



純素美容 小心踩雷

素食生活除了飲食方面外，素食主義者在購買服飾時也盡可能避免皮革、絲綢和毛皮等材質。這種避免動物產品的做法延伸到其他消費領域，包括挑選美容產品。而純素美容亦越來越普及，然而，在各種美容產品中，來自動物的成分很多時以隱藏的名字出現在產品中，為免挑選到錯誤的非純素產品，本文分享12種要小心非素食成分，以及介紹其純素的替代品。



在 由使用動物產品逐漸過渡到純素美容，當然不必扔掉目前所有的產品。可以趁睫毛膏、唇彩、指甲油和護膚品用完後，在需要購買的時候，才換成純素的產品，並注意閱讀成分標籤。如果有興趣轉向純素美容，請留意化妝品中使用的這些常見動物成分，直接避開不挑選。

角鯊烯 又名鯊魚肝油、角鯊烷，常見於化妝品、潤唇膏及護膚品，多用作保濕用途。角鯊烯是由鯊魚肝油製成，為了獲得這種成分，深海鯊魚被捕殺。而鯊魚作為掠食者之一，在海洋中扮演重要的角色，每年大規模捕殺鯊魚以獲取食物和化妝品，破壞了生物多樣性及海洋生態系統。

純素替代品：
小麥胚芽和橄欖

鳥嘌呤 又名珍珠精華，常見於高光粉和古銅色化妝品，可打造閃亮的效果。鳥嘌呤來自魚鱗的微光，雖然許多人忽視了魚的感知能力，但事實上，魚具有複雜的神經系統，和其他動物一樣會感到疼痛及恐懼。

純素替代品：
人造絲或雲母

羊毛脂 是從羊毛中提取，常見於唇部產品，有保濕作用。許多用於服裝和美容的羊毛都是在農場裏批量生產的。雖然羊不需要被殺以獲取羊毛，但如果沒有適當的照顧，牠們可能會在剪羊毛的過程中受到傷害。

純素替代品：保濕植物油，如乳木果油和椰子油

蜜蠟 常見於潤脣膏，以保持嘴唇柔軟光滑。蠟被蜜蜂用來建造蜂巢，牠們儲存蜂蜜並養育幼蜂，當從蜜蜂身上提取蜂蠟時，事實上是正在破壞牠們的家園和生計。

純素替代品：小燭樹蠟和大豆

蜂蜜 常見於護膚品，可抵禦細菌和柔軟功效。創造蜂蜜的過程需要蜜蜂拜訪超過兩百萬朵花，才能生產出一磅蜂蜜。蜜蜂從事這種耗時的勞動是為了養活自己，而不是人類。

純素替代品：乳木果油及茶樹油

水解蠶絲蛋白 常見於護髮產品，可給頭髮帶來光滑和護髮效果。蠶絲是從蠶繭中提取的。據估計這過程需要3,000條蠶死亡，才能得到一磅蠶絲。

純素替代品：水解燕麥蛋白

膠原蛋白 常見於逆齡美容產品，可令皮膚更飽滿年輕。膠原蛋白的原料就是從動物的皮、組織和骨頭中製造出來。

純素替代品：雖然暫時沒有素食膠原蛋白，但可攝入維生素和礦物質替代，如鋅和維生素C，均具有促進膠原蛋白的特性

角蛋白 常見於頭髮和指甲產品，有助於強化頭髮和指甲。角蛋白由動物的毛髮、蹄子和角製成。用於角蛋白的動物的身體部分很可能是屠宰場的副產品。然而，若在動物活着的時候去角，對動物來說是一個非常痛苦的過程。

純素替代品：植物蛋白

甘油 常見於保濕產品。甘油可來自於動物脂肪，也可以來自於植物，如棕櫚油。然而，一些素食主義者也不使用棕櫚油，因為棕櫚油行業造成了森林砍伐，影響了蘇門答臘犀牛、侏儒象和猩猩等動物。

純素替代品：大豆油或椰子油

蟲膠 又名紫膠樹脂、蟲膠，常見於眼線膏、睫毛膏。紫膠蟲的分泌物被用來製作蟲膠，而一磅蟲膠，估計需要100,000隻紫膠蟲。

純素替代品：粟米為基礎的純素睫毛膏

酪蛋白 又名水解酪蛋白，常見於護膚護髮產品。酪蛋白來源於牛奶。一頭母牛一生都要被迫懷孕和擠奶，直到不能懷孕或產奶，這時牠們就會被宰殺用來做牛肉。

純素替代品：植物奶替代品

牛脂 常見於唇膏、粉底和眼影。牛脂由羊或牛的脂肪組織制成，化妝品中的牛脂通常是在動物被賣到肉類加工廠消費之前被修剪掉的脂肪組織。

純素替代品：植物油脂或石蠟

