

警告：切勿侵犯版權

閣下將瀏覽的文章 / 內容 / 資料的版權持有者為消費者委員會。除作個人非商業用途外，閣下不得以任何形式傳送、轉載、複製或使用該文章 / 內容 / 資料，如有侵犯版權，消費者委員會必定嚴加追究法律責任，索償一切損失及律師費用。

30款美白保濕面膜 重金屬及含菌量測試

天氣乾燥的日子，你需要「急救」肌膚嗎？不少女士會敷一片保濕面膜，為肌膚即時補水，遇上戶外運動或旅行後曬黑皮膚，則會敷上美白面膜美白一番。最近有報道指有面膜含防腐劑對羥基苯甲酸酯類(parabens)，會否對皮膚構成影響？面膜價錢懸殊，安全和衛生程度是否一致讓人安心？

我的皮膚屬於混合性，偏乾。我大概一兩日就敷一次面膜，敷完面膜後，上妝好貼，不會好「浮」。多數敷保濕面膜，一星期才敷一次美白面膜，聽說如果日日敷美白面膜，皮膚會很乾。近期天氣比較乾燥，也會減少敷美白面膜。

楊秀惠

美白保濕面膜有散裝出售

共搜羅30款美白、保濕片裝面膜測試，大部分面膜以整包出售，每包售價由\$25至\$600，平均每片售價由\$3.3至\$100，非常懸殊。樣本中亦有以散裝每片或每12片組合裝出售的，每片售\$9.9或平均每片售\$11.5。

產品測試

測試參考內地2007年頒布的《化妝品衛生規範》，檢驗各款面膜的水銀、鉛及砷等重金屬、微生物及水楊酸含量是否符合標準，又根據台灣標準，測試面膜是否含可遷移熒光物質。

我鍾意不斷嘗試不同的面膜，家中有很多不同牌子的面膜，平貴都有。基本上我會跟從說明書來敷面膜，不會敷太長時間，相反，因為有時候會日日敷保濕面膜，如果那天太忙，可能敷5分鐘就拿下來；不太忙的話，就會一邊敷面膜，一邊睇電視。

測試結果

所有樣本檢測到的水銀、鉛及砷等重金屬均遠低於標準的上限，除2個樣本分別檢出含0.021%及0.44%防腐劑水楊酸外，其餘28款均檢不出水楊酸；檢出水楊酸的樣本在其成分標籤內有說明，而含量則符合內地標準上限。所有樣本的微生物含量亦遠低於內地標準，菌落總數在每克/每毫升500以下，霉菌及酵母菌量低於檢測極限，未有檢出糞大腸菌群、金黃葡萄球菌、銅綠假單胞菌等，亦未有檢出可遷移螢光物質。



之前拍劇要做特技化妝，要化一個「肥妝」，全臉黏上膠水，歷時半個月，皮膚都沒有出問題，化妝師亦讚我的皮膚健康。我平日很勤力保養皮膚，除了着重保濕，也會多喝水。



標籤資料是否足夠？

消費者除了關心產品的衛生和安全外，還會關注產品標籤資料是否足夠，所以本會亦檢視面膜的標籤資料如每片載量、成分及保質期（包括製造日期及有效期限），評估資料的詳細度。

成分資料

標示成分有助消費者瞭解產品所含物質和特性，例如留意產品是否含已知的美白或護膚成分作參考和比較。

標籤檢視發現大部分樣本都有標示所含成分，例如水、甘油、美白成分如維他命C衍生物或植物萃取物如蘆薈或海藻等，但有3款沒有標示成分表，1款則以日文標示，普羅消費者未必能夠理解。

保質期

過期護膚品可能會變質，出現有異味、發霉、油水分離等現象，甚至滋生細菌。用了變質的護膚品可能刺激眼睛、皮膚，出現痕癢、紅腫甚至發炎等不良反應，所以用前宜查看產品是否過期，如有異味或變質便需棄掉。

標籤檢視發現6款沒有任何日期，14款同時標示製造日期及有效期限（expiry date），10款則只標示製造日期或有效期限。

雖然本港並無硬性規定化妝品必須標示保質期，但本會認為美容用品的保質期對消費者來說十分重要，消費者可避免因使用過期護膚品而引致的不良反應，亦可提醒用者盡量在限期前使用，本會籲請製造商及供應商在護膚產品上標示製造日期及有效期供消費者參閱。

