

Оценка pH-уровня мыла и шампуней.

Дисклеймер: Эта статья является вольным переводом. Я не переводчик, не дерматолог, не косметолог, я программист.

*Telegram-канал со ссылками на все переведенные статьи:
<https://t.me/obkosmetitelo>*

*Оригинал статьи:
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4171909/>*

Эта статья - индийское исследование, опубликованное в [Indian Journal of Dermatology](#) в 2014 году, выпуск сентябрь-октябрь.

Введение

Нормальная здоровая кожа имеет [потенциал водорода](#) (с английского potential of hydrogen или pH - сокращение, которое и далее будет использоваться в этой статье) в пределах 5,4-5,9 и свою нормальную бактериальную флору (то есть на нашей коже живут наши “хорошие” бактерии, и для их жизнедеятельности нужна определенная среда). Использование мыла с высоким pH-уровнем вызывает и увеличение pH-уровня кожи, что, в свою очередь, вызывает обезвоживающий эффект, раздражение и перемены бактериальной среды. К сожалению, большинство производителей мыл и шампуней и т. д. не указывают pH-уровень своего средства.

Цель

Цель этого исследования - оценить pH-уровень различных средств доступных на рынке.

Методы и материалы

С местных магазинов были выбраны образцы мыл и шампуней. Названия брендов были скрыты в ходе анализа. У каждого образца был зафиксирован pH-уровень, который был замерен специальным прибором - pH-meter ([pH-метром](#)).

Для замера pH-уровня использовался откалиброванный ELICO L1613 pH-метр.

Для замера pH-уровня мыла от каждого кусочка отделяли 150 грамм и смешивали с 15-ю миллилитрами дистиллированной воды, без образования пены. Раствор оставлялся на 24 часа для того, чтобы мыло максимально растворилось, после этого измерялся pH-уровень.

Для замера pH-уровня шампуней смешивали 1,5 мл шампуня и добавляли воды до 15 мл, также без пены. Раствор оставляли на 30 минут и после делали замер.

Результаты

Большинство мыл имеют pH-уровень в районе 9-10, шампуней - 6-7.

Среди выбранных образцов были: мыла, заявленные как "анти-акне"-мыло, мыла для чувствительной и раздраженной кожи, аюрведические мыла, домашние мыла, мыла для дерматологических целей, импортные мыла (сравнивали импортное мыло и точно такое же из местного

pH-диапазон	Количество образцов, попавших в диапазон
5.01-6.00	2
6.01-7.00	0
7.01-8.00	2
8.01-9.00	1
9.01-10.00	53
10.01-11.00	6
Всего образцов:	64

магазина) и обычные мыла для ванны.

Пять мыл были заявлены как "анти-акне"-мыло. Среди них три имели pH-уровень в районе 9,01-10, и два в районе 10,01-11.

Девять из девяти мыл, заявленных как аюрведические, имели pH от 9,01 до 10.

Три образца были мылом, для дерматологических целей, и 2 из них имели pH-уровень в районе 9,01-10.

pH-диапазон	кол-во образцов анти-акне мыл в диапазоне	кол-во образцов аюрвед-их мыл в диапазоне	кол-во образцов мыл для дерматол-их целей в диапазоне
5.01-6.00	0	0	0
6.01-7.00	0	0	0
7.01-8.00	0	0	0
8.01-9.00	0	0	0
9.01-10.00	3	9	2

Мыло, сделанное дома имело pH-уровень в районе 9,01-10, импортное мыло имело pH-уровень в районе 9,01-10, что совпадает с результатом из местного магазина. Разные образцы от одного бренда сравнивались между собой, их pH-уровень незначительно варьировался.

Также тестировались 38 образцов шампуня. Двадцать четыре из них имели pH-уровень в районе 6,01-7, семь - 7,01-8, шесть - 5,1-6, и один - 4,01-5.

pH-диапазон	Количество образцов в диапазоне
4.01-5.00	1
5.01-6.00	6
6.01-7.00	24
7.01-8.00	7
Total samples	38

Заключение

Это было первое исследование на эту тему в Индии, при котором использовался pH-метр, а не бумажные pH-индикаторы.

В результате, только 3,125% мыл имели подходящий pH-уровень, еще столько же были нейтральны. Более того, у этих образцов pH был указан на упаковке, и измерения совпали с указанными показателями. Все остальное мыло не имело никаких упоминаний pH-уровня. Даже мыло, помеченное как “анти-акне”, имело щелочной pH. Исследования показывают, что щелочная среда способствует жизнедеятельности бактерий, которые провоцируют акне.

Мыло и шампуни, которые мы чаще всего используем каждый день имеют губительный pH-баланс для нашей микрофлоры. Остается только надеяться, что производители станут указывать значения pH на упаковках выпускаемых средств, а дерматологи перестанут рекомендовать что-либо, не позаботившись разузнать pH-уровень этого чего-либо.

Авторство:

[Jose Tarun](#), [Jose Susan](#), [Jacob Suria](#), [Veronica John Susan](#), and [Sebastian Criton](#)

From the Department of Dermatology and Venereology, Amala Institute of Medical Sciences, Amalanagar, Thrissur, Kerala, India

Address for correspondence: Dr. Jose Tarun, Amala Institute of Medical Sciences, Amalanagar, Thrissur - 680 555, Kerala, India. E-mail: moc.liamg@esojnurat