

Waar blijft de crème die je op je huid smeert?

Op vakantie hebben we ons keurig ingevet met zonnebrandcrème, 's avonds misschien nog met after-sun en menig mens gaat de deur niet uit zonder dagcrème op te smeren. Maar wat gebeurt er eigenlijk met dat spul als we het over de huid verdelen? Waar blijft het? En kan een lotion echt hydrateren of rimpels wegnemen?

De huid is een schild tegen de buitenwereld, zegt onderzoeksarts cosmetische dermatologie **Jetske Ultee**. Het is niet de bedoeling dat virussen en bacteriën zomaar ons lichaam kunnen infiltreren. Normale cosmetische producten als bodylotion blijven dan ook in de hoornlaag hangen: het bovenste deel van de huid dat bestaat uit gestapelde dode huidcellen.

'Dat is prima, want we willen ook dat het spul daar werkt', zegt **Ultee**. De basisfunctie van een lotion is het hydrateren van de bovenste huidlaag. 'Dat werkt eigenlijk heel simpel. Allereerst zitten er in een lotion ingrediënten die

de huid een beetje afsluiten, zodat vocht minder goed naar buiten kan. Vooral in de winter, met vaak een lage luchtvochtigheid, is dat handig. Daarnaast bevat een product vaak deeltjes die als een spons vocht aantrekken. Die twee dingen zorgen dat je huid gehydrateerd raakt - van binnenuit, met je eigen vocht.' Dat effect duurt maar een paar uur, tot het spul afgebroken is.

Dat de huid als schild werkt, wil niet zeggen dat sommige stoffen niet dieper kunnen doordringen. 'Er zijn studies die laten zien dat deeltjes uit een zonnebrandcrème ook in het bloed terug te vinden zijn. En een pijnstiller als Voltaren gel of een smeerbaar medicijn komt ook dieper, anders zou het niet werken.'

Of een stof verder dan de hoornlaag komt, hangt van verschillende factoren af. De grootte van het deeltje bijvoorbeeld - een molecuul moet piepklein zijn om een cel binnen te dringen. Het maakt ook uit in wat voor goedje de stof



zit opgelost: de huid is redelijk waterdicht omdat die vettig is. Vetoplosbare deeltjes dringen dus beter binnen. De conditie van de huid doet er daarnaast toe, want als de bovenste laag beschadigd is door bijvoorbeeld eczeem of een scheersessie is de schildfunctie van de huid verzwakt. Bij sommige producten worden zelfs expres ingrediënten toegevoegd die de barrière een beetje stukmaken, zodat de werkzame onderdelen beter intrekken.

Sommige cosmetische producten beloven meer dan ze kunnen.

Toegevoegde antioxidanten werken bijvoorbeeld bijna nooit, zegt **Ultee**. Die moleculen vallen namelijk uiteen onder de invloed van zuurstof en licht - en dat is moeilijk te voorkomen met crème in een potje.

Een product als antirimpelcrème zou verder moeten komen dan de bovenste huidlaag. Collageen, het eiwit dat verantwoordelijk is voor de stevigheid van de huid en werkt tegen rimpels, wordt immers dieper in de huid aangemaakt. Probleem is alleen: collageen is een veel te groot molecuul om ver door te dringen. Een antirimpelcrème met dat eiwit lijkt soms effectief, maar het is een trucje: 'Collageen houdt goed vocht vast. Droogtelijntjes in de huid vallen weg, en het voelt lekker zacht - maar de rimpels blijven echt wel zitten', aldus **Ultee**.

Rineke Voogt

Ook een vraag voor deze rubriek?

Mail naar gezond@volkskrant.nl