LuNatura

TAJEMSTVÍ PŘÍRODNÍHO MÝDLA

Kompletní průvodce výrobou přírodních mýdel



od Lucky z LuNatura

Ahoj,

jestli právě čteš tyto řádky, je dost možné, že už delší dobu pokukuješ po výrobě vlastního mýdla nebo po mém instagramu a facebookové stránce . A to je dobře, protože s tímto průvodcem si to **mýdlo doma zvládneš vyrobit.**

Já vím, může to vypadat děsivě, ale opak je pravdou, věř mi! Na internetu najdeš tisíce návodů. Jeden říká něco, druhý tvrdí pravý opak. A právě proto vznikl tento průvodce.

Nechtěla jsem napsat další učebnici chemie. Chtěla jsem vytvořit průvodce, který bych sama ocenila ve chvíli, kdy jsem vyráběla své **úplně první mýdlo.** Takový, který otevřeš, připravíš si suroviny a krok za krokem postupuješ podle něj.

Bez stresu. Bez složitých výpočtů. Bez zbytečných informací navíc.

Co v tomto průvodci najdeš?

🌿 jednoduché vysvětlení celého procesu
🌿 ověřené receptury, které používám jako základ i já
🌿 bezpečný postup krok za krokem
🌿 tipy z mojí několikaleté praxe
🌿 nejčastější chyby a jak se jim vyhnout
🌿 doporučení na suroviny

A co tady naopak nenajdeš?

Nebudeme počítat saponifikační hodnoty. Nebudeme vytvářet vlastní receptury. Nebudeme řešit mastné kyseliny do hloubky. To všechno patří až do pokročilého kurzu. Tento průvodce je vytvořený pro člověka, který si chce doma vyrobit krásné přírodní mýdlo a mít radost z toho, že to zvládl. Není to chemická příručka.



1. Jak to všechno začalo

Když jsem před lety začínala přemýšlet nad tím, co všechno si každý den dáváme na svou pokožku a začala žít podle pravidel **non-toxic** vůbec mě nenapadlo, že jednou budu vyrábět vlastní mýdla.

Stejně jako většina lidí jsem si myslela, že **mýdlo je prostě mýdlo.** Že když v obchodě stojí vedle sebe deset různých kostek, liší se maximálně vůní nebo barvou. Postupně jsem ale začala zjišťovat, že mezi běžným komerčním mýdlem a poctivě vyrobeným přírodním mýdlem je obrovský rozdíl. Začala jsem studovat složení kosmetiky. Číst odborné návody. Zkoušet první receptury.

A hlavně, začala jsem chápat, že přírodní mýdlo není jen kostka, která umyje ruce. Je to výrobek, který **vzniká z kvalitních olejů, másel a přírodních surovin**. Výrobek, který může být šetrný k pokožce, krásně vonět díky éterickým olejům a při správném složení i vydržet opravdu dlouho. Od prvního mýdla už uběhlo mnoho let. Dnes mám za sebou tisíce vyrobených kostek, stovky hodin studia a nespočet pokusů. A právě díky tomu dnes vím, **co opravdu funguje.**

Nemusíš opakovat moje začátečnické chyby. Nemusíš trávit týdny hledáním informací. V tomto průvodci dostaneš všechno důležité na jednom místě. Tak pojďme společně vyrobit Tvoje první mýdlo.

Krátká historie mýdla

Mýdlo nás provází už několik tisíc let. Stejně jako vaření piva a prostituce, patří mýdlo mezi **nejstarší řemesla**. Dokonce je starší než mnoho řemesel, která dnes považujeme za tradiční.

První zmínky o výrobě mýdla pocházejí už z Mezopotámie přibližně **2200 let před naším letopočtem.** Lidé tehdy míchali rostlinné oleje, vodu a louh získaný z dřevěného popela. Výsledkem byla jednoduchá hmota používaná nejen k očistě těla, ale také k praní oděvů. Podobné směsi používali i staří Egypťané, Babyloňané a později Římané.

Skutečný rozmach ale přišel mnohem později. Ve středověku se začalo vyrábět slavné **Aleppské mýdlo**, které je dodnes považováno za jedno z nejstarších tradičních mýdel na světě. Vyrábělo se z olivového a vavřínového oleje a jeho receptura se téměř nezměnila ani po stovkách let.

Po mnoho dalších století si lidé vyráběli mýdlo doma. Používali **živočišné tuky a louh z popela.** Jenže tehdy nikdo neuměl přesně spočítat správné množství louhu. Někdy bylo mýdlo výborné. Jindy mohlo ale pokožku doslova poštípat.

