

ส วยด้วยวิถีธรรมชาติ

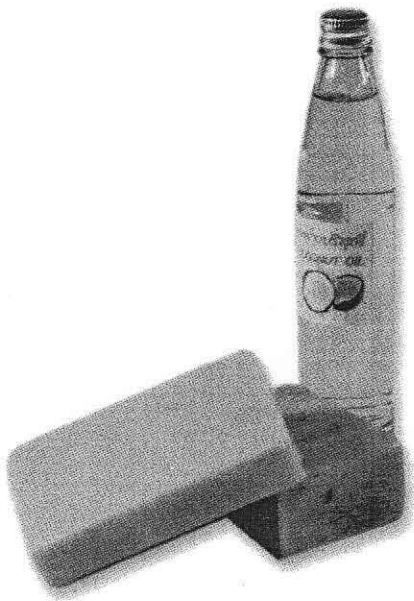
กองบรรณาธิการ

ผลิตภัณฑ์ธรรมชาติ

จากน้ำมันมะพร้าวบริสุทธิ์



นอกจากน้ำมันมะพร้าวบริสุทธิ์จะมีคุณสมบัติที่ดีในการนำมาใช้บำรุงรักษาผิวพรรณและเส้นผมได้โดยตรงแล้ว น้ำมันมะพร้าวบริสุทธิ์ยังเป็นส่วนประกอบพื้นฐานที่สำคัญในการทำผลิตภัณฑ์ธรรมชาติ จำพวกผลิตภัณฑ์ทำความสะอาดและเครื่องสำอางได้หลากหลายชนิด เช่น สบู่ แชมพู โลชั่น ครีม น้ำมันนวดตัว



สบู่ น้ำมันมะพร้าวบริสุทธิ์

Virgin Coconut Oil Soap

โดยปกติในการทำสบู่ธรรมชาติ เรามักจะใช้น้ำมันมะพร้าวเป็นน้ำมันหลักในการทำสบู่ เพื่อที่จะทำให้สบู่มีฟองมาก ประสิทธิภาพทำความสะอาดดี ในกรณีที่เราน้ำมันมะพร้าวผ่านกระบวนการแบบที่ซื้อจากตลาดสด สบู่ที่ได้จะมีข้ออ่อนตรงที่เนื้อสบู่จะแข็งกรอบ มักจะทำให้ผิวแห้ง และมีกลิ่นเหม็นหืนง่าย แต่ถ้าเราใช้น้ำมันมะพร้าวบริสุทธิ์มาทำสบู่ เนื้อสบู่จะไม่แข็งกรอบกลิ่นไม่เหม็นหืนง่าย รวมทั้งเมื่อนำมาถูตัวก็จะนุ่มนวลกว่า แต่อาจจะให้ดีกว่าเติมน้ำมันอื่นๆ ที่มีวิตามินอีสูง เช่น น้ำมันงาลงไปเล็กน้อย สบู่ก็จะนุ่มนวล และอ่อนโยนต่อผิวยิ่งขึ้น

ส่วนผสม

น้ำมันมะพร้าวบริสุทธิ์	300	กรัม
น้ำมันงา	50	กรัม
โซเดียมไฮดรอกไซด์	57	กรัม
น้ำ	133	กรัม

วิธีทำ

1. ชั่งน้ำและต่างตามน้ำหนักที่ต้องการ เทต่างโซเดียมไฮดรอกไซด์ลงในน้ำในภาชนะแก้วหรือสเตนเลส ใช้ช้อนสเตนเลส คนจนต่างละลายหมดเป็นของเหลวใสไม่มีสี อุณหภูมิของสารละลายต่างจะสูงขึ้น 90 องศาเซลเซียส ตั้งทิ้งไว้ให้อุณหภูมิลดลงเหลือ 45 - 50 องศาเซลเซียส

2. ชั่งน้ำมันทั้งสองชนิดตามน้ำหนักที่ต้องการ เทใส่ชามสเตนเลส อุ่นให้ได้อุณหภูมิ 45 - 50 องศาเซลเซียส

