

# 愛自己 更愛地球

## 手工香皂又一章

◎本社資料室

編按：253期推出「因為你讓我們香遇，使大海有呼吸的時間」獲得熱烈迴響，健康而又環保的手工香皂大行其道，回鍋油再生香皂也開始盛行，以下本社再整理相關資訊提供讀者們閱讀，以對我們每天都會接觸的重要清潔用品有更正確的認識和使用，希望大家一起來關心，祝您更健康、更樂活！（部份資料感謝劉軒君學長提供）

肥皂是最古老的洗滌用品，人類在沒有化學工業以前，普遍使用含有植物皂素的植物，如黃豆、苦茶、茶葉、無患子、皂皮樹…等，來作為清潔身體、器皿去污之法寶。近年環保意識抬頭，已被忽略的手工皂又再度興起，由於手工皂有其天然特有的性能，各種組成極易被生物降解且易於被污水處理過程中的微生物分解，因此不會引起河流、湖泊和水道的污染問題。

### 一般市售肥皂的成份與可能危機

目前市售肥皂的成分有哪些

呢？動物性脂肪酸、氫氧化鈉、合成色素、合成香料、防腐劑、抗氧化劑、發泡劑、硬化劑、黏稠劑、合成界面活性劑。

### 可能造成的危機

1. **動物性脂肪酸**：脂溶性化學物質的潛藏及狂牛症、口蹄疫等……病毒，可能造成的危機。
2. **氫氧化鈉**：藥劑名稱(俗語:苛性鈉)屬強鹼，製造過程若操作不當易刺激皮膚，傷害角膜、結膜組織。
3. **合成色素**：是指用人工化學合成方法所製得的色素，主要是以石化

工業的產物，煤焦油中分離出來的苯胺染料為原料製成的，可能的危害有皮膚過敏、尋麻疹、肝腎代謝異常、腦神經傷害致癌性、致畸胎性、致突變性…等。

4. **合成香料**：人工化學合成方法所製得的香料，主要是石化工業的產物。可能的危害有皮膚過敏、尋麻疹、肝腎代謝異常、腦神經傷害、致癌性、致畸胎性、致突變性。且香料須藉由散發劑帶至環境中，而散發劑(即溶劑)往往是液體香料的毒害來源，如：「甲醇」為一種毒性物質，具有刺激性，無論食入或是吸入，易造成視神經體受到損傷，若過量攝入，會產生暈眩、失明等症狀，嚴重時甚至可能導致死亡。

5. **防腐劑**：由人工合成，易造成肝臟代謝不良，疑有致癌性，故限定使用劑量。

6. **抗氧化劑**：BHA、BHT可能會造成肺腎傷害、免疫系統減弱、新生兒缺陷及致癌性。

7. **界面活性劑**：可能會造成皮膚過敏、影響中樞神經、(包含發泡劑)降低生殖能力、具致癌性、環境中無法分解……。

### 市售肥皂之成份：

成份	使用原因
動物性脂肪酸	便宜、易取得、具有親油性
氫氧化鈉	便宜、方便操作、具有親水性
人工合成色素	價格便宜、增加視覺購買慾
人工合成香料	價格便宜、吸引嗅覺購買慾
防腐劑、抗氧化劑	防止動物性脂肪酸、氧化酸敗或發霉
發泡劑	無關洗淨力，只為刺激視覺效果
硬化劑、黏稠劑	可快速增加肥皂硬度，增加黏稠度
合成界面、活性劑	增強去污力

化學清潔劑造成肝腎損害、使鈣流失、使水中生物變少了。

清潔用品潛在危險成份：洗髮精、沐浴精、洗臉乳等皮膚清潔用品。

1. **EDTA**：是沈澱防止劑、硬水軟化劑，會刺激皮膚和黏膜，引起過敏作用，攝取不慎會引起缺乏鈣質、血壓降低和腎功能減退等。

2. **安息香酸鈉** (benzoic acid sodium)：人體吸收後，有可能引起胃腸功能減退，有殺菌作用，表

示有某種程度的毒性。

3. 己二烯酸鈉 (sorbic acid sodium)：有報告指出，可能致癌。
4. paraben：殺菌劑、防止黴菌劑，是引發肝臟障礙的原因物質，會引起接觸性皮膚炎，有致癌可能性。
5. 香料：可能引起過敏作用。
6. 殺菌劑、防腐劑、保存劑等合成物質：主要讓商品可以長期在店面陳列，不至腐敗變質。
7. 界面活性劑 (surface active agents or surfactants)：廣泛用於洗衣粉、洗碗精。日本某知名廠牌洗髮精含量高達30%，使用的是陰離子系合成界面活性劑叫聚氧乙烯月桂醚 (polyoxyethylene lauryl ether)，洗淨力強，用來清潔浴缸，但毒性強，可能引起皮膚病和內臟障礙。
8. TAR色素青色一號和黃色四號：有刺激性和致癌可能性。

手工甘油皂的成份，都是天然的

手工甘油皂的基本原料很簡單，就是植物油，加上水和氫氧化鈉，形成皂化反應，同時產生一種具有溫和保濕力的「天然甘油」成份。甘油是一種具有親水性、保濕力的天然原

料，價格非常昂貴，經常被添加在高級滋潤保養品中。手工甘油皂不加任何防腐劑及化學添加物，有了天然甘油，肌膚就像擦了一層滋潤乳液，使肌膚清潔卻不乾澀，滋潤卻不油膩。加上天然植物油經過皂化反應之後，「皂」本身就是天然植物性界面活性劑，抹在身上一沖就乾淨，不但不會在皮膚殘留，沖掉的水在大自然中很快就會分解，不會對環境造成傷害。而氫氧化鈉已經與植物油充份做化學反應了，對於環境不造成任何傷害。

## 手工甘油皂的先天限制

手工甘油皂的一定有缺點，因為它都是天然材料。

1. 因為含有天然甘油，容易潮濕，所以放手工甘油皂的盤子不要積水，盡量通風，保持乾爽。
2. 起泡少，泡沫比較細；因為沒有添加發泡劑等化學物質。
3. 手工甘油皂價格偏高，因為材料及製造成本高，紐西蘭人堅持使用天然植物油，不用動物油酸。
4. 沒有添加防腐劑，所以保存期限約一年；一般化學香皂有添加防腐劑，可以保存三年。