

Natuurlijke vitamine E olie voor de huid

Onze **100% natuurlijke vitamine E** olie is **koudgeperst** en **onbewerkt**. Gewonnen uit tarwekiemen en soja bonen. Vitamine E kan prima worden toegevoegd aan eigen gemaakte, **DIY**, haar- en huidverzorgingsproducten met oliën of butters. Vitamine E olie kan ook prima worden gebruikt om reguliere verzorgingsproducten te verrijken met vitamine E.

Wat is vitamine E olie

Vitamine E, ook bekend als '**tocoferol**', is een in vet oplosbare vitamine en een sterk antioxidans. Van nature komt vitamine E olie veel voor in de huid. Natuurlijke vitamine E olie wordt gewonnen, bij voorkeur met koude persing, uit plantaardige grondstoffen die van nature rijk zijn aan vitamine E, zoals [tarwekiem](#) en soja. Niet alleen als voedingssupplement is vitamine E olie erg populair maar ook als toevoeging aan **natuurlijke haar- en huidverzorgingsproducten**, al dan niet zelf gemaakt, DIY. Vitamine E olie of tocoferol olie is meestal een **mengsel van tocoferolen en tocotriënolen**. De verschillende tocoferolen van vitamine E zijn alfa-, beta, delta en gamma tocoferol. Over het algemeen wordt aangenomen dat de meest biologisch actieve tocoferol de **alfa- α -tocoferol** is in voedingssupplement maar bij gebruik in cosmetica is de zijn de verschillende tocoferolen gelijkwaardig. Het gehalte vitamine E wordt aangegeven in internationale eenheden IE of IU; hierbij geldt dat 1 IE = 0,67 milligram vitamine E als alfa-tocoferol. Pure, onverdunde Vitamine E olie is altijd **stroperig** en **dik**.

Namen van vitamine E op etiketten

Vitamine E olie vindt u vaak op etiketten van cosmetica onder verschillende namen zoals tocopherol, de **natuurlijke vorm d-alfa-tocoferol** of de chemische gemaakte vitamine E's zoals dl-alfa-tocoferol, vitamine E acetaat, alfa-tocoferolacetaat of synthetisch vitamine E ester.

Er wordt aangenomen dat **natuurlijke vitamine E olie** biologisch actiever is dan de synthetische vorm van vitamine E. Onbewerkte natuurlijk vitamine E olie is van nature erg **stroperig** en een 'dikke' bruine olie. Vaak wordt natuurlijke vitamine E olie dan ook verdund met een andere drager olie. Natuurlijke vitamine E olie lost alleen op in olie en butters, vitamine E olie lost niet op in water zonder dat er hulpstoffen, zoals emulgatoren, worden toegevoegd.

Koudgeperste vitamine E olie

Tarwekiemen en de soja bonen worden schoongemaakt en "koud" gemalen of geperst, de temperatuur komt tijdens dit proces niet boven de 30 °C. Een hogere temperatuur is ongewenst omdat dan biologisch actieve stoffen onwerkzaam kunnen worden van de vitamine E olie. Vitamine E is erg gevoelig voor warmte en wordt daardoor snel onwerkzaam. Tijdens het persen wordt de natuurlijke olie uit de bonen en tarwekiemen gedrukt. Vervolgens wordt de vitamine olie alleen nog gefilterd en in de verpakking gedaan.

Verschil natuurlijke vitamine E olie en synthetische vitamine E olie

Vitamine E is ook in natuurlijke en synthetische vormen beschikbaar. Er wordt taangenomen dat synthetische vitamine E of vormen van vitamine E zoals esters, minder effect hebben dan de natuurlijke vitamine E. Op de meeste etiketten staat het verschil aangegeven door middel van een 'd'

voor de natuurlijke vorm en een 'dl' voor de synthetische vorm van vitamine E olie bijvoorbeeld: d-alfa-tocoferol of dl-alfa-tocoferol.