美白保濕面膜樣本

1
卡尼爾
GARNIER



2
倩盈
LA Suffren



3
LANEIGE



4
mannings



5
美即
mG



6
露得清
Neutrogena



美白保濕面膜樣本

7

OLAY



8

SK II



9

Bio-essence



11

東方瑩肌
ease for east



12

Sasa For You



13

Watsons



15

COSMED



16

O'slee



17

無添加
FANCL



19

MISSHA



20

肌研



21

REGENE



23

CLINIQUE



24

PUREDERM



25

shu uemura



27

白絲嬌麗
Besilke



28

I. SKIN focus



29

巴黎雪完美
Sewame



測試項目小檔案

重金屬測試

水銀(mercury)

水銀又稱汞，可令皮膚變白，但對人體有嚴重副作用，可影響神經系統，徵狀包括手震、視力或聽力下降，記憶力衰退、焦躁及失眠，又可能損害腎臟，引致水腫。

鉛(lead)

有毒性，對神經系統、血液、肝臟、腎臟等皆有影響。鉛(lead)可經由皮膚、呼吸管道或飲食進入人體，部分雖可排出體外，但部分仍會積聚於體內，達到某一程度，可能造成鉛中毒。鉛中毒的初期病徵包括食慾不振、體重逐漸下降、腹絞痛、容易疲倦及四肢乏力等。

砷(arsenic)

天然存在於地殼、石頭、泥土、水和空氣都有微量的砷。砷可積存體內造成中毒，令人體產生疲勞、倦怠、暈眩，有時亦有心悸、腹痛、嘔吐、食慾不振、皮膚角化症、身體各部位色素異常等症狀出現，較嚴重者則引起四肢末梢神經炎；中毒時間長，可能會造成知覺減退，甚至癱瘓。

微生物測試

微生物測試，可反映化妝品的衛生程度，測試包括：

1. 菌落總數(aerobic bacterial count)可反映樣本受細菌污染的程度，從中反映及用以檢討生產時所用的原材料、操作環境、機械、生產流程及員工的衛生習慣是否達到安全衛生標準。細菌數量愈高，表示產品衛生情況欠佳，使用產品後，細菌可能透過傷口或黏膜入侵皮膚，損害人體。
2. 霉菌及酵母菌量(yeast and moulds count)，這些菌廣泛存於自然界，大多數對人體無害，數量多寡可反映化妝品受污染程度及一般衛生狀況。
3. 糞大腸菌群(fecal coliforms)是來自人或溫血動物的腸道細菌，反映樣本是否受糞便污染，是重要的衛生指示。
4. 金黃葡萄球菌(*Staphylococcus aureus*)是葡萄球菌中對人類致病力最強的一種，嚴重時可導致敗血症。
5. 銅綠假單胞菌(*Pseudomonas aeruginosa*)對人有致病力，可使傷處化膿，引起敗血症。

可遷移熒光物質(migrating fluorescent materials)

雖然目前未有證據證明熒光劑會損害人體健康，但本會以往曾檢測到某些面膜可能含可遷移熒光物質，用以敷面後在特殊燈光下會出現熒光效果，曾引起關注，所以再度檢測。

水楊酸(salicylic acid)

