

手作りの意外な危険性

安い、簡単、ナチュラル……。手作り化粧品が女性の間で人気だが、扱いを間違えると、しみ、かぶれなどトラブルの可能性もあるらしい。

このところ「安心・安全」な化粧品を手作りしようという女性が増えている。好きな材料を選べるうえ、安価で簡単にできる手作り化粧品には多くのメリットがある。しかし、「ナチュラルでやさしい」はずの手作り化粧品が、扱い方を一歩間違えると肌に爪を立てるワルモノへと豹変する危険をはらんでいることは案外知られていない。

柑橘系には光毒性も

基礎化粧品の作り方は、驚くほど簡単だ。化粧水なら、精製水にグリセリンを混ぜるだけ。さっぱりさせたいなら、これを

無水エタノールに変えてもいい。香りづけに精油やハーブを加えたり、保湿力を高めるオイルや、美白効果が期待できるエーデルワイスエキスを追加するなど、好みで自在にアレンジが可能だ。しかも、精製水は500ミリリットルで200円弱、エタノールは同1500円程度、グリセリンは500グラム1千円前後と、普通の薬局でも、安く手に入る。

「美容も気から。ケミカル成分含有の化粧品でケアするより、ハーブやアロマで自作したほうが、肌に合うものが作れるし、肌も心も喜ぶ気がします」

手作り化粧品の魅力をこう語る羽鳥さんだが、同時に「自己流が行き過ぎると危険」と警鐘を鳴らす。化粧水に入れるグリセリンには、保湿効果とともに吸水性がある。化粧水中で10%前後の濃度が限度だが、しつと

りさせたいあまりに欲張って入れすぎると、元々肌にあった水分まで奪い取ってしまい乾燥が進む原因に。さらに、香りづけに使う精油も、グレープフルーツやベルガモットなどの柑橘系の中には、紫外線に当たると炎症を引き起こしたり、濃いシミを作ったりする光毒性がある。レモンガラスやカモミールなどのハーブも油断はできない。レモンガラスはイネ科、カモミールはキク科の植物。気がつかずにアレルギー症状を引き起こす危険性も否定できないからだ。

緑茶の自家製パックでかぶれた、アロマオイルを入れた化粧水で湿疹が出たなどと訴える患者を診察した経験を持つ皮膚科

の吉木伸子医師は注意を促す。「植物エキスなどの自然に近い素材はそもそもかぶれやすい。肌が弱いからと100%オーガニックや手作りに切り替えるのは、実はおすすりできません」

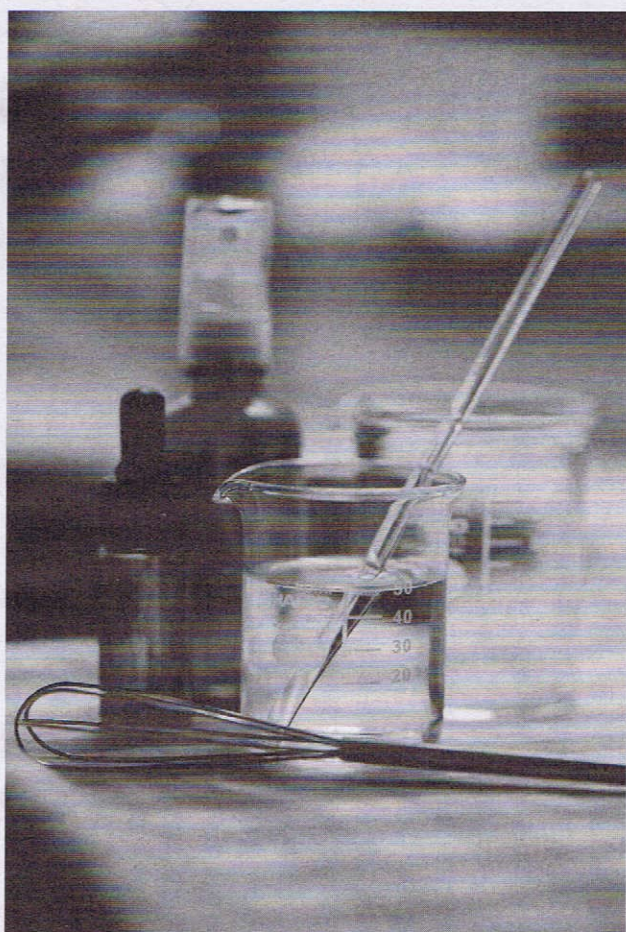
情報を鵜呑みにしない

また、キュウリパックやヘチマ水など、食べられるものでケアすれば安心と思っている人も多いが、そもそも人間の体は野菜や果物の栄養を肌から吸収するようにはできていない。野菜や果物を直接肌につけると敏感肌の人は刺激が強すぎてかぶれることもある。トラブルの元となるため、避けた方がよい。

今や手作り化粧品のレシピや情報、材料はインターネットでも簡単に入手できる。しかし、素材の品質が低かったり、添加物をすでに含んでいたりと意外な落とし穴も。情報をそのまま鵜呑みにしないことが重要だと吉木医師は言う。

「防腐剤、界面活性剤、石油系の原料などをやり玉にあげて非難するような論調がネット上に氾濫しているが、その多くは根拠のない「疑似科学」です。このような情報に惑わされて作り始める人も多いですが、知識がなければ逆効果になることもあると心得て」

ライター まつざきみわこ



手作り化粧品は、レシピどおりにきちんと材料を量るのが鉄則。また防腐剤などを含まない分、劣化するのも早い。清潔な道具で少量をまめに作り、使い切るのが理想だ

日本企業のシェール戦士／五輪招致の不透明なカネ

AERA

RUN特集
走って仕事力アップ

'13.10.21

No.44定価380円

アエラ

長距離走・マラソン選手 福士加代子

SPARK ANGELS
WACOAL
SPORTS PRODUCTS