AHA a BHA kyseliny a ich vlastnosti

Zverejnené: 4. júla 2023 | Autor: Mgr. Kristína Kristályová



Medzi často využívané aktívne látky v kozmetických produktoch radíme alfa a beta hydroxy kyseliny. Obe majú podobné exfoliačné účinky, v niektorých vlastnostiach sa však líšia. AHA a BHA penetrujú do rôznych vrstiev kože, čo sa prejaví aj mierne odlišným účinkom na pleť. Pri používaní hydroxy kyselín dodržujeme niektoré opatrenia, napríklad denné používanie SPF faktora.

AHA kyseliny a ich vlastnosti

Alfa hydroxy kyseliny sú kyseliny prírodného pôvodu. Nachádzajú sa v niektorých druhoch ovocia a v cukrovej trstine. Medzi najčastejšie používané alfa hydroxy kyseliny v kozmetických prípravkoch patria: kyselina citrónová (z citrusov), kyselina glykolová (z cukrovej trstiny) kyselina hydroxykaprónová (z materskej kašičky),

kyselina hydroxykaprylová (zo zvierat), kyselina mliečna (z laktózy alebo iných sacharidov), kyselina jablčná (z ovocia) a kyselina vínna (z hrozna).

AHA kyseliny sú silnými exfoliantmi, fungujú na mechanizme odstraňovania odumretých buniek kože, ktoré sú následne nahradené novými bunkami. Po použití produktov s obsahom AHA kyselín pôsobí koža vypnutejšie a rozjasnenejšie. Okrem toho sa zlepšuje štruktúra pleti, zjemňuje sa viditeľnosť pórov, dochádza k redukcii jemných vrások. AHA kyseliny sú vhodnejšie na suchšiu kožu, tiež pri zrelej pleti.

BHA kyseliny

Podobne ako AHA kyseliny, aj BHA kyseliny sú prírodného pôvodu. BHA kyseliny sú však lipofilné, z čoho vyplýva ich lepší prienik do hlbších vrstiev kože v porovnaní s AHA kyselinami. BHA kyseliny majú intenzívnejšie exfoliačné účinky, sú vhodné pri mastnejšej pleti, ako podporná liečba alebo prevencia akné. Najpoužívanejšia BHA kyselina je kyselina salicylová. Vo farmácii je bežne používanou zložkou aj v magistraliter prípavkoch, najmä pre svoje keratolytické vlastnosti.

Kombinácie kyselín a iných aktívnych látok

AHA a BHA kyseliny môžete kombinovať s: niacínamidom, kyselinou hyalurónovou, peptidmi, ceramidmi.

AHA a BHA kyseliny nie je vhodné kombinovať s: retinoidmi, vitamínom C.

Produkty s obsahom AHA kyselín by mali byť aplikované pred krémom, produkty s BHA kyselinami po kréme. Pri používaní dvoch rôznych produktov s obsahom AHA a BHA kyselín, prvý sa používa produkt s AHA, druhý s BHA kyselinami. Pri používaní viacerých aktívnych látok v rôznych produktoch upozorníme na dodržanie časového rozostupu, aspoň po dobu 10 minút.

Pri používaní AHA a BHA kyselín upozorníme pacienta na nevyhnutnosť denného používania SPF faktora, keďže sú to silno fotosenzitívne látky.

AHA a BHA sú účinnými exfoliantmi, ktoré môžeme odporučiť širokej skupine klientov v lekárni. Produkty s AHA kyselinami sú vhodnejšie na staršiu pleť, sú menej agresívne, čím sú vhodnejšie aj pre citlivejšiu pokožku. BHA prenikajú do hlbších vrstiev a sú efektívnejšie v čistení pórov a liečbe akné. Pacientom, ktorí začínajú s kyselinami odporučíme produkty s nižšou koncentráciou, pri pacientoch, ktorí už kyseliny poznajú, môžeme zvoliť aj produkt s vyššou koncentráciou.

Mgr. Kristína Kristályová