

建議使用塊狀肥皂沐浴

你喜歡使用沐浴乳洗澡嗎，現在，恐怕你要開始改變了！

很多人使用沐浴乳洗澡，多半都只是因為沐浴乳方便使用，但是，方便使用卻未必是健康的，因為方便之中，利潤是最終考量，創造方便可以刺激產量，進而帶入利潤，對生產者而言，營收的重要性大過消費者的健康重要性，因此，沐浴乳的發明，雖然帶來了消費者的方便性與生產者的利潤，表面上是雙贏的局面，實際上，使用的消費者永遠是輸家！

首先，我們來探討沐浴乳的製造過程，一般的香皂，無非是使用成本低廉的動物性油脂，如牛或羊；或者成本高昂的植物性油脂，如椰子油與甘油，在過程中，加入化學凝固劑，或者自然凝固皂化，然後成為一塊塊的香皂。

但是，沐浴乳就不同了，由於水與油天生不相溶，試想不能相溶的水與油，如果要合而為一，唯一的方法，當然就是加入化學所製造的化工蘇打與穩定劑，而化工蘇打與穩定劑，卻是醫學界所公認的致癌物質之一。

也就是說，如果你使用一般的化學香皂，裡面所含的化學成分已經足以讓你的皮膚產生過敏或者病變，而沐浴乳則又加了更多更高的化學成分，大大縮短了你的皮膚病變的時間。

應該省下未來的醫藥費

這一切，當我們年輕尚有足夠的免疫力時，我們不會有太大的感覺，因此我們總是選擇了方便性，但是，如果有朝一日，我們老了或者生病，免疫力下降，這些長期累積在我們肌膚皮下層，甚至滲透進入我們體內各臟器的物質，將會大舉反撲，致使我們永遠失去健康，萬劫不復！

年輕不是揮霍的時代，而是儲存的黃金期，現代人追求健康與養生的同時，更應該減少化學物質對我們的腐蝕，否則，為了省錢或者方便，卻在若干年後將所省下的錢轉化為醫藥費用，恐怕只會製造更多的不便。