

# المستحضرات والأدوات التجميلية الأكثر خطراً على صحتك وكيفية الوقاية منها

4 أبريل، 2025



كوني صادقة: متى كانت آخر مرة تحققت فيها من تواريخ انتهاء الصلاحية على مستحضرات التجميل الخاصة بك؟ وهل فكرت فيما إذا كانت مستحضرات التجميل منتهية الصلاحية ضارة ببشرتك؟ كم مرة تقومين بغسل فرش مستحضرات التجميل الخاصة بك؟ وهل سبق لك أن استعرت طلاء الرموش (الماسكارا) الخاص بإحدى صديقاتك، أو جرّبت أحمر شفاه في المتجر قبل شرائه؟ وأي أداة في حقيبة مستحضرات التجميل الخاصة بك، تحتوي على أكبر قدر من البكتيريا؛ الماسكارا، أو ربما قلم تحديد العين، أو الإسفنجات، أم الفرش؟ أعترف بأنني لم أكن أهتم بتنظيف أدوات المكياج، أو التحقق من تواريخ انتهاء صلاحية المواد، لذلك قررت أن أضعها للاختبار تحت مجهر باحثة في جامعة لندن متروبوليتان في المملكة المتحدة. أشرفت على الدراسة د. ماريا بيلار بوتتي- سالو، وهي من كبار المحاضرين في العلوم البيولوجية في كلية العلوم الإنسانية، والتي قادت تحليلاً مخبرياً لأكثر من 70 منتجاً للتجميل منتهية الصلاحية، وشملت قلم تحديد العين، والماسكارا، وملمّع الشفاه، وأحمر الشفاه، وكريم الأساس، بالإضافة إلى فرش وإسفنجات. أُستخرجت العينات ووُضعت على

أطباق مصنوعة من مادة الأغار التي تُستخدم في المختبرات، ثم أدخلت في حضانات للكشف عما كان موجوداً عليها. كانت المستعمرات البكتيرية على أطباق الأغار التي تحتوي على العينات من مستحضرات التجميل الخاصة بي، كبيرة بشكل مذهل. وقالت د. بوتي - سالو: "كان قلم العين هو العينة الأكثر تلوثاً، حيث كان يحتوي على بكتيريا أكثر بكثير من مستحضرات التجميل الأخرى". وأوضحت أن هذا يُمكن أن يكون بسبب أن القلم قد التقط البكتيريا من الجلد، وتشمل بكتيريا المكورات العنقودية، أثناء ملامسته الجفن.

أعترف بأنني عادةً ما أحتفظ بحقيبة مستحضرات التجميل الخاصة بي في الحمّام، وغالباً ما أترك قلم تحديد العين الخاص بي دون غطاء، لبضع دقائق بعد وضعه على عيني. وعُلِّقت الدكتور بوتي - سالو: على ذلك قائلة: "لذا نعم، قد يكون هذا هو السبب"، وأضافت: "إذا أصيب قلم تحديد العين برطوبة من البيئة، فقد يزيد ذلك من نمو الميكروبات، كما وجدنا أيضاً بكتيريا المكورات العنقودية في عينات أخرى من الدراسة، التي شملت الفرش والإسفنجة والماسكارا". ويُمكن أن تكون المكورات العنقودية مسؤولة عن سلسلة من الأمراض، بدءاً من التهيجات الخفيفة، وحتى الالتهابات الأكثر خطورة، مثل التهاب الملتحمة، والحُمرة، والقوباء (التهاب جرثومي في الطبقات السطحية من الجلد). أوضحت الدكتورة بوتي - سالو: "إذا كانت بشرتك سليمة، فإنها تمثل حاجزاً قوياً، وقد لا يحدث أي شيء. ومع ذلك، إذا كان لديك جرح، أو إذا كان لديك كدمة، أو ربما لديك تقرح على جلدك، فهذا هو المكان الذي يُمكن أن تخترقه البكتيريا، وتسبب الضرر، وإذا كان الشخص يعاني من ضعف في الجهاز المناعي، يُمكن أن يكون ذلك أيضاً مصدر قلق". هل تغسلين يديك قبل وضع مستحضرات التجميل؟ يُمكن أن تحمل اليدين جميع أنواع الملوثات، ودون النظافة المناسبة، فإن الخطر يكمن في انتقال هذه الجراثيم إلى منتجات التجميل.

هذا هو الحال بشكل خاص عند وضع ظلال العيون، ومرطب الشفاه، وكريم الأساس مباشرةً باستخدام أيدينا.

وكشفت الدكتورة بوتي - سالو عن نتائج مذهلة، إذ أوضحت: "وجدنا على بعض المنتجات بكتيريا الأمعائية المذرقية، وهي بكتيريا توجد عادةً في الأمعاء".

وأضافت أن "هذا مؤشر على وجود تلوث برازي نتيجة لسوء نظافة اليدين، أو حتى بسبب تناثر قطرات المياه من المرحاض".

وتشير الأبحاث إلى أن تنظيف المرحاض يُمكن أن يطلق قطرات رذاذ، يصل ارتفاعها إلى مترين في غضون ثوانٍ، ومن المحتمل أن تكون هذه

القطرات ملوثة بالبكتيريا المعوية. لذلك، إذا كنتِ تحتفظين بمستحضرات التجميل في الحمام، فمن المحتمل أن تكون ملوثة بالبكتيريا.