A právě v tom je dnešní výroba úplně jiná. Díky přesným výpočtům, kvalitním surovinám a moderním mýdlovým kalkulačkám dnes dokážeme vyrobit mýdlo, které je jemné, šetrné a bezpečné. A přesto princip zůstává úplně stejný jako před tisíci lety. **Olej. Louh. Voda. A trocha trpělivosti.**



2. Co je vlastně mýdlo

Mýdlo používáme každý den a jeho funkce nám připadá naprosto samozřejmá. Namočíme ruce, vezmeme kostku mýdla, napěníme, opláchneme – a pokožka je čistá. **Ale jak vlastně může něco vyrobeného převážně z olejů a tuků pokožku odmašťovat a čistit?** A proč samotná voda nestačí? Abychom tomu porozuměli, potřebujeme si vysvětlit jedno důležité slovo.

TENZID

Mýdlo je tenzid. Tenzidy neboli povrchově aktivní látky jsou látky, které umožňují vodě lépe odstranit mastnotu a nečistoty. Jejich molekuly mají totiž velmi zajímavou stavbu. Zjednodušeně si můžeme představit, že mají dvě rozdílné části:

- jednu, která má ráda **vodu** – hydrofilní část,
- a druhou, která má ráda **tuky a oleje** – lipofilní neboli hydrofobní část. A právě tahle dvojí povaha je tajemstvím toho, proč mýdlo funguje.

Voda a olej se nemají rády
Když naliješ olej do sklenice s vodou, můžeš je protřepávat, jak chceš. Za chvíli se zase oddělí. Podobně je to s mastnými nečistotami na pokožce. Samotná voda je nedokáže jednoduše rozpustit a odnést pryč. A tady nastupuje mýdlo. Jedna část molekuly mýdla se přitahuje k mastnotě, zatímco druhá zůstává ve vodě.

Při mytí se molekuly mýdla mohou uspořádat kolem mastných nečistot do drobných struktur zvaných **micely**. Jejich části přitahované k tuku směřují dovnitř k mastnotě a části přitahované k vodě směrem ven. Mastnota se tak může rozptýlit ve vodě a při opláchnutí ji společně s mýdlem jednoduše odneseme pryč. **A přesně proto mýdlo myje.**

Co tedy mýdlo dělá s pokožkou?

Na povrchu pokožky nemáme pouze špínu. Nachází se na ní také kožní maz – směs lipidů, která je součástí její přirozené ochranné vrstvy. Mýdlo při mytí pomáhá odstranit nečistoty a mastnotu, ale současně odstraňuje i **část kožního mazu**. A právě proto může mít složení mýdla tak velký vliv na to, jak ho na pokožce vnímáme. Mýdlo s vysokým podílem některých mastných kyselin může odmašťovat velmi intenzivně. Jiné složení vytvoří jemnější kostku, které pokožku subjektivně tolik nevysušuje.

A právě složení mastných kyselin rozhoduje o velké části vlastností výsledného mýdla – jeho tvrdosti, pěně, rozpustnosti i mycí síle.

Z čeho se vlastně vyrábí přírodní mýdlo?

Možná tě to překvapí, ale základ opravdového mýdla je vlastně až směšně jednoduchý.

Tuky nebo oleje + hydroxid sodný + voda.

Ano, ten obávaný **hydroxid sodný neboli louh.** Bez něj bychom totiž mýdlo nevyrobili. Žádnou jinou tajnou přírodní ingredienci, kterou bychom mohli použít místo něj, bohužel nemáme. A právě kolem louhu vzniká podle mě nejvíc nedorozumění. Často dostávám otázku: *„A to tam opravdu dáváte hydroxid sodný? A to je přírodní?“* Ano, dávám. A dává ho tam každý, kdo vyrábí skutečné mýdlo.

Důležité je pochopit, že **suroviny, které do výroby vstupují, nejsou totéž jako látky, které z ní vystupují.** Během výroby totiž proběhne chemická reakce zvaná **zmýdelnění neboli saponifikace**. Hydroxid sodný reaguje s tuky a oleji a vznikají úplně nové látky – **soli mastných kyselin, tedy mýdlo, a glycerin.**

Jednoduše:
OLEJE + HYDROXID SODNÝ → MÝDLO + GLYCERIN

Pokud je receptura správně vypočítaná a mýdlo správně vyrobené, **nezůstává ve výsledné kostce volný hydroxid sodný.** Ten svoji práci odvedl během zmýdelnění. Skutečné mýdlo bez použití zásady při jeho výrobě jednoduše nevznikne.

A co ten glycerin? Ten je takovým krásným bonusem celého procesu. Glycerin vzniká při zmýdelnění přirozeně a je to **humektant** – látka, která na sebe dokáže vázat vodu. V ručně vyráběném mýdle ho necháváme tam, kde vznikl.

