

Domácí opalovák

Na internetu lze najít spoustu neověřených informací o SPF faktoru jednotlivých olejů, jak je to s nimi doopravdy? K vysokému SPF malinového oleje (udává se v rozpětí 25-50) je k dispozici jen 1 starší studie, takže data jsou u tohoto oleje slabá. Olej z mrkvových semínek (**ne macerát kořene**) je na tom trochu lépe, Má studií víc, SPF vykazuje asi 18. Kokosový olej a bambucké máslo mají SPF okolo 6-8. Nicméně se vstřebávají v čase do pokožky a ochrana jimi poskytnutá bude jen na velmi krátkou dobu. Tuto dobu můžeme prodloužit přidáním minerálních filtrů jako je oxid zinečnatý a/nebo oxid titaničitý.

Suroviny:

20g kokosového oleje

20g bambuckého másla

40g mandlového nebo meruňkového oleje

50g oxidu zinečnatého

0,16g vitamínu E (odpovídá 5-6 kapkám) pro stabilizaci olejů na slunci

Postup:

Oleje roztopíme. Menší část olejů přilijeme k oxidu zinečnatému a pečlivě mícháme (ideálně tloučkem v třecí misce), snažíme se o homogenní produkt. Potom přidáme zbytek olejů.

Poznámka na závěr:

Tento recept je 3v1, používala jsem jej i jako zinkovou mastičku na opruzeniny, krásně nám vždy zabrala. A také se dá použít jako účinný deodorant, stačí jen přidat vůni nebo esenciální olej.

Nicméně u opalováku je tu jedno ale, a sice, že v domácích podmínkách se nedá oxid zinečnatý nikdy dokonale dispergovat, není totiž úplně rozpustný ani ve vodě, ani v oleji. Nemusí potom takovýto přípravek zachytit všechny UV paprsky.

A ještě poznámka k nanočásticím:

Oxid zinečnatý nesmí být jako nanočástice, pak by byl pro nás škodlivý. Informovala jsem se u největšího lékárenského dodavatele (Fagron), odkud oxid zinečnatý mám já, jestli jejich ZnO je non nano a poslali mi certifikát o tom, že jejich ZnO je non nano, čili bezpečný. Je dobré si tohle u dodavatele ověřit, někdy to jde vyčíst i z bezpečnostního listu.