

“無硅油洗髮水”到底值不值得買？看完你就懂了！

30-10-2023 廣州市消費者委員會

超市里琳琅滿目的洗髮水但凡是無硅（矽）油，都會凸顯在包裝上，並且自稱無硅油，更健康同時賣得也更貴。給人的感覺就是無硅油的洗髮水更好，含硅油的洗髮水就差，甚至有說法是，硅油會導致脫髮真相是這樣嗎？

硅油是什麼？

硅油通常是指室溫下呈液態的有機聚硅氧烷，具有良好的成膜劑、憎水性、透氣性，化學性質穩定，無毒，在洗髮水中的學名為“聚二甲基硅氧烷”。

硅油的黏性和延展性對頭髮具有保濕和柔順的作用。洗頭髮時，洗髮水中的硅油可以吸附在毛鱗片的空隙中，使頭髮摸起來柔順，降低頭髮之間的摩擦力。

同時，硅油還能形成保護層，用於保持頭髮含水量的穩定，減少對頭髮毛鱗片的損傷。

長期使用硅油洗髮水會導致脫髮？

我們的頭髮是從頭皮中的毛囊生長出來的，主要成分是角蛋白。放在顯微鏡下，可以看到上面有參差不齊的毛小皮，這種長得像魚鱗般的東西就是毛鱗片。當頭髮上有受損的毛鱗片時，頭髮間摩擦力加大，頭髮就開始糾結在一起，不易梳理。

很多人使用含硅油的洗髮水後，會明顯感覺到頭髮變得柔順。這是因為使用含硅油的洗髮水後，毛鱗片會打開，硅油附在毛鱗片上填平毛鱗片間的空隙，自然就順滑了。而且，硅油是一種大分子物質，不能被毛囊吸收，有時候硅油中還有其他成分，水溶性也有所增加，堵塞毛囊的情況更不可能出現，何況洗髮水中硅油本來就不多（一般來說，洗髮水中硅油含量就在1%~2%），大量的水沖洗，再加上起清潔作用的表面活性劑的作用，幾乎不會有殘留。

其實早在上世紀 50 年代，硅油就已開始被廣泛應用於化妝品行業中，如今，各種洗滌用品中都有硅油的蹤跡。在洗髮水中，最主要的效果就是潤滑，即降低摩擦阻力，而且在整個體系中，硅油較為穩定，不會影響洗髮水的去污能力。

迄今為止，尚無權威言論證實硅油會導致脫髮，而且但凡出廠銷售的正規產品都是經過嚴格的質量檢測，成分含量均符合國家規定的各項指標，還做了安全評估，所以消費者可以放心使用。

如何正確選擇洗髮用品呢？

針對頭皮如果出現以下情況可以選擇不同的洗髮水進行清潔

1. 油性頭皮、乾性頭皮

容易出油的頭皮偏酸性，PH 較低，可選用 PH 值較高的洗髮水進行中和，而偏乾燥的頭皮偏鹼性，需要選用 PH 值較低的洗髮水。

2. 敏感頭皮

如果頭皮比較敏感，就要避開清潔力太強的陰離子表面活性劑，還有一些刺激性成分，如水楊酸和尼泊金酯類的防腐劑。可以選擇含有紅沒藥醇、甘草酸二鉀等舒緩抗敏類成分的洗髮水。

3. 頭皮瘙癢

如果頭皮出油比較多並且伴隨瘙癢，可以使用一些含有吡硫鎳鋅、水楊酸、氯咪巴唑等去屑成分的洗髮水，並且避開含有油性成分的洗髮水。

總之，硅油這個成分並不可怕，對人體無害，可以放心使用，但要根據個人髮質來選擇適合的洗護產品。

護髮小貼士

1. 選用木梳或牛角梳梳頭，儘量不用塑膠梳子和頭刷。
2. 不要吸煙，因為吸煙會使頭皮毛細血管收縮，影響頭髮生長。
3. 勤洗頭，保持頭皮頭髮清爽，洗頭間隔 2~4 天為宜。
4. 最好不要長期使用同一種洗髮水，同一品牌的洗髮水至少 3 個月換一次。
5. 儘量減少染髮及燙髮的次數。
6. 不要用電吹風長時間高溫吹頭髮。