水楊酸在護膚品中用作抗真菌劑、防腐劑，歐盟及內地化妝品的規管均容許使用。

10

DHC



14

~H2O+



18

L'OREAL



22

LANCÔME



26

SHISEIDO



30

SOFINA



表一：美白保濕面膜測試結果

| 編號 | 牌子 | 系列、型號或產品資料 [1] | 每包售價 [2] | 每包數量 (片) | 平均每片售價 [3] |
|----|--------------------|--|-------------|-------------|---------------|
| 1 | 卡尼爾 GARNIER | 深層美白清透面膜 Light Whitening Infusion Tissue Mask | \$99.9 | 5 | \$20.0 |
| 2 | 倩盈 LA Suffren | 珍珠透白面膜 Intensive Pearl White Mask | \$99.0 | 5 | \$19.8 |
| 3 | LANEIGE | 淨白剔透面膜 Star White Treatment Mask | \$350.0 | 8 | \$43.8 |
| 4 | mannings | 水漾保濕面膜 HydraAbsolute Facial Treatment Mask △ | \$39.9 | 5 | \$8.0 |
| 5 | 美即 mG | 海洋冰泉水面膜 OCEAN ICE SPRING HYDRATING MASK ◇ | \$9.9 | 1 | \$9.9 |
| 6 | 露得清 Neutrogena | 水潤精華保濕面膜 Hydro-Boost Mask | \$119.9 | 5 | \$24.0 |
| 7 | OLAY | 淨白淡斑舒展面膜 White Radiance soothing whitening stretch mask ▽ | \$129.9 | 5 | \$26.0 |
| 8 | SK II | 科研緻白深層修護面膜 Whitening Source Derm-Revival Mask | \$480.0 | 6 | \$80.0 |
| 9 | Bio-essence | 煥白修護彈力面膜 Tanaka White Skin White Perfecting Stretch Mask | \$119.0 | 5 | \$23.8 |
| 10 | DHC | α-arbutin White Mask | \$77.0 | 5 | \$15.4 |
| 11 | 東方瑩肌 ease for east | 極速水療5.5深層保濕面膜 Spa 5.5 Deep Hydrating Mask | \$25.0 | 4 | \$6.3 |
| 12 | Sasa For You | 草莓柔白面膜 Strawberry Whitening Face Mask | \$39.9 | 4 | \$10.0 |
| 13 | Watsons | 燕窩精華養顏淨白面膜 Bird's Nest Essence Whitening Facial Mask | \$41.9 | 6 | \$7.0 |
| 14 | ~H2O+ | 水柔保濕修護面膜 Moisturing Mask instant collagen therapy treatment | \$300.0 | 6 | \$50.0 |
| 15 | COSMED | 活肌煥膚嫩白彈力面膜 Q10 Elastic White Treatment Mask | \$95.0 | 10 | \$9.5 |
| 16 | O'slee | 超速美白面膜 WHITE++ BLANCHISSEMENT++ ROSEHIP MASK | \$49.9 | 5 | \$10.0 |
| 17 | 無添加 FANCL | 美白導入精華面膜 White Clear Mask | \$148.0 | 3 | \$49.3 |
| 18 | L'OREAL | VISIBLE RESULTS | \$118.0 | 5 | \$23.6 |
| 19 | MISSHA | 深海洋水凝面膜 dsw Aqua Sheet Mask | \$260.0 | 10 | \$26.0 |
| 20 | 肌研 | 白潤美白面膜 shirojyun | \$68.0 | 4 | \$17.0 |
| 21 | REGENE | 美肌の湯神仙水面膜 Vita Aqua-SPA Rejuvenating Mask ⊕ | \$138.0 | 12 | \$11.5 |
| 22 | LANCOME | X ³ 瞬白亮肌凝膠面膜 BLANC EXPERT NEUROWHITE X ³ Ultimate Whitening Bio-Cellulose Mask | \$600 | 6 | \$100.0 |
| 23 | CLINIQUE | 水嫩補濕面膜 Moisture Surge Facial Sheet Mask | \$375.0 | 6 | \$62.5 |
| 24 | PUREDERM | Whitening facial essence mask | \$25.0 | 2 | \$12.5 |
| 25 | shu uemura | depsea moisture replenishing mask | \$400.0 | 6 | \$66.7 |
| 26 | SHISEIDO | White Lucent Intensive Brightening Mask | \$510.0 | 6 | \$85.0 |
| 27 | 白絲嬌麗 Besilke | 補水淨白礦泉面膜 Moisturizing & Whitening Mineral Spring Mask | \$39.9 | 12 | \$3.3 |
| 28 | I. SKIN focus | 激白去斑面膜 Super Whitening and Pigment Removing Mask | \$28.0 | 3 | \$9.3 |
| 29 | 巴黎雪完美 Sewame | 美容煥采保濕面膜 SHINING MOISTURIZING MASK | \$39.9 | 7 | \$5.7 |
| 30 | SOFINA | Memory White Medicated Whitening Mask | \$250.0 | 6 | \$41.7 |

