

# DERMATOLOGIKA A KOSMETIKA

PharmDr. Jana Kučerová, Ph.D.

---

---

---

---

---

---

---

---

## Co je to přírodní kosmetika?

Kontrolovaná přírodní kosmetika (PK) – vítězství výrobců čistě PK nad zneužíváním pojmu „přírodní“

- 2001- Směrnice pro kontrolovanou PK

### Kritéria:

1. Sběr: ekologické zemědělství, certifikovaný sběr ve volné přírodě
2. Žádné testy na zvířatech
3. Použití jen neškodných minerálních látek
4. Emulgátory a tensidy: z rostlinných tuků, olejů a vosků, z lecitinu, lanolinu...
5. Konzervace: kys.benzoová, kys.salicylová, kys.sorbová, benzylalkohol
6. Fairtrade a další kritéria...

---

---

---

---

---

---

---

---

Vybrané rostliny :  
DERMATOLOGIKA A KOSMETIKA

- |   |  |
|---|--|
| ▪ <i>Achillea millefolium</i> (Asteraceae)  | ▪ <i>Levandula officinalis</i> (Lamiaceae)       |
| ▪ <i>Agrimonia eupatoria</i> (Rosaceae)     | ▪ <i>Mentha piperita</i> (Lamiaceae)             |
| ▪ <i>Arctium lappa</i> (Asteraceae)         | ▪ <i>Pelargonium odoratissimum</i> (Geraniaceae) |
| ▪ <i>Betula alba</i> (Betulaceae)           | ▪ <i>Plantago lanceolata</i> (Plantaginaceae)    |
| ▪ <i>Calendula officinalis</i> (Asteraceae) | ▪ <i>Rosmarinum officinalis</i> (Lamiaceae)      |
| ▪ <i>Matricaria recutita</i> (Asteraceae)   | ▪ <i>Salvia officinalis</i> (Lamiaceae)          |
| ▪ <i>Hedera helix</i> (Araliaceae)          | ▪ <i>Urtica dioica</i> (Urticaceae)              |
| ▪ <i>Hibiscus abelmoschus</i> (Malvaceae)   | ▪ <i>Viola odorata</i> (Violaceae)               |
| ▪ <i>Iris florentina</i> (Iridaceae)        |  |

---

---

---

---

---

---

---

---

Millefolii herba  
Achillea millefolium (Asteraceae)  
(řebříček obecný)

- obsahové látky:
- silice – **chamazulén**, hořčiny, třísloviny a kumariny
- protizánětlivý účinek
  
- použití:
- krémy, pleťové masky, ústní vody, zubní pasty, vlasová kosmetika
- šťáva z řebříčku může u citlivých osob vyvolat záněty kůže, je-li potřísněné místo vystaveno světlu.

**!!! pozor rostlina je po vnitřním užití ve vyšších dávkách jedovatá !!!**

---

---

---

---

---

---

---

---

Agrimonia herba  
Agrimonia eupatoria (Rosaceae)  
(řepík lékařský)

- obsahové látky:
- obsahuje především: **třísloviny**, triterpeny, kyselinu křemičitou, stopy silic a železa
  
- použití:
- v kombinaci vnitřní a zevní aplikace se osvědčila při kožních chorobách (zejména zánětech či odřeninách) i ve stomatologii
  
- Čistí mastnou pleť - organické kyseliny pleť čistí, třísloviny stahují

---

---

---

---

---

---

---

---

Radix lapae (bardanae)  
Arctium lappa (Asteraceae)  
(lopuch větší)

- obsahové látky:
- Kořen obsahuje až 45% zásobního polysacharidu inulinu, silice, **arkciopikrin** s fungicidním účinkem, sliz, tříslovinu, minerální látky, glykosidy, olej, vitamín C
  
- použití:
- používá se k omývání trudovité a mastné pokožky
- proti vypadávání vlasů – problémem je malá stabilita přípravků
- velmi dobrý účinek při léčbě mezivrstvní mykózy
- díky inulinu i jako hypoglykemikum