Možná jsi už někdy slyšela pojem **glycerinové mýdlo** nebo viděla průhledné barevné kostky prodávané jako mýdlová hmota. Tady pozor – není to totéž, co budeme vyrábět spolu. My budeme vyrábět mýdlo **tradiční metodou za studena**, často označovanou jako cold process. Začneme opravdu od začátku – oleji, másly, vodou a hydroxidem sodným – a celý proces zmýdelnění proběhne přímo u nás v hrnci.

A právě tahle metoda mě před lety naprosto dostala. Z několika obyčejných surovin vznikne něco úplně nového. A pokaždé, když nalévám čerstvé mýdlové těsto do formy, mi vlastně přijde trochu neuvěřitelné, že to celé funguje. 😊

Proč používáme hydroxid sodný?

Pro výrobu **tuhého mýdla** používáme hydroxid sodný – **NaOH** neboli louh. Hydroxid sodný je silně zásaditá látka a v čisté podobě je žíravý. Tady není prostor pro hrdinství ani improvizaci. Při práci s ním budeme dodržovat několik jednoduchých bezpečnostních pravidel, ke kterým se dostaneme hned v další kapitole. Zároveň ale není potřeba z něj mít panickou hrůzu. **Respekt ano. Strach ne.** Když víš, co děláš, máš správné pomůcky a dodržuješ postup, je výroba mýdla krásná a zvládnutelná i doma.

Lucky tip

Když jsem začínala, i já jsem měla z louhu největší respekt. A mám ho vlastně dodnes. Nikdy nepracuji s hydroxidem automaticky nebo ledabyle jen proto, že jsem už vyrobila tisíce kostek mýdla. Připravím si pracovní místo, nasadím rukavice a ochranné brýle a teprve potom začnu. Právě tenhle zdravý respekt je podle mě nejlepší bezpečnostní pravidlo.

Co se tedy při výrobě skutečně děje?

Teď přijde malinký kousek chemie. Oleje a másla jsou tvořeny převážně **triglyceridy**. Ty si pro naše účely můžeš představit jako molekuly složené z glycerolu a mastných kyselin. Když k nim za správných podmínek přidáme hydroxid sodný, triglyceridy se během reakce rozštěpí a mastné kyseliny vytvoří se sodíkem své soli. A právě **sodné soli mastných kyselin jsou mýdlo.** Současně se uvolní glycerin.

Hydroxid sodný (NaOH), známý také jako **kaustická soda**, je bílá pevná anorganická látka a jedna z nejsilnějších zásad. Průmyslově se vyrábí především **elektrolýzou vodného roztoku chloridu sodného – obyčejné soli,** při níž současně vzniká chlor a vodík. Velmi snadno se rozpouští ve vodě, přičemž se uvolňuje velké množství tepla, a díky své vysoké reaktivitě se používá nejen při výrobě mýdla, ale také v řadě dalších průmyslových procesů.

Co vlastně znamená výroba mýdla za studena?

Metoda cold process, tedy výroba za studena, je tradiční způsob výroby mýdla, při kterém mýdlovou hmotu nevaříme ani ji během výroby záměrně nezahříváme. Připravené oleje a másla smícháme s roztokem hydroxidu sodného, mícháme do požadované stopy a vzniklé mýdlové těsto nalijeme do formy. Tam už necháme chemii pracovat za nás.
A nenech se zmást názvem! Za studena rozhodně neznamená bez tepla. Samotný roztok hydroxidu může při přípravě dosáhnout teploty kolem 90 °C a také mýdlo ve formě se během zmýdelnění přirozeně zahřívá.

A tohle je teprve začátek...

V této ukázce jsi mohla nahlédnout pouze do malé části toho, co Tě v průvodci Tajemství přírodního mýdla čeká.

V kompletním průvodci Tě krok za krokem provedu celým procesem výroby přírodního mýdla – od výběru surovin a pomůcek, přes podrobný postup, až po tipy z mé vlastní praxe, které Ti ušetří čas, nejistotu i možné začátečnické chyby. A navíc se s Tebou podělím o 5 ověřených receptů, se kterými si výrobu mýdla snadno vyzkoušíš i Ty.

A co Teď?

Vydání průvodce Tajemství přírodního mýdla plánuji na konec října / začátek listopadu.

Přesné datum spuštění prodeje ještě zveřejním, ale Ty se ho dozvíš mezi prvními přímo ve svém e-mailu.

A protože už jsi na čekací listině, čeká Tě také možnost získat průvodce za zvýhodněnou cenu.

Takže dárky na Vánoce si stíháte vyrobit!

Děkuji, že jsi u toho!

Lucka z LuNatura