



## نکاتی در مورد محصولات آرایشی و بهداشتی

- عوارض ناشی از آنها
- مهمترین عوامل ایجادکننده عارضه
- محصولات هیپوآلرژیک
- محصولات حاوی آلفاهیدروکسی اسیدها
- رنگ موها
- خالکوبی‌ها

تلفن: ۸۸۶۶۲۳۳۲  
تلفن گویا: ۸۴۲۴۸  
تلفکس: ۵-۸۸۶۶۲۳۳۴  
پست الکترونیک:  
R&D\_DFD@SBMU.AC.IR  
WWW.SBMU.AC.IR

- باید توجه داشت که پاک کردن خالکوبی‌ها و آرایش‌های دائمی کار بسیار مشکلی است و می‌تواند باعث تغییر دائمی رنگ پوست شود.
- خالکوبی‌ها و آرایش‌های دائمی می‌تواند باعث واکنش‌های آلرژیک شود.
- تا یک سال بعد از خالکوبی‌ها و آرایش‌های دائمی نمی‌توانید اهدای خون داشته باشید.

منابع

<http://womenshealth.gov/publications/our-publications/fact-sheet/cosmetics-your-health.pdf>

<http://www.fda.gov/ForConsumers/ConsumerUpdates/ucm048943.htm>

<http://www.hc-sc.gc.ca/cps-spc/cosmet-person/cons/dyes-teintures-eng.php>



معاونت غذا و دارو دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی  
دفتر تحقیق و توسعه

آدرس: تهران، خیابان ولی‌عصر، روبروی پارک ساعی، کوچه آبشار، پلاک ۴۷

تلفن: ۸۸۶۶۲۳۳۲

تلفن گویا: ۸۴۲۴۸

تلفکس: ۵-۸۸۶۶۲۳۳۴

پست الکترونیک: R&D\_DFD@SBMU.AC.IR

WWW.SBMU.AC.IR

- هنگام رنگ کردن مو، دستکش دست کنید.
- با دقت دستورالعمل درج شده بر روی بسته‌بندی محصول را رعایت کنید.
- محصولات مختلف رنگ مو را هیچگاه با هم مخلوط نکنید.
- هیچگاه ابروها و مژه‌های خود را رنگ نکنید. واکنش حساسیت‌زا به رنگ می‌تواند باعث ورم یا عفونت اطراف چشم شود که می‌تواند به چشم آسیب رسانده و حتی منجر به کوری شود. اگر مقداری از رنگ مو نیز وارد چشم شود، می‌تواند باعث تخریب دائمی چشم شود.



- هر بار قبل از استفاده از رنگ مو، تست حساسیت (patch test) را انجام دهید. بر روی بسیاری از محصولات رنگ مو دستورالعمل این تست

درج شده است. صحیح این است که آرایشگرها نیز این تست را قبل از استفاده از رنگ مو برای شما انجام دهند. برای این کار ابتدا بخش کوچکی از پوست پشت گوش یا داخل آرنج خود را بشویید. سپس مقدار کمی از رنگ مو را به آن بمالید و آن را برای مدت دو روز نشویید. بعد محل را به آرامی با آب و صابون بشویید. اگر دچار هیچگونه واکنش آلرژیک نشدید، تا حدود زیادی نشان‌دهنده عدم حساسیت شما به آن رنگ مو است ولی اگر حساسیت داشتید لازم است که رنگ‌ها یا مارک‌های دیگری را امتحان کنید. حساسیت ممکن بعد از چند بار استفاده از محصول نمایان شود، برای همین انجام این تست توصیه می‌شود. این تست را می‌توانید در مورد سایر محصولات آرایشی و بهداشتی نیز انجام دهید.

## برخی از مهمترین خطرات خالکوبی‌ها (تتوها) و

### آرایش‌های دائمی

- سوزن‌ها و سایر وسایل مورد استفاده می‌تواند راه انتقال بیماری‌هایی مانند هپاتیت C و HIV باشد. به همین دلیل استریل بودن تمامی وسایل بسیار اهمیت دارد.

## آیا محصولات آرایشی و بهداشتی عارضه ایجاد می‌کنند؟

اگرچه در صورتی که از محصولات آرایشی و بهداشتی مجاز استفاده شود، این محصولات معمولاً ایمن هستند ولی گاهی ممکن است منجر به بروز اثرات ناخواسته و مشکلاتی شوند. مهمترین عوارض ناشی از محصولات آرایشی



بهداشتی، تحریک پذیری و واکنش‌های آلرژیک خفیف هستند. موارد بلع محصولات آرایشی بهداشتی توسط کودکان و اثرات جانبی جدی‌تری ناشی از مواد تشکیل‌دهنده خاص نیز گزارش شده است. برخی مطالعات ارتباط بین برخی مواد تشکیل‌دهنده محصولات آرایشی و بهداشتی با سرطان‌ها را نشان داده‌اند. اگرچه در مورد اینگونه نتایج مطالعات، نیاز به انجام تحقیقات بیشتری است ولی می‌توان به طور کلی توصیه کرد که تا حد امکان کمتر از محصولات آرایشی بهداشتی استفاده شود.