---

---

---

---

---

---

---

---

Betulae folium  
Betula alba (Betulaceae)  
(bříza bílá)

- obsahové látky:
- **flavonoidy** (hyperosid, kvercitrin, kempferol, myricetin), saponiny, třísloviny
- použití:
- vyrábí se z ní březový dehet
- vlasová kosmetika, omezuje tvorbu lupů, brání zvýšenému maštění vlasů, zvyšuje lesklost vlasů
- **Má silné potopudné a diuretické účinky, proto se doporučuje jenom v mírných dávkách**

---

---

---

---

---

---

---

---

Flos calendulae  
Calendula officinalis (Asteraceae)  
(měsíček lékařský)

- obsahové látky: **silice**, sekviterpeny, **flavonoidy**, saponiny, steroly, karoteny, kys.salicylová
- použití: působí antiflogisticky, urychluje hojení hnisavých a špatně se hojících ran doprovázených záněty, užívá se proti plísňím a proti bérčovým vředům
- zevně lze měsíčku ve formě obkladu použít na takřka jakékoliv rány včetně zánětů očních a ušních
- používá se do krémů na omrzliny, popáleniny, popraskané ruce, opruzeniny

---

---

---

---

---

---

---

---

Recept na měsíčkovou mast:

500 g vepřového sádla se rozeheje, přidají se 4 plné hrsti čerstvých, nadrobno nařezaných květů, krátce se opraží

Následující den se mírně přihřeje, vytlisuje přes lněný sátek a poté plní do lahví

---

---

---

---

---

---

---

---

Matricaria recutita (Asteraceae)  
(heřmánek pravý)

▪ **obsahové látky:**

▪ Obsahuje modré silice s hlavní složkou **chamazulenem**, **bisabolol**, farnesen, hořčiny, flavonové glykosidy, kumarinové látky, sliz

▪ použití: protizánětlivý účinek – chamazulen, při léčbě popálenin, při poškození kůže RTG zářením, hemoroidy - obklady či koupele

▪ „vysušuje“

---

---

---

---

---

---

---

---

▪ heřmánek se hojně využívá i v kosmetice

▪ masti s chamazulénem urychlují hojení a brání tvorbě jizev

▪ koupele se užívají při ošetření vlasové pokožky a zesvětlení vlasů

▪ extrakty z heřmánku bývají v pleťových maskách nebo ústních vodách

---

---

---

---

---

---

---

---

Hederae folium  
Hedera helix (Araliaceae)  
(břečťan popínavý)

▪ obsahové látky (asimilační list): saponiny, seskviterpeny, flavonoidy, vitaminy

▪ použití: odstraňuje otoky, kožní vyrážky, sedací koupel působí na vnější hemoroidy, (hrst čerstvých listů se nechá přes noc lužovat v 1 l studené vody, ráno se projít krátce povaří a po vychladnutí se do ní nemocný posadí)

▪ !!! břečťan je ve větších dávkách drogou toxickou, není radno překračovat doporučené dávky ani jej brát dlouhodobě

---

---

---

---

---

---

---

---

Hibisci flos  
Hibiscus abelmoschus (Malvaceae)  
(Ibišek pížmový)

- obsahové látky: antokyany, flavonoidy, organické kyseliny
- použití: ve střední Evropě je pěstován již od 16. století, vonná složka parfemovaných pleťových krémů, rtěnek, líčidel, pleťových vod, vod po holení, pudrů a pod., pánských orientálních parfémů.

---

---

---

---

---

---

---

---

Iridis radix  
Iris florentina (Iridaceae)  
(kosatec florentský)

- obsahové látky:
- celá rostlina obsahuje slabě jedovatou tříslovinu, silice, isoflavonoidy, sliz, škrob
- použití: vůně jsou velmi žádané v parfumerii, používá se k parfemování pleťových krémů, vod, tělových mlék, rtěnek...