註

以標籤資料整體評分排序，相同評分以英文字母排序。

所有樣本的鉛、水銀及砷等重金屬含量均遠低於標準上限，霉菌及酵母菌量低於檢測極限，也未有檢出糞大腸菌群、銅綠假單胞菌、金黃葡萄球菌等致病菌及可遷移螢光物質。

一：沒有資料。

[1] △：供應商表示由於更換生產商，已沒有售賣此產品。

◇：以散裝出售。

▽：產品已用新包裝。

⊕：以12片組合裝出售。

[2] 本會於1月在市面調查所得的一般售價，不計推廣價或折扣，售價隨售賣地點、店舖及推廣時間有差異，只供參考。

[3] 按每包售價及片數計算所得。

[4] 一：沒有標示成分。

中、英：以英文詳細標示成分，以中文標示部分成分。

英：只以英文標示成分。

中：只以中文標示成分。

日文：只以日文標示成分。

[5] ●：沒有標示成分。

●愈多表示成分資料愈詳細。

此外，大部分樣本都附有使用說明，例如建議每星期使用次數、讓面膜留在面上的時間（譬如10至15分鐘）等，部分標示用後需要清洗，其餘則標示不用清洗，建議按摩面部直至皮膚吸收餘下液體。

對羥基苯甲酸酯類為何引起關注？

早前有報道指台灣某些面膜被檢出含防腐劑對羥基苯甲酸酯類（parabens），不過全部符合當地標準在1%以下。

對羥基苯甲酸酯類是較常用於護膚品的防腐劑，包括甲酯（methylparaben）、乙酯（ethylparaben）、丙酯（propylparaben）、丁酯（butylparaben）等，由於這類防腐劑的毒性不強，又能抑制細菌生長達到保存的

| 標籤資料 | | | | | | 測試結果 | |
|-----------|--------------------|-----------|------------|------------|-----------|------------------|-------------|
| 聲稱 來源地 | 聲稱 每片載量 (毫升) | 成分標示 | | 保質期 [6] | 整體 [7] | 菌落總數 (cfu/g) [8] | 水楊酸 (%) [8] |
| | | 語文 [4] | 詳細度 [5] | | | 中國《化妝品衛生規範》上限 | |
| | | | | | | 500 * | 0.5 |
| — | 27 | 英 | ●●●●● | ●●●●● | ●●●●●● | -- | -- |
| — | — | 中、英 | ●●●●● | ●●●●● | ●●●●●● | 10 | -- |
| 韓國 | 25 | 英 | ●●●●● | ●●●●● | ●●●●●● | 10 | -- |
| — | — | 中、英 | ●●●●● | ●●●●● | ●●●●●● | -- | -- |
| — | 25 克 | 英 | ●●●●● | ●●●●● | ●●●●●● | 10 | -- |
| 中國 | — | 英 | ●●●●● | ●●●●● | ●●●●●● | -- | -- |
| 中國 | — | 英 | ●●●●● | ●●●●● | ●●●●●● | 10 | 0.44 |
| 日本 | — | 英 | ●●●●● | ●●●●● | ●●●●●● | -- | -- |
| — | — | 中、英 | ●●●●● | ●●●●● | ●●●●●● | -- | -- |
| 日本 | 12 | 英 | ●●●●● | ●●●●● | ●●●●●● | -- | -- |
| — | — | 中、英 | ●●●●● | ●●●●● | ●●●●●● | -- | -- |
| — | 25 | 英 | ●●●●● | ●●●●● | ●●●●●● | -- | -- |
| 中國 | 30 | 英 | ●●●●● | ●●●●● | ●●●●●● | -- | -- |
| — | 30 克 | 中、英 | ●●●●● | ●●●●● | ●●●●●● | -- | -- |
| — | — | 英 | ●●●●● | ●●●●● | ●●●●●● | -- | -- |
| — | — | 英 | ●●●●● | ●●●●● | ●●●●●● | -- | -- |
| 日本 | 16 | 中 | ●●●●● | ●●●●● | ●●●●●● | 10 | -- |
| 中國 | 22 | 英 | ●●●●● | ●●●●● | ●●●●●● | 10 | -- |
| 韓國 | — | 英 | ●●●●● | ●●●●● | ●●●●●● | -- | -- |
| — | 20 | 中 | ●●●●● | ●●●●● | ●●●●●● | -- | -- |
| — | — | 中 | ●●●●● | ●●●●● | ●●●●●● | 10 | -- |
| 日本 | 15 | 英 | ●●●●● | ●●●●● | ●●●●●● | -- | 0.021 |
| 日本 | — | 英 | ●●●●● | ●●●●● | ●●●●●● | -- | -- |
| 韓國 | — | 英 | ●●●●● | ●●●●● | ●●●●●● | 10 | -- |
| 日本 | 23 | 英 | ●●●●● | ●●●●● | ●●●●●● | -- | -- |
| 日本 | — | 英 | ●●●●● | ●●●●● | ●●●●●● | -- | -- |
| 中國 | 24 克 | — | ●●●●● | ●●●●● | ●●●●●● | -- | -- |
| — | — | — | ●●●●● | ●●●●● | ●●●●●● | 10 | -- |
| — | — | — | ●●●●● | ●●●●● | ●●●●●● | -- | -- |
| 日本 | 24 | 日文 | ●●●●● | ●●●●● | ●●●●●● | -- | -- |

