

现代化妆品除了具有清洁和保护的作用之外，还要求具有营养和保健的作用，这些功效是通过添加各种营养剂来达到的。因此研发安全可靠、营养性能优良的营养添加剂是化妆品发展的一个趋势。

化妆品中常见的营养添加剂有植物型营养添加剂、动物型营养添加剂和生化型营养添加剂。本文仅对常见的植物型营养添加剂作一简单介绍。常见的植物型营养添加剂有黄瓜、花粉、芦荟、人参、灵芝、海藻、当归、沙棘、绞股蓝、紫草和月见草等。

### 1、黄瓜 (cucumber)

黄瓜是人们喜爱的富含营养的大众化瓜果蔬菜，它属于葫芦科植物。黄瓜中含有多种葫芦素、葡萄糖甙、果糖、多种氨基酸、磷脂、维生素、油酸、亚油酸、多种矿物质及有显著生物活性的黄瓜酶等活性成分。由于黄瓜含有丰富的营养成分和大量的生理活性物质，因此它不仅具有清热、利水、解毒、消炎之功用，可用来治疗咽喉疼痛、烫伤、火眼等疾病；而且还具有促进皮肤毛细管扩张和血液循环、改善皮肤营养状态。使用黄瓜护肤化妆品，可使皮肤丰润、具有光泽，有弹性，减轻皱纹和色素沉着；黄瓜护发化妆品，对头发有调节功能，可抑制头屑、防止头发枯黄，使头发柔软、富有光泽。因此，添加了黄瓜提取物黄瓜油的化妆品深受欢迎。

### 2、花粉 (pollen)

花粉是通过蜜蜂所采集到的蜜源花粉，它是植物的遗传物质，内含繁衍后代的生殖核与营养物，是植物的生命之源。花粉是一种具有高效营养成分的浓缩天然物质。花粉中含有大量的蛋白质和维生素，含有 20 多种氨基酸，还含有脂肪、多糖及 50 多种富有活力的酶和对人体具有重要作用的微量元素，同时还含有许多植物激素黄酮类、核酸、抗生素等物质。这些有效的生理活性成分能促进血液循环和细胞的新陈代谢，改善肌体的内分泌状况，增强肌体的免疫功能，对人体具有独特的保健和抗衰老作用。花粉中的营养物质通过皮肤吸收后，可促使毛发生长、头发富有光泽，使皮肤柔软白嫩、富有弹性，能消除色素沉着、减轻皱纹，对痤疮、褐斑等皮肤病有很好的疗效。花粉在化妆品中的应用有待于进一步的开发和研究。

### 3、芦荟 (aloe)

芦荟是一种多年生百合科肉质草本植物，它具有止痛、消炎、润便、抑菌、止痒、收敛和健胃等多种功效。芦荟提取物中含有多种物质，主要有芦荟素、芦荟大黄素、芦荟苷、芦荟粘多糖、蛋白质、维生素 B 及微量元素等有效成分。芦荟中所含的这些活性物质对人体皮肤具有优良的一样和滋润作用，具有保湿、抗敏、促进皮肤新陈代谢、减轻皱纹增强皮肤弹性和光泽以及能生发、乌发等多种功效。芦荟在化妆品中的应用将有更大的发展。

### 4、人参 (ginseng)

人参是一种名贵的药材，具有顺心、健身、补气、安神、益寿等多种滋补作用。它的主要化学成分有人参皂甙、人参辛甙、人参二醇（三醇）、人参酸、果糖、葡萄糖、多种维生素、

多种氨基酸等，人参的化学组成决定了它特有的药理性能。人参皂甙有促进蛋白生化合成和流通末梢血管的功效，人参提取物能调节肌体的新陈代谢，增强肌体免疫力，提高造血功能。即能促进细胞繁殖，延缓细胞衰老，使皮肤光滑、柔软、有弹性、减轻皱纹和色素沉着，延缓皮肤衰老、防止脱发，同时还具有抗炎、镇痛的功效。因此，人参提取物广泛用于化妆品中。