3. เทสารละลายต่างลงในน้ำมัน ใช้ไม้พายกวนส่วนผสมให้เข้ากัน แล้วกวนต่อไปนานอย่างน้อย 15 นาที ส่วนผสมจะจับตัวเนื้อสบู่เหนียวคล้ายนมข้นหรือครีมสลัด

4. เติมน้ำมันหอมระเหยตามกลิ่นที่ต้องการ 20 - 30 หยด กวนให้เข้ากันแล้วจึงเทลงแบบ ตั้งทิ้งไว้นาน 1 - 2 วัน เมื่อสบู่แข็งตัวเป็นก้อนให้เคาะออกจากแบบ เก็บต่อไปนาน 2 - 4 สัปดาห์ จึงนำมาใช้อาบนำ ถูตัวได้ ตามสูตรนี้จะได้สบู่ 5 ก้อนๆ ละประมาณ 100 กรัม

กองบรรณาธิการ. "ผลิตภัณฑ์ธรรมชาติจากน้ำมันมะพร้าวบริสุทธิ์" เกษตรกรรมธรรมชาติ ฉ. 2 (2548) 8-11

สบู่เหลวน้ำมันมะพร้าวบริสุทธิ์

Virgin Coconut Oil Liquid Soap

สบู่เหลวสูตรนี้เป็นสบู่เหลวแบบธรรมชาติที่ผลิตขึ้นจากน้ำมันมะพร้าวบริสุทธิ์ โดยมีน้ำมันงา และน้ำมันละหุ่ง ซึ่งสกัดด้วยวิธีธรรมชาติ เช่นเดียวกันเป็นส่วนเสริม เพื่อเพิ่มวิตามินอี ให้มีความชุ่มชื้นและนุ่มนวลต่อผิว

ส่วนผสม

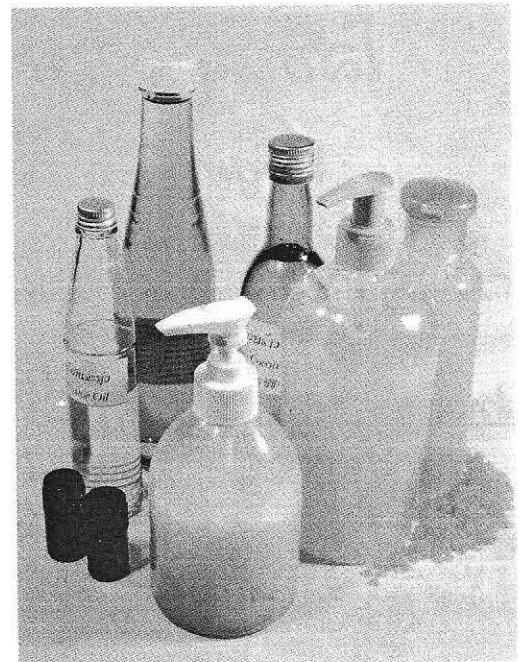
1. น้ำมันมะพร้าว	240	กรัม
2. น้ำมันงา	130	กรัม
3. น้ำมันละหุ่ง	110	กรัม
4. ด่างโปแตสเซียมไฮดรอกไซด์ (KOH)	120	กรัม
5. น้ำ	360	กรัม
6. น้ำมันหอมระเหย		

วิธีทำ

1. ชั่งน้ำหนักน้ำ และน้ำหนักต่าง เทต่างลงในน้ำใช้ช้อนสแตนเลสกวาดจนต่างละลายหมด เป็นของเหลวใสอุณหภูมิของสารละลายต่างจะสูงขึ้นถึง 70 องศาเซลเซียสตั้งทิ้งไว้ให้อุณหภูมิลดลงเหลือ 55 - 60 องศาเซลเซียส (ขั้นตอนนี้ต้องทำด้วยความระมัดระวัง เพราะต่างมีอันตราย)

2. ชั่งน้ำหนักน้ำมันแต่ละชนิด เทรวมกันในชามสแตนเลสนำไปอุ่นให้มีอุณหภูมิ 55 - 60 องศาเซลเซียส

