

Fermented beauty

維持皮膚菌種平衡 維持肌膚健康力



(圖片擷取自網路)

前言：

「發酵產品」常出現於食品中，從泡菜到康普茶，發酵食品的優點廣為人知。然而近年來「發酵」不再是食品界的專屬名詞，從日韓系保養到歐美系保養，利用發酵技術的活性成分隨處可見。根據國內外的報章雜誌報導^{1,2,3}，**Fermented beauty / Fermented Skin Care** 也是 2022 年的保養熱門關鍵字之一，現在就讓我們來進一步了解「發酵保養」到底是什麼。

發酵成分流行關鍵因素：天然、健康

發酵(Fermentation)是一種生物體對於有機物的分解過程，可經由酶的作用或是微生物轉變而成。經過發酵過程的植物萃取，可將活性成分中的植物化學(phytochemical)由大分子轉變為小分子，提升其生物利用率。再加上新冠肺炎的肆虐，消費者更加重視使用天然的原料讓肌膚看起來更加健康，提升肌膚的質量與光澤。

什麼是益生元(Prebiotics)、益生菌(Probiotics)、後生元(Postbiotics)

益生元(Prebiotics)、益生菌(Probiotics)與後生元(Postbiotics)每次都與發酵形影不離，3 者的相互作用，將會間接影響到皮膚上微生物群(Skin microbiome)。那他們的差異性到底是什麼呢？下面就讓我們好好認識吧！

益生元(英語：Prebiotics)⁴，又稱益菌生，簡單來說就是益生菌(好菌)的食物，能幫助增加好菌的數量，通常是人類所不能消化，但是好菌卻可以從中提取養分(例如：膳食纖維、寡糖)。

¹ [2022 Beauty Trends | Global Cosmetic Industry \(gcimagazine.com\)](https://www.gcimagazine.com/2022-beauty-trends)

² [Seven Skin Care Trends for 2022 | Cosmetics & Toiletries \(cosmeticsandtoiletries.com\)](https://www.cosmeticsandtoiletries.com/seven-skin-care-trends-for-2022)

³ [2022 年，抗老、美白、保濕哪些保養還當紅？ | Vogue Taiwan](https://www.vogue.com.tw/2022-beauty-trends)

⁴ [益生元是什麼？ - 健康生活 \(purelabs.tw\)](https://www.purelabs.tw/what-is-prebiotic)

益生菌(英語：Probiotics)⁵，是指一般認為食入後對宿主(如動物或人類)有幫助的微生物，包含常聽到的雷特氏 B 菌、比菲德氏菌、乳酸菌、雙歧桿菌等。

後生元(英語：Postbiotics)⁶，是微生物(包括益生菌)在發酵過程中代謝生產出來的有益活性物質，簡單來說就是益生菌進食益生元後所衍生的副產品。

市場當紅產品

● SK-II 青春露

含有 90% 以上的專利成分 PITERA™，以多種氨基酸、維生素、礦物質及有機酸等組成的酵母萃取精華，幫助調理肌膚。



(圖片擷取自官網)

● Origins 品木宣言 青春無敵健康光潤機能水

俗稱的靈芝水，輕精華質地帶給你超越精華的 CP 值，最速滲透肌底，含有超級食物萃取液(靈芝、白樺茸及複方蘑菇萃取)，1 瓶解決肌膚 10 大問題，強健肌底膚況超穩定。



(圖片擷取自官網)

● su:m37° 甦秘 青春活酵全能平衡乳霜

蘊含發酵精髓完成的乳霜，添加神奇積雪草，富含豐富礦物質及維生素，能幫助肌膚緊緻、健康，散發動人光采。



(圖片擷取自官網)

富鉑推薦原料：

● LEGUME FERMBIOTIC™ G.

INCI: Water (and) Galactomyces Ferment Filtrate (and) Hydrolyzed Cicer Seed Extract (and) Pueraria Lobata Root Extract (and) Medicago Sativa (Alfalfa) Extract

- 建議添加量: 1-5%
- 鷹嘴豆 + 野葛根 + 紫花苜蓿 + 白地霉
- 水合作用促進劑

⁵ [益生菌是什麼？ - 健康生活 \(purelabs.tw\)](http://purelabs.tw)

⁶ [後生元是什麼？ - 健康生活 \(purelabs.tw\)](http://purelabs.tw)

- 提升肌膚彈性
- 強化肌膚屏障功能

● SUPERFRUIT FERMBIOTIC™ G.

INCI: Water (and) Galactomyces Ferment Filtrate (and) Terminalia Ferdinandiana Fruit Extract (and) Adansonia Digitata Fruit Extract (and) Persea Gratissima (Avocado) Fruit Extract

- 建議添加量: 1-5%
- 卡卡杜李 + 猴麵包樹果 + 酪梨 + 白地霉
- 保護促進劑
- 減少或中和因氧化壓力所產生的自由基
- 改善皮膚質地、與膚色不均問題

● MARINE FERMBIOTIC™ L.

INCI: Water (and) Lactobacillus Ferment Lysate (and) Spirulina Platensis Extract (and) Laminaria Digitata Extract (and) Ulva Lactuca Extract

- 建議添加量: 1-5%
- 藍綠藻 + 褐藻 + 海蔘莖 + 保加利亞乳桿菌
- 能量促進劑
- 改善皮膚質地、與膚色不均問題
- 提升細胞代謝能力

● ADAPTOGEN FERMBIOTIC™ S.

INCI: Water (and) Saccharomyces Ferment Lysate Filtrate (and) Centella Asiatica Flower/Leaf/Stem Extract (and) Beta Vulgaris (Beet) Root Extract (and) Tremella Fuciformis Extract

- 建議添加量: 1-5%
- 積雪草 + 甜菜根 + 銀耳+ 釀酒酵母
- 膠原蛋白促進劑
- 增加皮膚細胞中的膠原蛋白水平
- 維持皮膚細胞的更新和修復

同場加映 - 何謂適應原(adaptogens)

目前歐美健康養生圈流行適應原(adaptogens)植物，其定義為保護人體免受環境、化學物質傷害，同時能還原身體健康機能。適應原它們生長於惡劣的氣候條件下，因而衍生抵禦這些壓力源的能力。要被歸類為適應原的植物，必須擁有三個特性：無毒 (nontoxic)、改善生理機能失衡 (normalization)、且有廣效性調理 (nonspecific)。

參考資料：

圖片來源 (<https://www.pexels.com/zh-tw/>)

圖片來源 (<https://pixabay.com/>)

[臉上自養酵母菌，隨時分泌營養保護肌膚！8款「發酵護膚品」讓皮膚更健康 | Vogue Taiwan](#)

[「皮膚真的需要益生菌嗎？保養品中加的是活菌？」專家解答當紅益生菌保養5大迷思！ | Marie Claire 美麗佳人](#)

[SK-II 青春露 - 蘊含 90% 以上酵母萃取 PITERA™ | SK-II 台灣](#)

[青春無敵靈芝光潤機能水 \(全新升級 靈芝水\) | Origins Taiwan E-Commerce Site](#)

[青春活酵全能平衡乳霜 50ml - su:m37° 甦秘 \(sum37shop.com.tw\)](#)