



KOSMETICKÁ AKTIVA S LÉČIVÝMI ÚČINKY

Do této části shrnuji aktivní látky s širším spektrem navzájem se doplňujících účinků, jejichž společnou charakteristikou je pozitivní vliv na ne-zdravou pokožku.

PROTIZÁNĚTLIVÉ ÚČINKY

Protizánětlivých účinků si ceníme jak u aktivních forem akné, tak třeba u přípravků používaných na pleť po holení. Mají své místo také v péči po opalování.

- **ethanol** (INCI: *Alcohol*): prachobyčejný alkohol, jeho velkou výhodou je možnost nasazení jako rozpouštědla pro přípravu vlastních rostlinných extraktů stejně jako možnost jím kosmetický produkt konzervovat;
- vitamín B3 - **niacinamid** (niacin, nicotinamid, INCI: *Pyridin-3-carbonsäure-amid*): rozpustný ve vodě; působí také na posílení ochranné bariérové vrstvy a reguluje produkci seba; dávkování 2 - 5%;
- **allantoin** (INCI: *Allantoin*): příbuzný urey, nicméně na rozdíl od ní se používá v nesrovnatelně nižším dávkování 0,1 - 0,5% vzhledem k vodě, přičemž nerozpuštěný může vést k podráždění pokožky;
- **alfa-bisabolol** (INCI: *Bisabolol*): rozpustný v lipidní složce, dávkování 0,2 - 1%;
- **oxid zinečnatý** (INCI: *Zinc oxide*): účinný při zásaditějších hodnotách pH konečného produktu, cca. 7 - 7,5 a při formulaci se vykazuje značnou pufrovací kapacitou;
- **zinek PCA** / zinečnatá sůl kyseliny Pyrrolidonu karboxylové (INCI: *Zinc PCA*): kromě hydratačních vlastností reguluje obdobně jako i další sloučeniny zinku tvorbu seba, působí deodoračně a antimikrobiálně a nachází proto uplatnění při ošetření akné; rozpustná ve vodě, dávkujeme 0,2 - 1 %;
- nově jsou na trhu i další zinečnaté soli mastných kyselin - **stearát zinečnatý, ricinoleát zinečnatý**, které kromě protizánětlivého, baktericidního a fungicidního účinku fungují jako zahušťující přísady ve všech typech emulzí, používají se i do deodorantů; rozpustné v lipidní fázi, dávkujeme 1 - 3 %.

Z rostlinné říše se protizánětlivými účinky vykazují kořen lékořice (*Glycyrrhiza Glabra*, extrakt), violka (*Viola Tricolor*, extrakt), semena kmínu (*Nigella Sativa*, CO₂ extrakt), kořen lopuchu (*Arctium Lappa*, extrakt), chmelové šišky (*Humulus Lupulus*, extrakt, CO₂ extrakt), vilín viržinský (*Hamamelis Virginia*, hydrolát, extrakt), zelený čaj (*Camelia Sinensis*, extrakt, hydrolát), měsíček (*Calendula Officinalis*, extrakt, CO₂ extrakt, macerát, hydrolát), arnika (*Arnica Montana*, extrakt, CO₂ extrakt), levandule (*Lavandula angustifolia*, extrakt, hydrolát, esenciální olej), třezalka (*Hypericum perforatum*, extrakt, macerát, hydrolát), řebríček (*Achillea millefolium*, extrakt, hydrolát, esenciální olej), jitrocel (*Plantago lanceolata* nebo *Plantago major*, extrakt, hydrolát), tymián (*Thymus vulgaris*, extrakt, hydrolát, esenciální olej) nebo přeslička (*Equisetum Arvense*, extrakt).

Dále můžeme doplnit oleji ze semen černého rybízu (*Ribes nigrum*, LZS nativ nebo CO₂ extrakt), ze semen maliny (*Rubus idaeus*, LZS nativ nebo CO₂ extrakt), konopí (*Cannabis sativa*, LZS nativ, CO₂ extrakt) nebo pupalkový (*Oenothera biennis*, LZS nativ, CO₂ extrakt), které za svůj protizánětlivý účinek vděčí obsahu kyseliny stearidonové.



ZKLIDŇUJÍCÍ ÚČINKY

Zklidnění potřebuje podrážděná pleť, a to například po slunění, nebo obecně pleť citlivá či neklidná projevující se lokálním červenáním, pnutím a svěděním nebo zvýšenou citlivostí na kosmetické produkty.

- alfa-bisabolol (viz výše);
- allantoin (viz výše);
- **d-panthenol** - dexpanthenol nebo provitamin B5 (INCI: Panthenol): jako součást koenzymu A se podílí na regeneračních procesech látkové výměny; ve vodě rozpustný, obvykle v 75% koncentraci; v rinse-off produktech dávkuje 0,1 - 0,5 %, v leave-on produktech 1 - 5 %, přičemž při horní hranici se pohybujeme u produktů určených na hojení ran;
- oxid zinečnatý (viz výše).