[6] 保質期包括標示製造日期及有效期限的資料。
 ●●●●●：兩項都有標示。
 ●●●●●：只標示有效期限 (expiry date)。
 ●●●●●：只標示製造日期。
 ●●●●●：兩項都沒有標示。

[7] 標籤資料整體評分比重如下：
 標示載量 10% 成分標示詳細度 35%
 標示語文 20% 保質期 35%

[8] --：菌落總數少於10或水楊酸少於0.01%，低於檢測極限。
 數字為檢出菌落數量或水楊酸量。
 * 一般化妝品不得大於1,000cfu/g或1,000cfu/ml，眼部化妝品及口唇等黏膜化妝品不得大於500cfu/g或500cfu/ml，由於面膜可靠近眼部，本會參考較嚴格的500cfu/g或500cfu/ml規限。

中國《化妝品衛生規範》要求

水銀:1 ppm

鉛:40ppm

砷:10ppm

菌落總數：一般化妝品不得大於1,000cfu/g或1,000cfu/ml，眼部化妝品及口唇等黏膜化妝品不得大於500cfu/g或500cfu/ml，由於面膜可靠近眼部，本會參考較嚴格的500cfu/g或500cfu/ml規限。

糞大腸菌群、銅綠假單胞菌及金黃葡萄球菌：不得檢出

霉菌和酵母菌：不得大於100cfu/g或100cfu/ml

水楊酸:0.5% (即5,000ppm)

題不大。

本會亦檢視樣本標籤，發現30個樣本中，14個標示含對羥基苯甲酸酯類，其餘沒有標示是否含該等成分的樣本中，部分標示含其他類別例如苯甲酸钠 (sodium benzoate) 或苯氧乙醇 (phenoxyethanol) 等防腐劑。

選購貼士

消費者應先檢視產品標籤資料是否完整，例如成分資料、功用、有效期、製造商及聯絡等資料，亦應留意所針對的皮膚特性是否適合。此外，製造商雖聲稱一般可保存1年或以上，但建議消費者購買後最好盡快使用，以免變質造成浪費。面膜雖可暫時補充肌膚的水分或美白，但不建議天天使用，以免皮膚失去水分，反令肌膚過份乾燥（見下文「皮膚科專科醫生意見」）。

使用前應詳閱使用說明，並在不顯眼的地方如側面或頸部做皮膚測試以策安全。敷面時間不要超過使用說明的時間，也不宜敷着面膜睡覺，以免肌膚出現紅腫、破

效果，因此廣泛應用於各類化妝品中。部分外地研究報道曾指對羥基苯甲酸酯類會破壞保護皮膚的皮脂膜，含量過高時會令皮膚變得乾燥，若長期使用或殘留在皮膚上，會降低皮膚分泌皮脂的功能，而引起接觸

性皮膚炎。

美國食品及藥物管理局、歐盟 (EU) 及內地均准許對羥基苯甲酸酯類應用於化妝品、食物及藥物，並有含量規定。只要添加量符合相關標準的要求，正常使用間

損或過敏等症狀，造成反效果。

皮膚科專科醫生意見

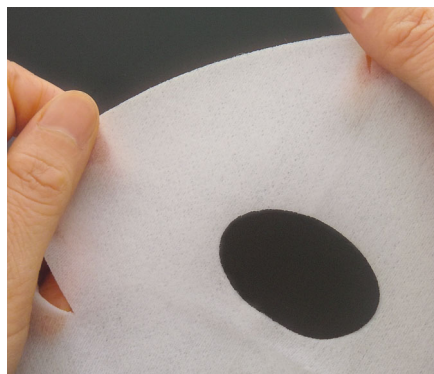
本會專訪皮膚科專科醫生史泰祖對用面膜的意見。

敷面膜不用太頻密

史泰祖醫生認為敷面膜不要太頻密或時間太長，視乎產品建議和個人皮膚而定，一般產品建議每星期用2至3次，每次敷10至15分鐘已足夠。如使用面膜過於頻密，會如主婦手因經常接觸水分，令表皮層（保護層）溶化剝落，削弱皮膚鎖緊水分的功能，又或如嘴唇般，過度舔嘴唇，令角質層變薄及脫皮，水分更易流失，皮膚會愈來愈乾。