3. เทสารละลายต่างลงในน้ำมัน ใช้ไม้พายกวนส่วนผสมให้เข้ากัน นานอย่างน้อย 30 นาที (หรือนำไปปั่นในเครื่องปั่น 5 - 10 นาที) ส่วนผสมจะเปลี่ยนเป็นของเหลวข้นคล้ายนมข้น จากนั้นจึงนำไปตุ๋นในหม้อต้ม 2 ชั้น



4. ใส่เนื้อสบู่ที่ได้ในหม้อต้ม 2 ชั้น (หม้อตุ๋น) ตั้งไฟอ่อนๆ ตุ่นนานอย่างน้อย 30 นาที ถึง 1 ชั่วโมง ส่วนผสมจะเปลี่ยนไปคล้ายแป้งเปียก จากนั้นจะเปลี่ยนไปคล้ายสับปะรดกวน จากนั้นตุ๋นต่อไปอีกนาน 1 - 2 ชั่วโมง จะได้เนื้อสบู่เป็นเจลใส เก็บไว้ในภาชนะที่มีฝาปิดนาน 2 - 4 สัปดาห์

5. หลังจากเก็บไว้ 2 - 4 สัปดาห์แล้วนำเนื้อสบู่มาเจือจางด้วยน้ำ โดยใช้น้ำประมาณ 2 เท่าของน้ำหนักเนื้อสบู่ต้มในหม้อสแตนเลส ต้มจนน้ำเดือด เมื่อน้ำเดือดแล้วยกลงจากเตาไฟ ตักเจลสบู่ใส่ลงในน้ำต้มเดือด ปิดฝาตั้งทิ้งไว้เฉยๆ นาน 6 - 8 ชั่วโมง เจลสบู่จะละลายเป็นสบู่เหลวธรรมชาติ

6. หยดน้ำมันหอมระเหยลงในสบู่เหลว ใช้ไม้พายกวนให้เข้ากัน เทใส่ขวดที่มีฝาปิด สามารถนำไปใช้อาบนำ้ถูตัวได้ทันที

โลชั่นน้ำมันมะพร้าวบริสุทธิ์

Virgin Coconut Oil Lotion

เป็นโลชั่นที่ผลิตขึ้นจากส่วนผสมของน้ำมันมะพร้าวและน้ำมันงา ที่สกัดขึ้นโดยวิธีธรรมชาติที่ไม่ใช้สารเคมี และไม่ผ่านความร้อนสูง จึงอุดมไปด้วยสารอาหาร วิตามิน และเกลือแร่ เป็นประโยชน์ต่อผิวพรรณ

ส่วนผสม

1. น้ำดอกกุหลาบ	1/4	ถ้วย
2. น้ำผึ้ง	2	ช้อนโต๊ะ
3. ชีผึ้ง	2	ช้อนชา
4. น้ำมันมะพร้าวบริสุทธิ์	1/2	ถ้วย
5. น้ำมันงา	1	ช้อนโต๊ะ
6. น้ำมันหอมระเหย		

วิธีทำ

- ละลายชีผึ้งในหม้อต้มสองชั้นจนขึ้นฟู ผสมเทน้ำมันงาและน้ำมันมะพร้าวบริสุทธิ์ลงไปกวนให้เข้ากัน
- จากนั้นเทน้ำดอกกุหลาบและน้ำผึ้งที่เตรียมไว้ลงไปกวนให้เข้ากัน แล้วเติมน้ำมันหอมระเหยตามกลิ่นที่ชอบหรือตามคุณสมบัติที่ต้องการ ใช้บำรุงผิวพรรณ โดยใช้ น้ำมันหอมระเหยในสัดส่วน 1 - 1.5% ปริมาณน้ำมันมะพร้าว กวนให้เข้ากัน ยกออกจากเตาไฟ
- เทใส่ขวดที่มีฝาปิด เก็บไว้ใช้ทาบำรุงผิว



ครีมน้ำมันมะพร้าวบริสุทธิ์

Virgin Coconut Oil Night Cream

เป็นครีมที่ช่วยซ่อมแซมเซลล์ผิวหน้าที่สึกหกร่อน สร้างเซลล์ใหม่ น้ำมันงาช่วยปกป้องผิว น้ำมันมะพร้าวช่วยรักษาความชุ่มชื้น ทำให้ผิวนุ่มนวล ลดรอยเหี่ยวย่น เลซีตินทำหน้าที่ให้ครีมข้นและเพิ่มวิตามินบี

