

Het versterken van de huidbarrière.

15 maart 2010

De vorige keer wezen we al op het belang van een intacte huidbarrière en huidverzorgingsproducten zonder contactallergenen. Uw producten zouden ook kunnen bijdragen aan de versterking van uw huidbarrière, zodat u nog beter wordt beschermd. Maar daarvoor moeten ze wél zeer nauwkeurig zijn samengesteld.

Waar moet u op letten?

Prof. Dr. Feingold van de Universiteit van California (in het Journal of Lipid Research): "Observations indicate that essential fatty acids are required for the normal structure and permeability barrier function of the stratum corneum". ("Uit waarnemingen blijkt dat essentiële vetzuren nodig zijn voor een normaal functionerende huidbarrière").

"Essentiële" vetzuren – soms ook vitamine F genoemd - worden niet door het lichaam zelf aangemaakt. Ze moeten dus uit externe bronnen komen. Voeding ligt voor de hand, maar is al te vaak arm aan essentiële vetzuren. Hetzelfde geldt voor de overgrote meerderheid van de cosmeticaproducten: die bevatten zelden essentiële vetzuren, waardoor de huid tekorten kan oplopen. Ook andere huideigen lipiden kunnen de huidbarrière versterken.

Dr. Feingold: "The stratum corneum (has) a unique composition (of) 50% ceramides, 25% cholesterol, and 15% free fatty acids". ("De hoornlaag bestaat voor 50% uit ceramides, voor 25% uit cholesterol en voor 15% uit vrije vetzuren"). En: "Topical application of physiologic lipids can improve permeability barrier homeostasis". ("Het op de huid aanbrengen van lichaamseigen lipiden kan de permanente vernieuwing van de huidbarrière verbeteren").

Vaak worden verzorgingsproducten echter gemaakt op basis van petroleumolie (minerale olie) of siliconenolie. Deze oliën bevatten nooit essentiële vetzuren, ceramides, cholesterol en vitamines. Ze zijn dus niet geschikt om de huidbarrière te versterken. Aan het gebruik van minerale olie zijn bovendien andere nadelen verbonden, waaronder het afremmen van de huidvernieuwing (zie elders in deze blog). En dat leidt net tot wat eigenlijk moest vermeden worden: een verzwakte huidbarrière. Het juiste advies luidt dan ook: kies voor een voeding én een huidverzorging die rijk is aan essentiële vetzuren en lichaamseigen lipiden.

Wie meer wil weten over dit onderwerp kan terecht bij de vakliteratuur (waaronder het artikel van Dr. Feingold) op de informatieve website van DR. BAUMANN COSMETIC. Daar kunt u ook terecht voor producten die de huidbarrière versterken met essentiële vetzuren en huideigen lipides.

Vraag ernaar bij uw DR. BAUMANN specialiste.

Copyright DR. BAUMANN COSMETIC.