

Is alcohol werkelijk schadelijk voor de huid?

De meesten van ons hebben de neiging om te veronderstellen dat "alcohol" in cosmetica niet echt gezond is. Je leest ook vaak dat alcohol uitdrogend werkt en dat het de huid kan irriteren. Nochtans zie je in heel veel cosmetische producten, ook de betere, dat er alcohol in zit en soms vaak best wel hoog in de ingrediëntenlijst. Gaat het hier dan om een vooroordeel of is er meer aan de hand?

In literatuur over cosmetica wordt vaak een onderscheid gemaakt tussen 'goede' en 'slechte' ofwel 'zachte' en 'harde' alcohol. Onder de goede/zachte alcohol vallen de vetzuur-alcoholen, meestal gewonnen uit plantaardige vetten (kokos- of palmolie) maar ze kunnen uiteraard ook synthetisch worden aangemaakt. Het gaat hier dan vooral over Cetyl alcohol, Stearyl alcohol en Cetearyl alcohol. Cetyl alcohol wordt voornamelijk ingezet als stabilisator, Stearyl alcohol als verdikkingsmiddel en in haarconditioners om een beschermend laagje om het haar te leggen. Cetearyl alcohol wordt vaak gebruikt als emulgator en als schuimvormer in reinigingsproducten. Alle drie hebben ze een verzachtende, vochtvasthoudende werking op de huid. 'Zachte' alcohol in cosmetica wordt over het algemeen goed verdragen. In 100% pure vorm kunnen ze wel irritaties veroorzaken.

Daarnaast is er de zogenaamde 'harde' alcohol. Ethanol of ethyl alcohol en daarvan afgeleid methanol of gedenatureerde alcohol (SD alcohol). Dat is dan weer alcohol (ethanol) waar iets aan is toegevoegd zodanig dat het ongeschikt wordt voor consumptie.

Ethanol heeft verschillende functies in cosmetica maar zit er toch vooral in als oplosmiddel (lage concentraties). Het wordt ook vaak toegepast in producten tegen acne, waar het een antibacteriële en ontsmettende functie heeft (hoge concentratie). Voor ethanol als oplosmiddel zijn er weinig tot geen alternatieve ingrediënten. De cosmeticawereld is er dus min of meer op aangewezen.

Van Ethanol wordt vaak beweerd dat het uitdrogend werkt. Voor de ethanol die we drinken klopt dat ook. Op de huid zal ethanol echter vooral een ontvettend i.p.v. een vochtonttrekkend effect hebben. Daarnaast wordt ethanol er ook van verdacht giftig en kankerverwekkend te zijn. Bovendien zou het de huid irriteren.

Dat alcohol in een vetrijke crème de huid zou uitdrogen is echter totale onzin. Het gaat in die producten immers om kleine hoeveelheden die dienst doen als oplosmiddel, om het geheel niet al te vet of te kleverig te maken. Daar is ook onderzoek naar gedaan. In de bekende studie van J. Röding en M. Ghyezy uit 1991** werd specifiek onderzocht of de alcohol die aan liposomenproducten wordt toegevoegd om het product goed vloeibaar te maken, een negatief effect op de huidvochtigheid heeft. Het bleek geen enkel effect te hebben. Integendeel, "ondanks" de aanwezigheid van alcohol verdubbelde de liposomenproducten de huidvochtigheid."

Wetenschappelijk onderzoek geeft nog geen echt uitsluitsel omtrent de verdere gezondheidsrisico's van ethanol in cosmetica. Er zijn evenveel onderzoeken die de schadelijkheid van alcohol aantonen dan onderzoeken die het tegendeel bewijzen*. Er zijn

HUIDCENTRUM

Praktijk voor huidverbetering

echter wel een aantal belangrijke punten waar men het min of meer over eens is: Ethanol, op de huid aangebracht, is niet cancerogeen en ook niet giftig. Staat dus nog ter discussie, het irriterend karakter van ethanol. Hier duidt het onderzoek in de richting dat ethanol enkel irriterend is bij het gebruik van zeer hoge concentraties (quasi puur) gedurende lange periodes en daarnaast ook op een beschadigde huid. En eigenlijk is het dan nog niet de ethanol zelf die in eerste instantie irriterend werkt maar wel de dagelijkse, te sterke ontvetting en de schade die de huid hierdoor oploopt.

Cleansing producten met (hoge dosissen) alcohol zijn dus inderdaad af te raden omdat ze de huid te sterk gaan ontvetten. Wanneer er echter heel erg veel huidvet moet verwijderd worden omdat het anders acne veroorzaakt, dan is het net wél aan te bevelen. Het overtollige huidvet wordt immers doeltreffend opgelost. En de anti-bacteriële werking van alcohol legt de acnebacterie aan banden. Hier betreft het uiteraard wel 'tijdelijk' gebruik.

Wanneer we de synthese maken van al het wetenschappelijk onderzoek ter zake kunnen we op dit moment besluiten dat ethanol safe is, zeker in crèmes. Minder in dagelijks gebruikte gezichts- of handenreinigers waar het een te sterk ontvettend karakter heeft en zo, op langere termijn tot huidbeschadiging kan leiden.

Copyright: [DR. BAUMANN COSMETIC](#)