

健康小常識

健康染髮 5 撇步

資料來源：國民健康署藥物食品安全週報 第 586 期



近來發生有民眾因接觸染髮劑過敏，導致頭皮灼傷長不出頭髮的消費糾紛報導。染髮已經成了不分年齡層的時尚潮流，由於頭皮是毛囊分布最多的地方，若染髮劑使用不當，可能導致頭皮出現紅斑、搔癢、水泡、皮膚潰爛或過敏性皮膚炎等症狀，消費者在挑選及使用上要特別小心。

食藥署徵詢專業皮膚科醫師表示，染髮頻率與風險成正比，每次染髮最好間隔 3 個月以上較為安全。為了兼顧您的美麗與健康，消費者不論是自己在家 DIY 染髮，或是到美髮院染髮。可以參考以下染髮 5 撇步：

1. 「染前選」應選購有含藥化粧品許可證字號及完整標示的染髮產品。
2. 「髮健康」檢查頭髮周圍皮膚及頭皮是否健康，有傷口時千萬不要染髮。
3. 「要看明」一定要看清楚了解染髮產品使用方法及注意事項，正確安全使用染髮產品。
4. 「安全染」不可以用洗髮搓揉方式進行染髮。
5. 「全注意」留意染後皮膚狀況，每次染髮必須間隔 3 個月以上。

除此之外，染髮時要依使用方法調配染髮劑比例、染髮劑塗抹時不

要太接近頭皮、避免染髮劑流入眼睛、切勿將染髮劑使用於染眉毛、睫毛、鬍子等部位，並進行皮膚過敏性測試，等到 48 小時後無任何異常現象發生，再染髮比較安全。至於冷燙頭髮後，也不要立即進行染髮，以減少頭皮負擔。建議消費者到美容院染髮時，可主動要求提供染髮劑的完整資訊，以保障自身權益。

有些消費者把天然與健康劃上等號，以為植物性染髮劑似乎比較安全。其實坊間常見的植物性染髮，主要是添加指甲花粉 (Henna)，讓頭髮表面產生暫時性橘紅髮色，無法染出烏黑光澤的髮絲，還可能讓頭髮乾澀失去光澤，並非一般人染髮後所期待的模樣，該類產品僅能做為髮表著色用途，且不得宣稱染髮。

食藥署發現，有些標榜植物性染髮的產品，為使色彩多樣化並強化染髮效果，擅自添加化學性染髮成分，且未領有衛生福利部所核發之許可證。

為確保使用安全及消費權益，民眾選購產品時，務必檢視產品標示，尤其是顏色鮮豔或染色持久的產品，需特別留意是否含有化學性染髮劑成分，如果有的話，產品包裝應標示有含藥化粧品許可證字號，以及完整的使用注意事項，再選購使用較安心。