

# Kosteusvoiteet

## KUINKA KOSTEUSVOITEET TOIMIVAT?

### MIKÄ TEKEE IHOSTAMME SELLAISEN KUIN SE ON?

**P**esemme ihoa joka päivä ja hoidamme sitä voiteilla, mutta kuinka paljon oikeastaan tiedämme kehomme uloimmasta kerroksesta ihosta?

Yksinkertaistettuna ihomme koostuu kolmesta kerroksesta: päällimmäistä tai ulointa kerrosta kutsutaan orvaskedeksi (epidermis); seuraavaa kerrosta, joka sisältää verisuonia, hermopäätteitä, karvatuppia ja hikirauhasia, kutsutaan verinahaksi (dermis); ja viimeistä kerrosta ihonalaiseksi rasvakerrokseksi tai ihonalaiskudokseksi (hypodermis), joka sisältää suurempia verisuonia ja hermoja.

Kuiva iho tuntuu usein karhealta ja hilseilevältä. Orvaskeden pintakerros, marraskesi eli sarveiskerros (stratum corneum), on avainasemassa kosteuden säilyttämisessä iholla. Tavallisesti marraskesi sisältää vettä enimmillään 15 %. Kun sen kosteuspitoisuus laskee alle 10 %:iin, iho näyttää ja tuntuu kuivalta ja hilseilevältä ja jos kuivuminen jatkuu, se voi johtaa ihon joustavuuden heikkenemiseen ja ihon halkeiluun.

Solujen väliset tilat orvaskedessä sisältävät rasvoja sekä muita ainesosia. Soluissa olevat vesiliukoiset aminohapot ja suolat auttavat soluja säilyttämään kosteutensa ja niiden seos tunnetaan nimellä Natural Moisturising Factor (NMF). Tämä aminohappojen ja suolojen seos on tärkeä, koska se auttaa marrasketä säännöstelemään luonnollista kosteuden menetystä ehkäisemällä kosteuden haihtumista syvemmistä ihokerroksista. Aminohappojen ja suolojen seos peseytyy helposti pois (koska se on vesiliukoinen), mikä heikentää solujen kykyä säilyttää kosteutensa ihon pinnalla. Joskus käyttäessämme voimakkaita saippuuita tai pesuaineita tai altistuessamme liuottimille nämä arvokkaat ainesosat peseytyvät pois ja iho menettää kykyään säilyttää kosteutta, jolloin se alkaa kuivua ja halkeilla.

Ihosolut uudistuvat jatkuvasti ja kuolleet solut irtoavat. Orvaskesi sisältää luonnollisia entsyymejä, jotka ovat tärkeitä vanhoista ihosoluista eroon pääsemiseksi. Nämä entsyymit tarvitsevat kosteutta toimiakseen kunnolla.

# Kosteusvoiteet

Jos iho on kuiva, ihosolut irtoavat liian nopeasti. Sen sijaan, että ne irtoaisivat yksitellen, ne irtoavat isoina valkoisina hiutaleina. Toistuva kosteusvoiteen käyttö lisää vesipitoisuutta ja normalisoi solujen uusiutumisen. Tämän vuoksi kosteusvoiteen säännöllinen käyttö on tärkeää.

Kosteusvoide, joka on suunniteltu edistämään ihon kosteutusta, sisältää vettä ja humektantteja, jotka on sekoitettu öljyihin ja emulgoitu muodostamaan nesteen tai voiteen. Koska useimmat kosmeettisista kosteuttavista tuotteista ovat vesipohjaisia, niissä on käytettävä säilöntäaineita, jotka estävät mikrobien kasvun. Mikrobeja on kaikkialla ympäristössä, myös kehon pinnalla ja sisällä. Ilman säilöntäaineita mikrobit pilaisivat tuotteen nopeasti ja tekisivät sen käytöstä jopa terveysriskin.

## KUINKA KOSTEUSVOITEET VOIVAT SAADA IHOMME NÄYTTÄMÄÄN PAREMMALTA?

Kun iholle lisätään kosteusvoidetta, sen sisältämä neste täyttää kuivien ihohiutaleiden ja ihon välisen ilmaräön paremmin kuin pelkkä ilma. Tämän nesteen taitekerroin on lähempänä ihon omaa ja siten se auttaa pikemminkin johtamaan valoa kuin heijastamaan sitä. Eli ihon kosteustasoa lisäämällä marraskedestä tulee läpikuultavampi, minkä seurauksena suurempi määrä valoa tavoittaa alemmat ihokerrokset. Tästä johtuu ihonvärin selvä kohentuminen, mikä on usein nähtävissä jo kosteusvoiteen levittämishetkellä.

## MISTÄ KOSTEUSVOIDE KOOSTUU JA KUINKA SE TOIMII?

Kosteusvoiteet ovat avainasemassa sekä kosteuden lisäämisessä iholle että ihon pitämisessä kosteutettuna.

Useimmat kosteuttavista kasvovoiteista koostuvat öljy-vedessä -emulsioista, jotka muodostuvat pikkuisista öljypisaroista vesipohjassa. Ehkäistäkseen öljyn ja veden erottumisen tai emulsion hajoamisen valmistajat lisäävät voiteisiin stabilointiaineita, kuten emulgointiaineita ja sakeutusaineita.

Auttaakseen säilyttämään kosteuden ihossa kosteusvoiteet sisältävät humektanteiksi (kosteuttajat) kutsuttuja aineita, jotka pystyvät vetämään puoleensa vettä ja auttavat säilyttämään sitä ihossa. Yksi vanhimmista ja parhaista esimerkeistä on glyseriini, jota toisinaan kutsutaan glyseroliksi. Se on ollut perushumektantti monien vuosikymmenien ajan.

## UUSIA INNOVAATIOITA

Viime aikoina on kehitetty kosteusvoiteita, jotka aikaansaavat luonnollisenkaltaisen rusketuksen. Yksi tehokkaimmista aineista auringottomaan rusketukseen on dihydroksiasetoni (DHA), jota on aikaisemmin käytetty itseruskettavissa tuotteissa. Rusketus itsessään ei ole väriainetta, "ihomaalia" tms., vaan se muodostuu DHA:n ja ihon pinnan aminohappojen välisen kemiallisen reaktion tuloksena ihonpinnan uloimmassa kerroksessa, marraskedessä. Tämä reaktio on samankaltainen elintarvikekemistien hyvin tunteman Maillardin reaktion kanssa (ruskistumisprosessi, joka esiintyy ruoan valmistuksen ja varastoinnin aikana). Siihen ei sisälly ihon pigmentoitumista eikä ihon värin muuttuminen edellytä UV-säteille altistumista. Reaktio on myrkytön ja iholle turvallinen, eikä siitä aiheudu UV-altistukseen liittyvää vaurioitumista. Väri on tilapäinen ja haalistuu hitaasti, kestäen kolmesta kymmeneen päivään. On hyvä kuitenkin muistaa, ettei DHA:n aikaansaama rusketus suojaa auringolta.