---

---

---

---

---

---

---

---

Levandulae flos, Levandulae herba  
Levandula officinalis (Lamiaceae)  
Levandule lékařská

- obsahové látky: silice, třísloviny, kumariny, flavonoidy, anthokyany
- použití: zevně se levandule užívá jako součást mastí při zánětech nervů, revmatismu nebo dně (silice prokrvuje pokožku - derivans)
- na špatně se hojící rány
- přísada do parfémů, v potravinářství, voňavkářství a aromaterapii
- **Sušená levandule vložená do šatní skříně po sobě zanechá nejen příjemnou vůni, ale také odpuzuje moly.**

---

---

---

---

---

---

---

---

Menthae piperitae folium, Menthae piperitae herba  
Mentha piperita (Lamiaceae)  
(máta peprná)

- obsahové látky: silice – **menthol**, flavonoidy, třísloviny, kyseliny, kumariny
- použití:
  - mentol je nezbytný pro výrobu: zubních past, ústních vod, osvěžujících masážních krémů, koupelových přísad, pleťových masek.

---

---

---

---

---

---

---

---

Geranii oleum  
Pelargonium odoratissimum (Geraniaceae)  
(pelargónie vonná)

- mateřská rostlina:
- vzrůst keříčkovitý, stonek dužnatý, listy okrouhlé
- květy uspořádané v bohatém okolíku mohou být jednoduché nebo plné a v různých barvách (červené, oranžové, bílé, růžové, ...).
- obsahové látky: silice

použití:  
ročně se ve světě spotřebuje až 130 000kg silice do parfémů

---

---

---

---

---

---

---

---

Plantaginis folium  
Plantago lanceolata (Plantaginaceae)  
(jitrocel kopinatý)

- obsahové látky: iridoidové glykosidy - aukubin (0,3-2,5%), sliz, třísloviny, kumarin, eskuletin, flavonoidy, kyselina křemičitá, saponiny
- použití: užívá se do pleťových vod, na nečistou uhrovitou pleť a na akné

na hojení ran se osvědčilo použití čerstvých rozmačkaných listů, kdy se má zprvu použít jitrocele většího a teprve po částečném zhojení jitrocele kopinatého, který rány "zaceluje"

---

---

---

---

---

---

---

---

Rosmarini oleum  
Rosmarinum officinalis (Lamiaceae)  
(rozmarýn lékařský)

- **obsahové látky:**
- **silice** (1,8-cineol, kafr, a-pinen, limonen, borneol, a-humulen, karyofylen), hořčiny, triterpenické kyseliny, trísloviny, flavonoidy
- **použití:**
- osvěžující, dezinfekční a posilující koupele
- rozmarýnový olej se přidává do kosmetických výrobků a parfémů
- do vlasových směsí, vonná složka mýdel, vod po holení, pleťových vod a šamponů

---

---

---

---

---

---

---

---

Salviae herba, Salviae officinalis folium  
Salvia officinalis (Lamiaceae)  
(šalvěj lékařská)

- **obsahové látky: silice** (kafr, cineol, kamfen, limonen), flavonoidy, hořčiny, triterpeny, fenolové kyseliny, trísloviny
- **použití:** velmi široké: snižuje pocení (zejména je-li nervového původu, jako např. při nočním pocení v klimakteriu nebo v pubertě), působí protizánětlivě, baktericidně, zevně ji lze použít na špatně se hojící rány nebo jako kloktadlo při zánětu ústní dutiny, angíně nebo krvácení dásní,
- zubní pasty, ústní vody, přípravky proti pocení, pleťové vody, šampony, mýdla a koupelové přípravky

---

---

---

---

---

---

---

---

Urticae folium, Urticae herba, Urticae radix, Urticae flos  
Urtica dioica (Urticaceae)  
(kopřiva dvoudomá)

- **obsahové látky:** chlorofyl, karotenoidy, vitamin C, aminy, triterpeny, steroly, minerální soli
- **použití:** Chlorofyl – deodorační účinek, urychluje hojení ran, kopřiva je surovinou na výrobu chlorofylu
- zevně proti vypadávání vlasů
- získává se diterpenický alkohol **fytol**
- užívá se k výrobě vitamínu K a v kosmetice pak k výrobě deodorantů
- **Čaj slouží k pročištění organismu**

