%	17%	7%	12%	27%	10%	1%

此題人們最常用的面膜是美白面膜。

探討自製面膜與市售面膜差異性之分析比較

(10) 請問一片面膜的價格在多少錢內能接受?

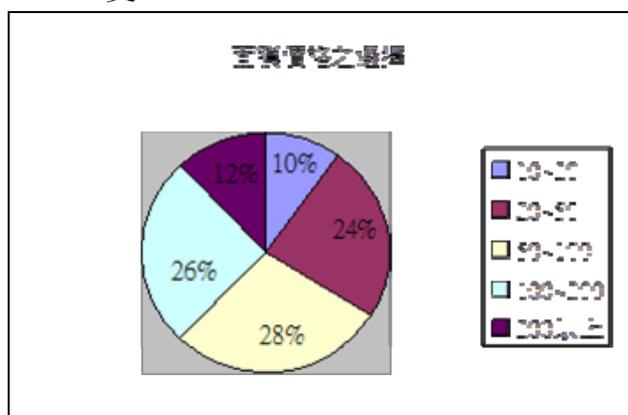


圖 32 一片面膜價格在多少錢能接受比例圖

表 10 一片面膜價格在多少錢能接受統計表

10~20元	20~50元	50~100元	100~200元	200元以上
10%	24%	28%	26%	12%

此題 50~100 元是普遍大眾能接受的錢。

(11) (同上)一片面膜的價格在多少錢不能受?

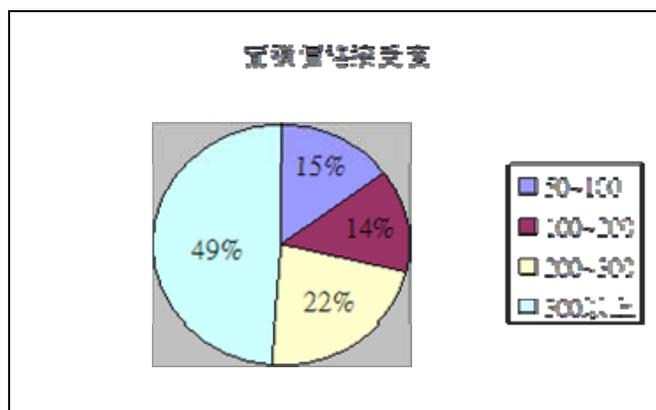


圖 33 一片面膜價格在少錢不能接受比例圖

表 11 一片面膜的價格多少錢不能接受統計表

50~100元	100~200元	200~300元	300元以上
15%	14%	22%	49%

此題 300 元以上的面膜是較不易接受的錢。

(12) 請問您多久敷一次面膜?

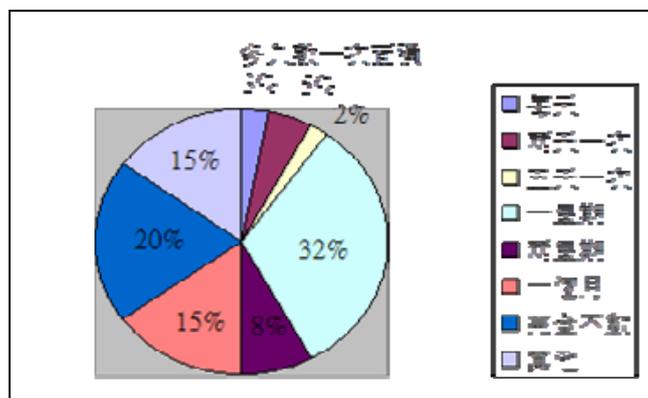


圖 34 多久敷一次面膜比例圖

表 12 多久敷一次面膜統計表

兩天一次	一星期	兩個月	一個月	完全不敷	其他
5%	32%	8%	15%	20%	15%

此題大部分的人平均一星期敷面一次。

(13) 請問您都在哪購買面膜?(可複選)

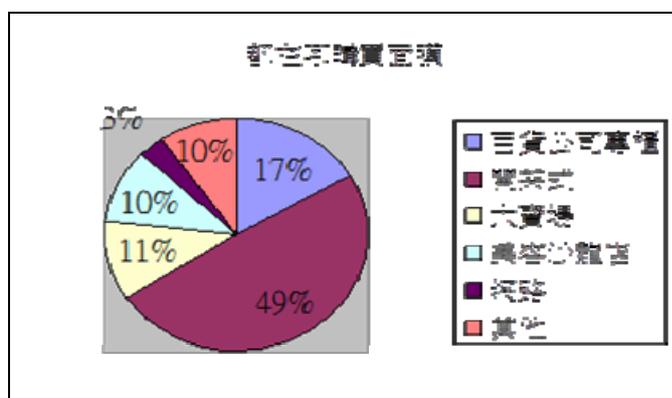


圖 35 都在哪購買面膜比例圖

表 13 都在哪購買面膜統計表

百貨公司專櫃	藥架式	大賣場	美容沙龍店	網路	其他
17%	49%	11%	10%	3%	10%

此題大多數的人都選擇開架式面膜

根據本組的問卷調查第四顯示，我可以發現大部分的人都不會去嘗試自製面膜。而從第五題顯示，我們可以發現不會自製面膜的原因，大多都是因為覺得製作過程較煩雜。不過第六題顯示，我發現如果自製面膜的步驟不麻煩的話，大多數的人都願意嘗試自製面膜。從第八題顯示，我們可以知道多數人都以美白面膜為主，而多數人對面膜的價錢都較傾向於 50 到 100 的價錢，多數人敷臉的次數都平均是一個星期一次，而選購面膜是大多數都是選擇開架式的面膜來使用。

從以上報告內容我們可以了解自製的香蕉牛奶面膜使用過後皮膚較光，保濕度也不亞於市售面膜，但因為材料質地的原因較不容易敷在臉上，會容易滑動所以需要固定好一個姿勢，雖然不方便但效果卻良好。

市售的面膜雖然簡便又不費事，但消費者卻總是忽略了他的成分，就算是號稱天然，但是在萃取其天然物質時所使用的化學藥劑會不會影響到我們的膚質，這都還是需要好好研究的，而自製面膜雖然費時，但是安全性卻是自己可以掌控的，而且在這個需要省錢的世代裡算是經濟又實惠的選擇，現在又十分提倡環保，自製面膜不需要太多華麗的包裝，所以可以減少許多垃圾量，又可以省錢做保養，可以說是一舉兩得。

肆●引註資料

- 1.謝英彪。『簡易美容美顏食材 DIY』。(2005)。立得出版社。
- 2.郭月英。陳麗玲。『嫩膚活氧－天然草本面膜 D I Y』。(2003)。傳統色出版社。
- 3.陳玫妃。『美麗配方』。(2005)。喜鵲出版社。
- 4.朴多榮。『輕鬆做面膜』。(2011)。尖端出版社。
- 5.西岡一。『要美容不要毀容』。(2004)。咖啡田出版社。
- 6.中島一。『女性自然美容法』。(1996)。大展出版社。
- 7.LIFE。『完美肌膚呵護手冊』。(1997)。私房書屋。
- 12.面膜的種類：<http://tw.knowledge.yahoo.com/question/question?qid=1607031302279>
- 13.面膜的歷史由來：<http://www.uwants.com/viewthread.php?tid=10801168>
- 14.美白面膜的分：
<http://tw.knowledge.yahoo.com/question/question?qid=1106092503802>