وتشير فواصل محددة من البكتيريا المعوية القلق، لأنها يمكن أن تسبب العدوى التي تشمل عدوى الجهاز البولي، والجهاز التنفسي، والتهاب العظم والنخاع، والتهاب بطانة القلب.

ووجدت دراسات سابقة أن البكتيريا الإشريكية القولونية أو العصيات القولونية المرتبطة بالتلوث البرازي، يُمكن أن تعيش على مستحضرات التجميل، وهو أمر مثير للقلق، بالنظر إلى أن هذه المنتجات تُستخدم على الوجه وقرب العينين. ووجد فريق البحث في جامعة متروبوليتان فطريات تدعى المبيضة أو كانديدا في مستحضرات التجميل، وإذا اخترقت هذه الفطريات الجلد، فيمكن أن تسبب عدوى المبيضات المهبلية أو الفموية.

كما أُجريت المزيد من الأبحاث في جامعة أستون في مدينة برمنغهام في المملكة المتحدة، على ما يقرب من 500 منتج من مستحضرات التجميل، وأظهرت هذه الدراسة أن ما يتراوح بين 79 و 90 في المئة من مستحضرات التجميل التي يستخدمها الناس، تحتوي على بعض أنواع من الطفيليات، أو البكتيريا، أو الفطريات، وتتراوح هذه البكتيريا من البكتيريا منخفضة الخطورة إلى بكتيريا الإشريكية القولونية التي قد تكون مميتة.

وقالت الدكتورة أمرين بشير، الباحثة التي قادت الدراسة إن "البكتيريا الموجودة في مستحضرات وأدوات التجميل المستخدمة تشير إلى وجود تلوث، إلا أنها لا تشكل بالضرورة خطراً كبيراً للإصابة بالعدوى.

وتتطلب العدوى وجود بيئة لانتقالها، مثل الجروح أو الأغشية المخاطية، أو عن طريق الفم، ويُمكن للنظافة الجيدة من خلال غسل الأدوات وتطهيرها والتخلص من المواد بعد انتهاء صلاحيتها، أن يقلل من أي خطر محتمل". وترجع أهمية تواريخ انتهاء الصلاحية إلى أنها تشير إلى المدة التي يُمكن للمواد الحافظة في المنتج أن تمنع نمو الميكروبات بشكل فعال، فالمنتجات التي تحتوي على نسبة عالية من الماء، معرضة بشكل خاص للتلوث بعد فتحها، حيث توفر بيئة مناسبة لنمو البكتيريا والفطريات.

ويتراوح تاريخ انتهاء الصلاحية من 3 إلى 12 شهراً بمجرد فتح العبوة، حيث تعتمد مدة الصلاحية على نوع المنتج.

وقالت الدكتورة بشير إنه "إذا لم يكن لمنتج التجميل تاريخ لانتهاء الصلاحية، يُنصح بالتخلص منه بعد ثلاثة أشهر، أو بمجرد معرفة احتمال تلوثه بسبب سقوطه على الأرض أو استخدامه من قبل الآخرين على

سبيل المثال، وذلك لتقليل خطر التلوث". وأضافت أنه "إذا كان المستهلكون غير متأكدين من انتهاء صلاحية مستحضر التجميل الخاص بهم، فمن الآمن استبدال المنتج بدلاً من المخاطرة باحتمال انتقال التلوث". وفقاً لأبحاث جامعة لندن متروبوليتان، فإن العناصر التي تحتوي على مستويات عالية من التلوث وكائنات حية دقيقة متنوعة، هي الماسكارا وكريم الأساس السائل، أما الأسوأ فهي الفرش والإسفنجات المستخدمة لوضع كريم الأساس السائل.

وقالت الدكتورة بوتي - سالو إن "الإسفنجات والفرش هي الأكثر عرضة لإيواء الكائنات الحية الدقيقة"، وأضافت أن الأبحاث استندت على مستحضرات التجميل منتهية الصلاحية، والأدوات المستخدمة لوضعها. وتقدم الدكتورة بوتي - سالو النصائح التالية لتجنب التلوث المحتمل:

- اغسلي يديك قبل وضع مستحضرات التجميل.
  - لا تستخدم العينات التي في المتاجر لتجربة مستحضرات التجميل، فأنت لا تعرفين إذا كان الأشخاص الذين استخدموا هذه المنتجات قد غسلوا أيديهم قبل استخدامها.
  - نظفي الأدوات مثل الإسفنجات والفرش بانتظام بالماء الساخن والصابون، وتأكد من تجفيفها جيداً، ليس هناك حاجة إلى محاليل باهظة الثمن، دعيها فقط تجف تماماً في الهواء قبل تخزينها في حقيبة صغيرة منفصلة لمنع تعرضها للبكتيريا والرذاذ.
  - يعد الحمّام أسوأ مكان لتخزين المكياج، لأنه رطب ومظلم.
  - يجب الاحتفاظ بكريمات الأساس السائلة، والماسكارا، وأقلام تحديد العيون مع وضع الغطاء عليها، لحمايتها من الميكروبات الموجودة في الهواء وجزيئات الغبار.
  - انتبهي لتاريخ انتهاء الصلاحية، وضعي ملاحظة على كل منتج من مستحضرات التجميل لتذكير نفسك بموعد التخلص منه.
  - لا تشاركي مستحضرات التجميل الخاصة بك مع الآخرين.
- وقالت الدكتورة بوتي - سالو إنه بالنسبة للأشخاص المعرضين للخطر بشكل خاص - على سبيل المثال الذين يعانون مشاكل مناعية - فيجب أن يكونوا أكثر حذراً