---

---

---

---

---

---

---

---

Péče o vlasy:  
- hrst kopřivových listů se 10 minut vaří v 0,5 l vinného octa a takto získaný odvar se denně vtírá do pokožky hlavy

Kopřivový "špenát"  
cca 1 litr natrhaných kopřiv, 1-2 lžičce polohrubé mouky, stroužek až dva česneku, sůl, podle chuti a vkusu také 1 vajíčko, olej nebo jiný tuk, bílý pepř a muškátový květ či ořech

Asi 1l natrhaných kopřivových lístků a mladých vršků opereme a asi 5 minut vaříme. Pokud je v kopřivách moc vody, přebytek slijeme a použijeme do polévky, koupele, nebo na oplach po umytí vlasů. (Pozor! Odvar nepoužívají silně chemicky odbarvené blondýny, vlasy mohou získat světle zelenou barvu!)

Violae odoratae rhizoma, Viola herba  
Viola odorata (Violaceae)  
violka vonná

- obsahové látky:
- flavonoidní glykosidy, fenolický glykosid violtosid, slizy, saponiny, třísloviny, anthokyanová barviva, kyselina salicylová, karotenoidy, violaxanthiny, vitamin C
- použití:
- využívá se k parfémování mýdel, pleťových vod, rtěnek, pudrů
- silice v rostlině obsažená se užívá ve voňavkářství
- ve formě obkladů na špatně se hojící rány
- adjuvans při kožních onemocněních

Další, méně významné léčivé rostliny užívané v kosmetice:

- **Althaea officinalis** – proskurník lékařský – nálevy k omývání pokožky, bylinné chladivé masky zejména u exémů
- **Arnica montana** – prha arnika – vlasová kosmetika, pleťové masky, vody
- **Camellia sinensis** – čajovník čínský – hlavně hodně tříslovin, stahují velké póry v pokožce, tím zlepšují vzhled; pleťové masky – klidní a desinfikuje
- **Daucus carota** – mrkev obecná – protizánětlivý účinek, zvyšuje obranné vlastnosti pokožky před infekcí, usnadňuje hojení drobných poranění a zánětů kůže



- **Jasminum grandiflorum** – jasmín velkokvětý – parfém – 6 základních, 21 upravovacích, 18 působících a 8 ustalovacích látek.
- **Juglans regia** – Ořešák královský – barvicí složky – opalovací krémy a oleje, barvivo na vlasy, tónuje hnědou barvu.
- **Persea americana** – avokádový olej je v zahraničí přidáván do nejrůznějších kosmetických přípravků, do koupelových olejů pro suchou pleť, do mastných krémů a podobně.
- **Prunus amygdalus** – mandlový olej - nedráždí, čištění a promašťování i nejcitlivější pokožky. Přidává se do nejlepších kosmetických emulzí a krémů.

---

---

---

---

---

---

---

---

## Onemocnění kůže

RECEPTY

---

---

---

---

---

---

---

---

### Laesio traumatica

- Herba plantaginis - nať jitrocelu na pokrytí rány
- Rp.
- Folium alchemillae            100,0
- D.S. odvar z 20g čaje v ½ l. vody – omývat rány

---

---

---

---

---

---

---

---

## Urticaria

- Rp.
- Herba urticae 100,0
- D.S.: nálev; 3 čajové lžičky přelijte ½ l. vroucí vody, vyluhujte 5 min. a scedte = denně vypít 3-5 šálek teplého čaje

---

---

---

---

---

---

---

---

## Prostředek pro růst vlasů

- Radix bardanae 50,0
- D.S. nastrohaný kořen lopuchu vložíme do oleje a luhujeme na slunečném místě 3 týdny

## Verrucae - bradavice

- čerstvé mléko z vlaštovičníku velkého (Chelidonium majus)

---

---

---

---

---

---

---

---