

## สบู่กับการทำความสะอาดผิวหนัง

สบู่เกือบจะเป็นผลิตภัณฑ์ที่เก่าแก่ที่สุดในการใช้ทำความสะอาดผิวหนัง เนื่องจากมีใช้มาเป็นเวลานานหลายพันปี ในขณะที่ยวกันน้ำเปล่าก็สามารถใช้ทำความสะอาดร่างกายชำระสิ่งสกปรกและไขมันจากผิวหนังได้ แต่บางครั้งอาจไม่เพียงพอในการทำความสะอาดผิวหนัง การใช้สบู่เป็นประจำทุกวัน จึงเป็นสุขอนามัยประการหนึ่ง แต่การเลือกใช้ที่เหมาะสมจะช่วยลดอาการข้างเคียงที่อาจเกิดขึ้นได้ เช่น อาการระคายเคืองผิวแห้งผากผิวหนังเกิดผื่นผิวหนังอักเสบจากการสัมผัสหรือแม้กระทั่งทำให้ผิวหนังไวต่อสารเคมีชนิดอื่นๆ

สบู่ผลิตจากขบวนการซาโปนิฟิเคชัน (Saponification) ของไขมันพืชหรือสัตว์ สามารถละลายและล้างออกด้วยน้ำ อาจมีการผสมน้ำหอมหรือสีลงไปเพื่อให้ได้กลิ่นหรือสีตามที่ต้องการ สบู่มีหลายชนิดขึ้นอยู่กับส่วนผสมที่ใช้ โดยทั่วไปจะมีค่าความเป็นกรด-ด่าง (pH) อยู่ระหว่าง 9.00 - 10.00

### ชนิดของสบู่

1. สบู่ก้อน (Hard soap) ลักษณะเป็นก้อนสีขาวหรือเทาขาวเมื่อเวลาแห้งและเย็น มีโซดาเป็นส่วนประกอบหลัก และมีเกลือโปแตสเซียมของกรดไขมัน ใช้สำหรับภายนอกเท่านั้น
2. สบู่ชนิดอ่อน (soft soap) ลักษณะคล้ายน้ำผึ้งหรือเยลลี่ (Jelly) สีเหลืองใสทำด้วยน้ำมันมะกอกและโซดา
3. สบู่เหลว (liquid soap) มีส่วนผสมของเกลือโปแตสเซียมของกรดไขมัน และอาจมีส่วนผสมของน้ำมันมะกอก เมล็ดถั่ว เมล็ดฝ้าย
4. ซินเดท (syndet) เป็นสบู่ที่มีส่วนผสมของสารที่ให้ความชุ่มชื้นกับผิวหนัง

นอกจากนี้ อาจมีสบู่ชนิดต่างๆ ซึ่งจะมีส่วนประกอบแตกต่างกันไปตามวัตถุประสงค์การใช้เช่นสบู่ยาที่มีส่วนผสมของไตรโคลซาน (triclosan) และไตรโคคาร์บอน (trichocarbon) ซึ่งมีฤทธิ์ยับยั้งฤทธิ์ของแบคทีเรีย สบู่ที่มีส่วนผสมของ lanolin เพื่อทำให้มีความชุ่มชื้นมากขึ้น ซึ่งการเลือกใช้สบู่ก็ขึ้นอยู่กับลักษณะของผิวหนังและวัตถุประสงค์ของการใช้

สบู่จะมีฤทธิ์ทำให้เกิดการระคายเคืองต่อผิวหนังได้ ทำให้ผิวหนังมีลักษณะแห้งลอกเป็นขุยหรือเหียวถ้าเป็นมากอาจมีรอยแตกเกิดขึ้นบนผิวหนังได้ โดยทั่วไปคนที่ผิวแห้งปกติจะไม่เกิดปัญหานี้นอกจากใช้สบู่บ่อยครั้งจนเกินไป การใช้สบู่บ่อยครั้งเกินไปอาจทำให้เกิดการสูญเสียชั้น ไขมันที่เคลือบอยู่ที่ผิวหนังซึ่งทำหน้าที่เป็นรั้วที่คอยป้องกันไม่ให้มีสารเคมีจากภายนอกร่างกาย มาทำอันตรายต่อผิวหนังได้ และจะทำให้เกิดการระคายเคือง หรือผื่นผิวหนังอักเสบตามมาได้