用新產品前宜先測試

使用化妝品或護膚品人士，相信半數以上人士曾有過敏，皮膚出現痕癢、紅腫等情況。皮膚專科醫生也不時遇上因用護膚品、化妝品等引致皮膚過敏的人士的求診個案。若敷面膜而令皮膚過敏，應停止使用



▲面膜有不同的質材，以不織布佔大部分。

產品及向醫生求診。若皮膚易受刺激或易有問題，建議首次用新面膜產品前，用少許或剪小塊貼於側臉或頸部試用，沒有出現過敏情況才全臉用較安全。

美白面膜較易致過敏

聲稱可美白或同時美白補濕的面膜一般較單純水分面膜易致皮膚過敏，原因是美白面膜較多含植物或果酸等刺激皮膚成分，一方面加速角質層剝落，令皮膚看起來較幼嫩、光滑和紅潤，但另一方面卻加速皮膚水分流失，皮膚易受刺激致過敏，所以購買時要留意成分，用前要詳閱說明及按說明使用。

每人皮膚承受力不一

每個人的皮膚有不同的承受能力，大致可分為油性皮膚、乾性皮膚、中性皮膚或混合性皮膚，選購面膜等護膚產品時要留意自己的皮膚特性，例如油性皮膚適合選水分多的產品，乾性皮膚則避免水分多的產品，而應選較滋潤的產品等。如試用產品後仍覺皮膚繃緊，可能該產品並不適合。

冬日皮膚需滋潤

冬天濕度低溫度亦低，皮膚會較乾燥，不建議頻密用面膜或洗臉，以免過度除去角質層，通常會建議皮膚少沾水，並在洗臉或洗澡後趁皮膚仍然濕潤，塗上油潤的護膚品例如含甘油（glycerin）、礦物油（mineral oil）或羊脂（lanolin）等。並在感到皮膚乾燥繃緊時隨時塗上以滋潤皮膚。

廠商意見

「mannings」（#4）的供應商表示由於更換生產商，於2008年底已沒有在市場上發售此產品。

「OLAY」（#7）的製造商表示產品已用新包裝。

小學問 大幫忙——面膜成分逐個看

當消費者檢視面膜的標籤時，會發現一長串的成分，有些強調保濕滋潤、有些則強調清潔、美白甚至抗皺等。面膜的主要成分有水、保濕劑、乳化劑、增稠劑、防腐劑、美白成分、植物萃取液、香料（fragrance）及其他，究竟它們是什麼，作用為何？

1. 水（aqua, water）：為溶劑及稀釋劑。

2. 保濕劑（humectants）：讓水分留在肌膚表面，防止水分流失，補充肌膚所流失的水分，常見的成分有丙二醇（propylene glycol）、丁二醇（butylene glycol）、鯊烯（squalane）、甘油（glycerin）、透明質酸（又稱玻尿酸，hyaluronic acid）等。

3. 乳化劑（emulsifiers）：使親水性和親油性物質能夠穩定，如聚葡萄糖（polysorbate）等。

4. 增稠劑（thickeners）：增加液體的黏度，例如山羊膠（xanthum gum）、聚羧乙烯（carbomer）。

5. 防腐劑（preservatives）：避免面膜變質，部分人士可能對某些防腐劑過敏。有對羥基苯甲酸酯類、水楊酸、苯氧乙醇（phenoxyethanol）及甲基異噻唑啉酮（methylisothiazolinone）等。

6. 美白成分（whitening agents）：包括果酸（AHA）、維他命C葡萄糖苷（ascorbyl glucoside）、麴酸（kojic acid）、熊果素（arbutin）等，可能易致皮膚過敏。

7. 植物萃取液（plant extracts）：有些植物萃取液具有美白、保濕、鎮靜或消炎的功能，如蘆薈（aloe）、海藻（algae）、桑椹（mulberry）、薰衣草（lavender）、長春藤（ivy）等。

8. 其他成分：尚有抗氧化劑如維他命E（tocopherol），可避免面膜的成分因接觸空氣產生氧化而失去效用，以及調節酸鹼值的檸檬酸鈉（sodium citrate）等。