

# WAT IS GOEDE HUID

Om te weten welke huidverzorgingsproducten goed zijn voor de huid, is het belangrijk te weten wat de huid zelf aan klieren en stoffen heeft om zich te verdedigen tegen omgevingsfactoren zoals uitdroging, kou of water. En waar moet het ideale huidverzorgingsproduct volgens de laatste inzichten eigenlijk aan voldoen?

De huid beschermt het lichaam tegen het binnendringen van ongewenste elementen. Daarvoor heeft ze verschillende middelen tot haar beschikking. Belangrijke verdedigingsfactoren zijn de productie van talg door de talgklieren en daaruit volgend een goede huidflora.

## Talg

Talgklieren zijn holocriene klieren, dit betekent dat na het barsten van de talgkliercel het talg (sebum) wordt geproduceerd. Een nieuwe talgkliercel produceert in het volgende stadium opnieuw op dezelfde manier talg. Talg bestaat voor 41 procent uit triglyceriden, 25 procent was mono-esters, 16 procent vrije vetzuren en 12 procent squalenen. Het is een olieachtige substantie met twee functies. Het vormt een barrièrelaag voor de huid om het te beschermen tegen uitdroging en daarnaast zorgt het voor een zuur milieu van de huid door de vetzuren en de omzetting naar zuren door de normale huidflora.

## Huidflora

Veel bacteria die in en op het menselijk lichaam voorkomen zijn weefsel-specifiek. Dat betekent dat bepaalde bacteria in grotere hoeveelheden op de huid voorkomen, andere weer meer in de darmen en weer andere bacteria in de mondflora.

De normale huidflora van mensen bevat meer dan tweehonderd verschillende organismen. *Staphylococcus epidermidis* en *corynebacteria* zijn bacteria die bij de meeste mensen veel op de huid voorkomen in mindere mate *staphylococcus aureus* en *streptococcus pyogenes*, die ziekten kunnen veroorzaken. Het in grote hoeveelheden voorkomen van bacteria in of op het weefsel noemen we koloniseren.

## Koloniseren

Drie componenten spelen bij het koloniseren een rol. Ten eerste 'weefsel tropisme'. Dit is het vermogen van een bepaalde bacterie om in bepaalde omstandigheden beter te groeien dan andere en dit wordt weer bepaald door de zuurgraad, de temperatuur en het in meer of mindere mate voorkomen van zuurstof in de omgeving. Ten tweede de mate waarin een bacterie zich kan hechten op de huid (adherentie). Ten derde het kunnen maken van een biofilm. Een biofilm is een mengsel van bacteria en polysacharides die er voor zorgen dat bepaalde bacteriën makkelijker op een bepaalde plek kunnen blijven zitten. Een voorbeeld hiervan is tandplak. De normale huidflora geeft een bescherming tegen het koloniseren van de huid met ziekmakende bacteriën, dit wordt ook wel 'kolonisatie resistentie' genoemd. Deze kolonisatie resistentie kan verstoord raken door onderliggende huidaandoeningen (eczeem, psoriasis, varices) en irriterende stoffen (irritantia) die de huidbarrière kunnen verstoren, zoals water, zeep, en zuren van fruit en groente.

## Zuurgraad van de huid

Uit meerdere onderzoeken wordt langzamerhand duidelijk dat het dagelijks douchen met water en zeep de normale pH-graad van de huid verstoort. En dat de zuurgraad wordt verhoogd. Het normale leidingwater



C. Uppelschoten (links) en Dr. A.J. Oosting.

## Basisscholing Dermatologie Schoonheidsspecialisten

De basisscholing bestaat uit vier modules:

**Module 1:** Efflorescentieeler & Behandelingsprincipes huidaandoeningen;

**Module 2:** Eczeem en allergie, Psoriasis & Pigmentstoornissen;

**Module 3:** Infecties, Acne & Rosacea;

**Module 4:** Huidtumoren & Cosmetische chirurgie.

## Data

**Antwerpen:** Maandag (hele dag), 27 oktober en 24 november 2008.

**Utrecht:** Woensdagavond 7, 14 en 28 januari en 4 februari 2009.

**Eindhoven:** Maandag 20 april en 18 mei 2009.

# VERZORGING?

in Europa heeft een pH-waarde van boven de 7.0, in Nederland zelfs boven de 8.0. Waardoor het uren duurt voordat de huid de normale pH-waarde terug krijgt. Een studie uitgevoerd door de cosmetische industrie in 2007 waarbij vrijwilligers werden gevraagd om één dag niet te douchen, liet zien dat het meer dan 24 uur duurt voordat de pH-graad van 7.4 of hoger naar de 5.0 terugkeert. Langer dan 24 uur niet douchen liet zien dat bij de meeste mensen de pH-waarde zelfs onder de 5.0 daalt. En dat de gemiddelde pH-neutrale waarde bij mensen 4.7 is. Dat is veel lager dan eerst werd aangenomen, omdat pas na een paar dagen niet douchen de huid weer een normale zuurgraad heeft van ongeveer 4.7. De term pH-neutraal voor cosmetische producten mag sinds kort ook worden toegepast voor producten met een pH-graad tussen de 4.1 en 5.8. Waarbij het misverstand dat de normale pH van de huid een hogere waarde heeft dan 5.0 uit de weg is geruimd.

## Zuur

Waar zou op basis van deze inzichten een ideale crème aan moeten voldoen? Een stay-on product zoals een crème of een zalf die de huid zuur maakt en houdt, heeft een aantal voordelen ten aanzien van de klassieke crèmes en zalven. Het is namelijk een betere moisturizer, het vermindert de schilfering van de huid, het versterkt de huidbarrière en zorgt voor snellere genezing van de gestoorde huidbarrière. De cosmetische industrie richt zich nu op deze peilers ten aanzien van de nieuw te ontwikkelen verzorgingsproducten.