ส่วนผสม

1. ไข่ไก่	1	ฟอง
2. น้ำมันงา	1/2	ถ้วย
3. น้ำมันมะพร้าวบริสุทธิ์	1/4	ถ้วย
4. เลซีติน	1	ช้อนโต๊ะ
5. น้ำมันมะนาว	1	ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ

- ตีไข่กับน้ำมันงาจนเข้ากันดี จากนั้นเติมน้ำมันมะนาว กวนให้เข้ากัน
- เติมน้ำมันมะพร้าวบริสุทธิ์ กวนจนเหนียวขึ้นเป็นครีม
| 3. เทใส่กระปุกที่มีฝาปิด เก็บไว้ในตู้เย็น เก็บได้นาน 2 สัปดาห์ ใช้ทาผิวหน้าและบริเวณคอก่อนเข้านอนทุกคืน |

ขี้ผึ้งน้ำมันมะพร้าวทาริมฝีปาก

Virgin Coconut Oil Lip Balm

ขี้ผึ้งทาปากสูตรนี้ช่วยป้องกันและรักษาริมฝีปากที่แห้งแตก และ
ยังช่วยปกป้องริมฝีปากจากแสงแดดได้ด้วย



ส่วนผสม

1. ขี้ผึ้ง	15	กรัม
2. น้ำมันมะพร้าวบริสุทธิ์	2	ช้อนโต๊ะ
3. น้ำมันละหุ่ง	1	ช้อนโต๊ะ
4. วิตามินอี	1	ช้อนชา
5. กลีเซอริน	1/2	ช้อนชา
6. น้ำมันหอมระเหย	10	หยด

วิธีทำ

- นำขี้ผึ้งใส่ชามหรือหม้อสเตนเลส (หรือใช้หม้อต้มสองชั้น) นำขึ้นตั้งไฟอ่อนๆ จนขี้ผึ้งละลาย
- เติมน้ำมันมะพร้าวบริสุทธิ์ น้ำมันละหุ่ง วิตามินอี แล้วกวนให้เข้ากัน ยกออกจากเตาไฟ
- เติมน้ำมันหอมระเหยและกลีเซอรินลงไป กวนให้เข้ากัน
- เทใส่กระปุกที่มีฝาปิด เก็บไว้ใช้ทาริมฝีปากตอนเช้าและก่อนนอน



ดินหมักผม

ผสมน้ำมันมะพร้าวบริสุทธิ์

Virgin Coconut Oil Hair Conditioning Clay

เป็นดินหมักผมที่ช่วยทำความสะอาดเส้นผมและปรับสภาพเส้นผม ซึ่งดินจะ
ช่วยขจัดสิ่งสกปรกและบำรุงหนังศีรษะ โดยใช้โคลนขาว ส่วนน้ำมันมะพร้าวจะช่วย
รักษาเส้นผมและหนังศีรษะ เคลือบชั้นบางๆ ช่วยปกป้องความชุ่มชื้น

ส่วนผสม

1. น้ำมันมะพร้าวบริสุทธิ์	1/2	ถ้วย
2. น้ำมันมะกอก	3	ช้อนโต๊ะ
3. โคลนขาว	4	ช้อนโต๊ะ
4. น้ำสะอาด	1	ถ้วย

วิธีทำ

- อุ่นน้ำมันมะกอกและน้ำมันมะพร้าวบริสุทธิ์ ตั้งทิ้งเอาไว้

- ผสมโคลนขาวกับน้ำที่ละลายน้อย กวนให้เข้ากันจนเป็นครีม
- จากนั้นเติมน้ำมันที่เตรียมไว้แล้วผสมลงไป แล้วกวนให้เข้ากัน
- เวลาจะหมักผม ต้องทำผมให้เปียกก่อน แล้วใช้ดินหมักผมเคลือบผมให้ทั่ว แล้วนวดเบาๆ ทั่วหนังศีรษะ
- คลุมด้วยผ้า หรือหมวกอาบน้ำพลาสติก ทิ้งไว้ประมาณ 15 นาที
- จากนั้นสระผมตามปกติ