

香水有毒

雖然時近中秋，早晚天氣稍涼，但中午依然酷熱，很多上班一族都喜歡在身上灑上香水，好讓渾身飄香，增加魅力。

香水類化妝品一般指香水和花露水，其主要成分中都含有較高濃度的酒精，由於高濃度酒精迅速揮發而帶走皮膚角質層的大量水分，可造成皮膚乾裂，尤其在秋天天氣變得乾燥，噴上香水更易使皮膚乾燥、過敏及痕癢。另外，皮膚上大面積噴灑會產生濃烈的氣味，加上人體的汗味，不僅不能給人舒適、提神、醒腦之感，反而會給人惡性的氣味刺激。

香水的化學成分多達六百多種，其中多數成分已知有毒性，其對人體的皮膚、肺臟和大腦的危害尤為顯著。有害成分可經口、鼻、皮膚進入體內，通過血液循環到達全身各部，引發皮膚疾患、頭疼、哮喘、打噴嚏、流淚、呼吸困難、頭暈、喉嚨痛、胸悶和活動過度等。

麝香穿透力強

此外，香水中含有的香精大多為化學合成芳香劑。其香味分子的濃度大大超過天然花香分泌的濃度，有可能對人的呼吸道、皮膚及中樞神經產生不良作用。因為香水中含有微量的銅，再經陽光照射後，光線中的紫外線會使香水產生化學反應，可能令皮膚出現紅腫、刺痛，甚至感染皮炎。所以，使用香水絕不能過量，如果有過敏反應要立即停止使用。

很多香水裏都含有麝香，有助散發出強烈的香味，但很可能給皮膚留下斑點，甚至導致女性不孕。麝香的主要成分麝香酮，能活血、通經、止痛和催產，因此容易造成流產，所以孕婦忌用，當然難產的孕婦也有用麝香催產的。如果是已經懷孕了，記得要遠離麝香的一切東西，保胎最重要。

麝香是一種穿透力很強的中藥，尤其是在人體內，無處不入，古時麝香已經是一種藥力極強的墮胎藥，市場上的香水所含麝香的量雖然不及中藥用的藥量，但因其藥力依然存在，女性還是少用為佳。尤其是女性在懷孕期間的前三個月，習慣性使用含有麝香的香水很可能引發流產，而對於準備懷孕的女性，亦建議提前一至兩年停止使用香水。同時，孕期家中的男士也要停止使用香水，給寶寶做個「雙保險」。

陽光分解有害物

當然，不止是女性，男性的健康也會在你的「不經意間」受到香水的「侵蝕」。有些香水添加了鄰苯二甲酸酯（讓香味能夠更加持久的成分），可以讓男性精子活動力有明顯的下降，從而降低夫妻性生活及生育品質。

建議塗香水時，最好不要用在陽光可以照射到的身體部位。香水中的檸檬和酒精等成分在陽光的照耀下，可能會分解出有害的物質分子，讓較敏感的皮膚灼痛、長疹子，雖說這些症狀有的病發時並非嚴重，但這樣的香水侵入肌膚後帶來的傷害是「留根性」的，就像鼻炎過敏一樣，只要一用香水就會反覆，長期使用下去，除了打噴嚏、流鼻涕外，還會產生呼吸道病變。

不宜使用香水的四類人群

- 1) 哺乳期的母親——香水的有害化學成分會通過乳汁損害嬰兒健康。
- 2) 孕婦——香水中有毒成分，會對胎兒產生不良影響。
- 3) 兒童——家長噴香水，經孩子吸入，會引發兒童注意力不集中、學習障礙、活動過度，嚴重的甚至會誘發驚厥、發育遲緩等症狀。
- 4) 女性經期——經期女性身體抵抗力下降，對化學品反應更加敏感，有害成分對身體的危害程度更大。

若果戒不掉噴曬香水習慣，又不甘心五臟六腑或胎兒被毒害，可嘗試針灸治療。

針刺：風府、百會、血海和湧泉等穴，佐以艾灸，隔日一次，七次為一療程。針灸以上穴位，已證實有效活血化瘀、排毒解毒和平衡臟腑機能。