## Ftalaten

De Franse documentaire 'Men in danger', uitgezonden op 24 juni 2008 (Canvas), heeft veel stof doen opwaaien. Deze documentaire ging over het verband tussen hormonale milieuvervuiling en de dalende mannelijke

vruchtbaarheid bij de mens en andere diersoorten. De spermatoïdenproductie van mannen is spectaculair gedaald in de laatste vijftig jaar: met zo'n 50 procent. Tegelijkertijd wordt een onrustwekkende stijging vastgesteld van testiculaire kanker en misvormingen van de mannelijke geslachtsorganen.

Volgens de Deense onderzoeker Niels Skakkebaek is de mannelijke vruchtbaarheid evenzeer bedreigd als de natuur en het klimaat. En dat is geen ongerijmde vergelijking, want de twee fenomenen zouden wel eens met elkaar te maken kunnen hebben. Overal in de natuur staat de mannelijke vruchtbaarheid namelijk onder druk. De populatie van vissen en kikkers wordt steeds vrouwelijker; alligators en vogels vertonen vaak vreemde seksuele misvormingen. Wat als al die vaststellingen nu eens een gezamenlijke oorzaak hadden? Bij de getroffen dieren worden vaak abnormale hormonale concentraties vastgesteld, alsof hun endocriene systeem op hol geslagen is. De eindconclusie is dat ftalaten verwerkt in cosmetische crèmes, parfums en als weekmakers in plastic de boosdoeners zijn en langdurig voor hormonale stoornissen bij mens en dier zorgen.

## Giftig

Di-ethyl ftalaten (DEP) kunnen een bestanddeel zijn van parfums en andere persoonlijke verzorgingsproducten. Inademing lijkt een belangrijke 'route' waarlangs mensen deze stof binnenkrijgen. Opname via de huid is waarschijnlijk ook een belangrijke factor. Wetenschappers troffen hoge concentraties afbraakproducten van ftalaten aan in de urine van vrouwen. Mogelijke oorzaken zijn het gebruik van nagellak en parfum.

Deze giftige stoffen worden overal teruggevonden in het milieu. Greenpeace toonde ze aan in huisstof, regenwater en zelfs in menselijk bloed. Aanwezigheid van deze stoffen in het milieu brengt voor de mens risico's met zich

## Vervolgscholing Dermatologie Schoonheidsspecialisten

(Alleen te volgen na behalen certificaat basisscholing)

De vervolgscholing bestaat uit vier modules:

**Module 5:** Vlekjes op de huid en behandeling;

**Module 6:** Donkere huid & Pigmentstoornissen & Overbeharing;

**Module 7:** Laser en cosmetische behandelingen;

**Module 8:** Huidtumoren & Littekenvorming.

## Data

**Zwolle:** Woensdagavond 29 oktober, 5 en 19 en 26 november 2008.

**Utrecht:** Dinsdagavond 6, 13 en 27 januari en 3 februari 2009.

**Antwerpen:** Maandag (hele dag), 2 maart en 13 april 2009.

**Eindhoven:** Maandag 23 maart en 6 april 2009.

Aanmelden kan via het inschrijfformulier:

[www.uconsultancy.nl](http://www.uconsultancy.nl).

U-Consultancy

Postbus 7060

3430 JB Nieuwegein

Tel. (030) 604 41 70

Fax (030) 310 01 59

mee. Ze hopen zich op in vetweefsel en hebben vaak hormoonverstorende eigenschappen. De ftalaat DEP wordt in verband gebracht met mutaties in het DNA van spermacellen. Daarnaast blijkt uit onderzoek van het Academisch Ziekenhuis in Groningen en TNO dat DEP zelfs in het ongeboren kind wordt teruggevonden. Via de navelstreng, via voeding, maar ook door de huid of via de lucht, krijgen mensen en dieren deze stoffen binnen. Greenpeace is een van de organisaties die op basis van deze resultaten binnen de Europese unie ijvert voor een strengere chemicaliën wetgeving (REACH).

## Eisen

De kritische consument heeft terecht een aantal wensen ten aanzien van het ideale huidverzorgingsproduct. De ideale crème is een crème die zoveel mogelijk het natuurlijk talg benadert voor een optimale huidverzorging. Eisen die aan deze verbeterde cosmetische talg gesteld kunnen worden zijn: goede UV-bescherming, ondersteuning van de normale huidflora (voedingssubstraat voor normale huidflora), geen schadelijke werkstoffen in de crèmes en zalven of in ieder geval in een concentratie die onder de Europese Unie vastgestelde toxische grens ligt. Daarnaast moet het product de zuurgraad van de huid terugbrengen naar de normale zuurgraad van 4.7 pH.

## Vragen

De vragen van patiënten van de dermatoloog kunnen ook gesteld worden binnen uw praktijk. In welke van uw crèmes komen ftalaten voor en geeft u deze mee aan zwangere vrouwen? In de therapeutische crèmes van de dermatoloog blijken ftalaten na overleg met de apotheek in het jaar 2008 niet meer voor te komen, maar geldt dat ook voor uw crèmes? Het bedrijf waar u de producten van afneemt kan u helderheid verschaffen en het kan verstandig zijn om de ingrediëntenlijst eens na te zoeken op internet.

*Dr. A. J. Oosting, dermatoloog Spaarneziekenhuis, Hoofddorp  
C. Uppelschoten, U-Consultancy*

De normale huidflora geeft bescherming tegen het koloniseren van de huid met ziekmakende bacteriën. Deze bescherming kan verstoord raken door onderliggende huid-aandoeningen zoals eczeem.

