

春雨茄子洁面乳到底好不好用？真实测评与避坑指南

这两年“春雨茄子洁面乳”在韩系护肤圈里热度一直不低，尤其适合混油皮和油痘肌。很多人第一次听到这个名字，会以为它跟食物有关——其实“春雨”是品牌名，“茄子”指的是外形像茄子的紫色管状包装，跟吃的茄子没半点关系。洁面乳本身主打温和清洁和控油，核心成分是积雪草提取物和天然清洁因子，不是靠强力去油来洗净，而是靠舒缓成分维持皮肤屏障。市面上同类型产品不少，但这款因为品牌知名度和性价比，经常被人拿来跟珂润、elta MD做对比。

它到底适合什么肤质？干皮和敏感肌要小心

从实际使用反馈来看，春雨茄子洁面乳最适配的其实是中性偏油、偶尔长闭口的皮肤。它里面含有微小颗粒，揉开后有轻微磨砂感，对大油田能起到适度去角质的作用。但如果你是干皮或者屏障受损的敏感肌，这种颗粒感可能会过度摩擦表皮，导致泛红刺痛。很多人在小红书反馈说“洗完脸有点紧绷”，其实正是清洁力偏强的信号——油皮觉得清爽，干皮就得马上护肤。另外，它对红肿痘痘的直接消炎效果有限，更多是预防油脂堆积堵塞毛孔。

正确用法不是直接上脸，很多人第一步就错了

最常见的误区是挤出来直接往脸上搓。正确做法是先在手心加水充分揉搓起泡——注意，它属于低泡型洁面，泡沫不会很绵密，这是配方特点，不是偷工减料。起泡后轻轻打圈按摩，避开眼周，重点在T区和下巴。按摩时间控制在30秒以内，太久反而会把保护皮肤的天然皮脂膜洗掉。另外，它里面的紫色小颗粒是纤维素微珠，可以生物降解，但如果你脸上的痘痘正处在破口期，建议暂停使用，避免颗粒进入创口引发二次感染。

跟其他热门洁面比，它的短板和优势都很明显

| 对比维度 | 春雨茄子洁面乳 | 珂润润浸保湿洁面泡沫 | elta MD氨基酸泡沫洁面乳 |

| ----- | ----- | ----- | ----- |

| 主要清洁成分 | 氨基酸+少量皂基 | 纯氨基酸 | 氨基酸+酵素 |

| 刺激性 | 中等（有颗粒） | 低 | 低 |

| 适合肤质 | 混油/油皮 | 干皮/敏感肌 | 所有肤质 |

| 控油效果 | 中等偏强 | 弱 | 中等 |

从表里能看出来，春雨这款在控油上比另两款有优势，但对敏感肌不够友好。如果你追求极致温和，还是珂润更稳妥；如果预算有限且皮肤耐受，春雨性价比很能打。另外要注意，它不适合长期每天早晚都用——油皮可以隔一天用一次，干皮一周两次就够了。

关于“紫色颗粒”和“辣眼睛”的两个关键提醒

很多人被网上的种草图吸引，觉得紫色颗粒很可爱，但实际使用中如果揉碎不充分，残留颗粒会卡在手指缝里，甚至掉进眼睛。已经有网友反馈这款洁面乳入眼后刺激性较强，会刺痛。所以务必先揉搓

化开再上脸，冲洗时要用流水彻底冲净发际线和下颌角。另一个常见误区是把它当成卸妆产品——它只能洗掉防晒和淡妆，防水眼线、睫毛膏、持妆粉底必须用专用卸妆产品。如果你只涂了隔离或素颜霜，用它就够了。

价格和购买渠道要注意什么

春雨官网经常有活动，日常一支50ml装大概在60-80元之间。如果看到低于40元的，基本可以判定是假货。由于这款洁面乳有轻微磨砂感，真品质地应该是带细颗粒的紫色膏体，挤出来比较稠，假货往往偏稀或者颗粒过大。建议从官方旗舰店或授权商超购买，不要图便宜找代购小店，因为洁面乳是日常消耗品，质量不稳定反而伤脸。

最后说个很多人不知道的点：春雨茄子洁面乳其实分成“旧版”和“新版”，旧版更刺激，新版把颗粒研磨得更细，清洁力也调低了。如果你之前用旧版觉得干，可以试试新版；如果刚入手体验不好，先看看自己买的是哪个版本。包装正面通常有“NEW”字样就是新版。

FAQ

问：春雨茄子洁面乳能去黑头吗？

对浅层角栓和油脂粒有一定改善作用，但深层黑头需要配合酸类产品或定期清洁面膜，它本身不是专门去黑头的产品。

问：孕妇可以用吗？

成分里没有孕妇禁用成分，但颗粒摩擦和香精对个别敏感孕妇可能造成不适，建议先做局部测试。

问：用完这个还需要用二次清洁水吗？

如果化妆棉擦拭不黄，说明洗干净了，不需要。油皮可以搭配含水杨酸的爽肤水二次清洁，但干皮完全没必要。