همچنین شستشوی زیاد مو و پوست با صابون و مواد شوینده می‌تواند لایه چرب طبیعی محافظت‌کننده پوست را از بین ببرد و باعث داشتن پوست خشک و فلسی شکل شود. از طرفی استفاده زیاد از مواد آرایشی یا مرطوب‌کننده‌های چرب می‌تواند منافذ پوست را مسدود کرده و منجر به ایجاد جوش شود.

### مهمترین عوامل موجود در محصولات آرایشی و

### بهداشتی که می‌توانند باعث بروز عوارض شوند

مواد معطر و مواد نگهدارنده، از مواد تشکیل‌دهنده محصولات آرایشی و بهداشتی و مهمترین علت مشکلات پوستی ناشی از این محصولات هستند. مواد نگهدارنده از رشد باکتری‌ها و قارچ‌ها در محصول و فساد آن جلوگیری می‌کنند ولی از طرف دیگر می‌توانند باعث تحریک و عفونی شدن پوست شوند. برخی از مهمترین مواد نگهدارنده موجود در محصولات آرایشی و بهداشتی عبارتند از

*Paraben, Imidazolidinyl urea, Quaternium-15, DMDM hydantoin, Phenoxyethanol, Formaldehyde*

استفاده از مواد زیر در محصولات آرایشی بهداشتی باید محدود شود و یا اینکه اصلاً مورد استفاده قرار نگیرد زیرا می‌تواند باعث سرطان یا سایر بیماری‌ها شود:

<i>Bithionol</i>	<i>Mercury compounds</i>	<i>Vinyl chloride</i>
<i>Halogenate salicylanilides</i>	<i>Zirconium complexes in aerosol sprays</i>	<i>Chloroform</i>
<i>Methylene chloride</i>	<i>Chlorofluoro-carbon propellants</i>	<i>Hexachlorophene</i>

### محصولات آرایشی بهداشتی هیپوآلرژیک

محصولاتی هستند که طبق ادعای تولیدکنندگان کمتر از سایر محصولات ایجاد حساسیت و واکنش‌های آلرژیک می‌کنند ولی باید توجه داشت که ممکن است چنین ادعایی ثابت نشده و تفاوتی از لحاظ ایجاد حساسیت وجود نداشته باشد.

ضمناً محصولاتی که دارای ترکیبات طبیعی هستند نیز ممکن است باعث ایجاد حساسیت شوند.

### محصولات آرایشی بهداشتی دارای آلفا هیدروکسی

### اسیدها (AHA) alpha hydroxy acids

AHA در بسیاری از کرم‌ها و لوسیون‌ها استفاده می‌شود.

محصولات دارای AHA دارای ادعاهایی از قبیل کاهش دادن چروک‌ها، لکه‌ها، تخریب پوست ناشی از آفتاب و سایر علائم پیری هستند.

اگرچه ممکن است برخی از این ادعاها درست باشند ولی در برخی موارد واکنش به محصولات دارای AHA گزارش شده است.

برخی از واکنش‌های گزارش شده عبارتند از ایجاد قرمزی شدید، ورم (مخصوصاً ورم دور چشم)، سوختگی، تاول زدن، خونریزی، تحریک پوست، خارش، از بین رفتن رنگ پوست و افزایش خطر سوختگی ناشی از آفتاب.



برای دانستن این که آیا یک محصول دارای AHA هست یا خیر باید به مواد تشکیل‌دهنده آن دقت کرد.

AHA ممکن است تحت عنوان اسامی دیگری مانند گلیکولیک‌اسید و لاکتیک‌اسید نیز بکار رود.

در صورتی که از محصولات دارای AHA استفاده می‌کنید نکات زیر را رعایت کنید:

- محصولات دارای AHA را زیر نظر پزشک مصرف کنید.
- هنگام بیرون رفتن، از پوست خود با استفاده از کرم ضد آفتاب و پوشش کامل پوست با لباس و کلاه محافظت کنید.
- محصولاتی را تهیه کنید که اطلاعات برچسب آن کامل و شامل اطلاعاتی در مورد سطح AHA و pH محصول باشد.
- تنها محصولاتی را استفاده کنید که میزان AHA در آن، کمتر یا مساوی ۱۰ درصد و pH آن، مساوی یا بیشتر از ۳/۵ باشد.
- قبل از استفاده زیاد از محصولات دارای AHA، آن را روی قسمت کوچکی از پوست امتحان کنید تا مشخص شود که آیا پوست شما به آن حساس است یا خیر.
- در صورت مشاهده هرگونه حساسیت، مصرف محصول را فوراً قطع کنید و در صورت بروز هرگونه مشکل به پزشک متخصص پوست مراجعه کنید.

### آیا رنگ موها ایمن هستند؟

با توجه به این که در برخی مطالعات احتمال ایجاد سرطان به علت مواد تشکیل‌دهنده رنگ موها مشاهده شده است، توصیه می‌شود تا حد امکان از این فرآورده‌ها، کمتر استفاده شود. همچنین اگر تا وقتی که موها سفید نشده‌اند، شروع به استفاده از رنگ مو نکنید، خطرات ناشی از آن کمتر خواهد بود.

هنگام رنگ کردن مو نکات زیر را رعایت کنید:

- هیچگاه رنگ مو را طولانی‌تر از مدت مورد نیاز روی سر قرار ندهید.
- با استفاده از آب، رنگ مو را به طور کامل و به خوبی از روی سر بشویید.