Z rostlinných produktů můžeme sáhnout po slézu (*Malva sylvestris*, extrakt), okurce (*Cucumber*, extrakt, šťávu nebo hydrolát), měsíčku (*Calendula officinalis*, extrakt, CO₂ extrakt, macerát, hydrolát), arnice (*Arnica Montana*, extrakt, CO₂ extrakt), levanduli (*Lavandula angustifolia*, extrakt, hydrolát, esenciální olej), světlíku (*Euphrasia officinalis*, extrakt), lékořici (*Glycyrrhiza glabra*, extrakt), růži (*Rosa damascena*, hydrolát) neob geraniu (*Pelargonium graveolens*, hydrolát).

HOJIVÉ ÚČINKY

Drobná poranění či poškození pokožky např. popálením, odřením podpoříme hojivými účinky následujících:

- d-panthenol (viz výše);
- alfa-bisabolol (viz výše).

Z rostlin napomáhají hojení heřmánek pravý (*Chamomilla recutita*, extrakt, CO₂ extrakt), vilín viržinský (*Hamamelis virginia*, hydrolát, extrakt), měsíček lékařský (*Calendula officinalis*, extrakt, CO₂ extrakt, macerát, hydrolát), arnika (*Arnica montana*, extrakt, CO₂ extrakt), levandule (*Lavandula angustifolia*, extrakt, hydrolát, esenciální olej), třezalka (*Hypericum perforatum*, extrakt, macerát, hydrolát), jitrocel (*Plantago lanceolata* nebo *Plantago major*, extrakt, hydrolát).

ADSTRINGENTNÍ ÚČINKY

Adstringentní účinky je pojem popisující stahující, svírající účinky látek, které interagují s bílkovinami povrchové vrstvy tkáně a překrývají je zahuštěnou membárnou. Účinné látky s adstringentními účinky nasazujeme při ošetření zdravé pleti při obrazu pleti vyznačujícím se viditelně zvětšenými póry, po holení, nebo do deodoračních produktů.

- ethanol (viz výše);
- **alaun** (INCI: *Alaun* nebo *Potassium alum* a nebo *Ammonium Alum*): sice je pro použití ve faramproduktech a certifikované přírodní kosmetice schválen, ale nezapomínejte, jedná se o hliník; dávkování 0,5 - 1%;
- **křemelina** (INCI: *Solum Diatomeae*).



Mezi rostlinami vybereme vilín viržinský (*Hamamelis virginia*, hydrolát, extrakt), světlík (*Euphrasia officinalis*, extrakt), cist (*Cistus ladaniferus*, hydrolát), řebříček (*Achillea millefolium*, extrakt, hydrolát, esenciální olej), jitrocel (*Plantago lanceolata* nebo *Plantago major*, extrakt, hydrolát) a nebo také květ bílého leknínu (*Nymphaea alba*, extrakt).

ANTIMIKROBIÁLNÍ ÚČINKY

Užití v deodoračních produktech, ošetření vlasové pokožky při výskytu lupů, v přípravcích určených na péči o nohy. Shrnujeme zde látky účinné antivirálně, antibakteriálně, antimykoticky/protiplísňově, ale i antibioticky. V případě konkrétní potřeby je třeba hledat cíleně, účinky každé z látek jsou vůči konkrétním mikroorganismům odlišné.

- alkoholy (viz výše);
- **sůl** (INCI: *Sodium chloride*, resp. *Natrium chloride*);
- alaun (viz výše);
- **ricinoleát zinečnatý** (INCI: *Zinc Ricinoleate*): lipofilní, dávkování 1,5 - 3%;
- **triethylcitrát** (INCI: *Triethyl Citrate*): lipofilní látka, pro formulace na bázi vody a alkoholů je třeba použít solubilizátor, dávkování 1 - 5%.

Z rostlinných zdrojů můžeme sáhnout po semenech kmínu (*Nigella sativa*, nativní olej, CO₂ extrakt), semenech mrkve (*Daucus carota*, nativní olej, CO₂ extrakt), levanduli (*Lavandula angustifolia*, extrakt, hydrolát, esenciální olej), třezalce (*Hypericum perforatum*, extrakt, macerát, hydrolát), meduňce (*Melissa officinalis*, extrakt, hydrolát, esenciální olej), jitroceli (*Plantago lanceolata* nebo *Plantago major*, extrakt, hydrolát), tymiánu (*Thymus vulgaris*, extrakt, hydrolát, esenciální olej), šalvěji (*Salvia officinalis*, extrakt, esenciální olej, hydrolát), provazovce vousaté (*Usnea barbata*, extrakt) či zeleném čaji (*Camelia sinensis*, extrakt, hydrolát).

Zdroje informací o léčivých účincích esenciálních olejů a hydrolátů:

- Wabner Dietrich: *Taschenlexikon der Aromatherapie*. Verlag Systemische Medizin AG, Bad Kötzingen a München 2013.
- Zimmermann, Eliane: *Aromatherapie. Die Heilkraft ätherischer Pflanzenöle*. Heinrich Hugendubel Verlag, Kreuzlingen/München, 2008.
- Kleindienst-John, Ingrid: *Hydrolate. Sanfte Heilkräfte aus Pflanzenwasser*. freya Verlag, 2012.
- Fischer-Rizzi, Susanne: *Das große Buch der Pflanzenwässer*. AT Verlag, 2014.