Toepassingen Vitamine E olie voor verzorgingsproducten

Vitamine E olie heeft een **sterk anti-oxidatieve** werking. Vitamine E olie wordt daarom vaak toegevoegd aan verzorgingsproducten, zeker bij producten zonder chemische toevoegingen is vitamine e vrijwel onmisbaar als natuurlijk conserveringsmiddel. Onbewerkte oliën en butters kunnen namelijk gevoelig zijn voor gisten, schimmels of oxidatie, door een reactie met zuurstof. Vandaar dat vitamine E olie, tocoferol olie, wordt toegevoegd want deze remt de groei van gisten en schimmels, bovendien remt vitamine E de reactie met zuurstof. Chemische bewerkte, geraffineerde of warm geperste producten zijn veel minder gevoelig voor gisten en schimmels en bij die producten wordt het dan ook vaak achterwege gelaten. Verder staat **vitamine E olie** bekend om haar verzorgende en helende eigenschappen op huid en haren. Natuurlijke vitamine E zou de barrièrefunctie van de huid versterken en tegelijkertijd zouden werkzame stoffen uit verzorgingsproducten beter worden opgenomen als vitamine E is toegevoegd. De biologisch actieve stoffen uit natuurlijke oliën zouden dieper in de huid en haren dringen. Overigens wordt ook vaak geclaimd op veel sites dat vitamine E olie littekenweefsel zou verminderen, hiervoor is echter minder overtuigend bewijs.

Gebruik vitamine E olie in producten

Bij DIY verzorgingsproducten

Natuurlijke vitamine E olie is een natuurlijk conserveringsmiddel tegen schimmel, gisten en oxidatie: Tenminste 0,05% tot 0,5% van de hoeveelheid vetfase, bijvoorbeeld olie en butter. Dus bij een crème, is mengsel van water en vet, olie, is er 0,05% tot 0,5% vitamine E olie, tocoferol, van de totale hoeveelheid vet, olie nodig.

Verrijken met vitamine E olie van haar- en huidproducten

Voor **helende** en **beschermende** effecten van vitamine E olie op de huid en haren kunt u vitamine E olie toevoegen aan een haar of huidolie maar ook aan een butter. Natuurlijk kunt u ook reguliere haar- en huid producten **verrijken** met vitamine E olie
De concentratie vitamine E olie moet tenminste 0,5% zijn van het gehele haar- of huidproduct. Eventueel hogere concentraties zijn geen probleem maar hogere concentraties natuurlijke vitamine E kunnen wel eerder een overgevoeligheid voor vitamine E olie veroorzaken. Wij adviseren daarom geen hogere concentratie dan 5% te gebruiken.

Verwerken natuurlijke vitamine E olie

Vitamine E olie is dik en stroperig en de hoeveelheden die moeten worden toegevoegd zijn klein, tot 5ml per 100ml, is 5%. 1 druppel vitamine E olie komt ongeveer overeen met 0,05ml. Vitamine E olie is dus zeer zuinig in gebruik. U kunt het beste een beetje vitamine E olie op een niet-metalen lepel doen en zo druppelsgewijs toevoegen en goed mengen. **Natuurlijke vitamine E olie** is te dik voor een druppelfles of pipet.

Vitamine E olie is uitsluitend bedoeld voor uitwendig gebruik.

Samenstelling

Vitamine E olie 100% gewonnen uit tarwekiemen en soja

Bijwerkingen

Soms lichte irritatie door versterkte doorbloeding, dat verdwijnt meestal snel weer. Verder voor zover bekend, geen bijwerkingen, bij aanbevolen gebruik. Soms kan er een overgevoeligheid voor vitamine E ontstaan, bij verschijnselen van allergie meteen stoppen.

Zwangerschap en Borstvoeding

Over gebruik tijdens zwangerschap en borstvoeding zijn onvoldoende gegevens bekend en wordt dan ook afgeraden.

Niet gebruiken bij

Overgevoeligheid voor één van de bestanddelen. Bij ernstige irritatie van de huid, meteen stoppen.

Bewaring vitamine E olie

Droog, koel en donker bewaren, bij voorkeur in de koelkast. Goed afsluiten na gebruik. Buiten bereik van kinderen houden. De uiterste gebruiksdatum is vermeld op de verpakking. Onze producten zijn natuurproducten, daardoor kan het product per batch variëren.