#### 5、灵芝 (*gnaoderma*)

灵芝是化妆品的非常好的营养添加剂。灵芝也是一种名贵的药材，它被人们誉为长生不老药。灵芝提取物中含有麦角甾醇、水解蛋白、脂肪酸、维生素 B、甘露糖醇、多糖类微量元素有机锗等多种有效活性成分，还有大量的酶。灵芝能增强心脏的功能，促进血液循环。灵芝提取物具有清除体内自由基的生理活性，对皮肤具有保湿、美白、防皱抗衰老等作用。

#### 6、海藻 (*seaweed*)

海藻是一类极有开发前景的化妆品原料。海藻是生长在海底和海面的无根、无花、无果的一类地球上最古老的植物。海藻含有多种维生素和叶酸等，还含有丰富的无机物及微量的氨基酸和糖；此外海藻还含有丰富的营养成分并具有多种功用，它具有良好的润肤护肤作用，可使皮肤变得柔润细腻，它在皮肤表面可形成保护膜以防止水分的散发，具有良好的保湿作用，它还具有消炎抗菌作用，此外它还是一种良好的增稠剂。

#### 7、当归 (*Chinese argelica root extraction*)

当归为伞形植物，它具有补血、活血、抗菌、消炎的作用。当归中含有维生素 A、维生素 B12、棕榈酸、油酸、亚油酸、肉豆蔻酸和 $\beta$ -谷甾醇等多种有效成分。因此，它具有增进血液循环，促进细胞新陈代谢、抑制色素沉着、滋补营养皮肤等作用。因此，当归提取物添加到化妆品中，能使化妆品具有滋润皮肤、防止皮肤干燥、增强皮肤弹性、减轻色素沉着、延缓皮肤衰老、防止头发脱落和是头发柔润富有光泽等功效。

#### 8、沙棘 (*hippophae*)

沙棘是一种野生灌木植物。沙棘可以用来治疗耳舌生疮、消化不良、发热等。沙棘含有丰富的维生素、类黄酮、不饱和脂肪酸、氨基酸、胡萝卜素、粘多糖和微量元素等近百种生理活性物质，大都是人体所必需的营养成分和天然药用成分。沙棘油主要是从沙棘果籽里提取出来的，沙棘油的主要活性成分是维生素 E 和 Vc、葫芦毒素、及游离氨基酸等，它具有消除体内自由基、减少脂褐质含量和抗氧化等功能，因而对皮肤、头发具有优良的营养和保护作用。

#### 9、绞股蓝 (*gynostemma pentaphyllum*)

绞股蓝是葫芦科多年生草质藤本植物，它是一种具有与人参作用相似的免疫增强剂，作用

缓和，无人参过量食用的副作用。绞股蓝的主要成分是一种具有生理活性的绞股蓝皂甙，绞股蓝皂甙具有抗疲劳作用，能延缓细胞寿命，可降低体内脂质过氧化物的含量，还能增强超氧化物歧化酶（*SOD*）的活性，绞股蓝皂甙具有增强肌体免疫功能和抑菌作用，能改善头皮微循环，具有乌发护发的功效。绞股蓝在化妆品中的应用还需进一步的研究，一定会有一个广阔的前景。

#### 10、紫草（*Alkanna*）

紫草系紫草属多年草本植物，它的主要成分为紫草衍生物、酰化紫草素、脂肪酸、鞣酸、树脂、多糖类及无机盐等。紫草的提取物是紫草素，它无臭味，安全性好，无毒，无致敏，对皮肤无刺激，耐热、耐日晒，具有良好的化学稳定性。紫草素除了作为天然优质色素作用外，还有收敛、消炎、抗菌功能，对皮肤、头发具有调理作用，对粉刺、皮肤粗糙、雀斑、老年斑都有疗效。我国正在对紫草素进行研究，很快就会有紫草素作为营养添加剂类的化妆品。

#### 11、月见草（*evening primrose*）

目前，将月见草油应用到化妆品中，已取得了很好的效果。月见草又叫做夜来香，是一种天然野生植物。月见草的提取物是月见草油，月见草油中富含不饱和脂肪酸、 $\gamma$ -亚麻酸等具有生理活性的物质，因此它具有降血脂、防血栓、抗衰老的作用，月见草油易通过皮肤被微血管吸收，促进血液循环，防止表皮细胞角化，而使皮肤保持润滑，显得白嫩、延缓皮肤的衰老，同时它对痤疮、黄褐斑、脂溢性皮炎、皮肤粗糙等皮肤病也有很好的疗效。