



# 草本洗手液



目标	类别:	难易程度:	参与人数:	时间:
制作一种药店洗手液的替代品	卫生和安全健康	简单 - 适合儿童	12 人	1小时15分钟

材料清单	工具&设备
1片芦荟叶(至少6英寸长) 或16盎司的芦荟胶	迷你搅拌器或研钵和研杵
金缕梅(86% 纯度) 16盎司瓶装	小砧板
薰衣草油和/或茶树油, 1盎司瓶装(带滴管)	刀
维生素E胶囊(400mg), 维生素C胶囊(400mg)	汤匙(用于测量)
2盎司可重复使用的挤压瓶	用于盛混合芦荟胶的碗
1 英寸 x 2 英寸粘性标签	用于贴标签的笔/记号笔
可选香味和抗菌成分: 橙子、葡萄柚、迷迭香精油, 1盎司瓶	电线/延长线
	清洁抹布

活动流程
<ol style="list-style-type: none"> <li>1) 准备新鲜芦荟               <ol style="list-style-type: none"> <li>a) 把叶子的刺边剪掉</li> <li>b) 剥掉叶子顶层</li> <li>c) 用刀或勺子把芦荟胶刮出来, 放进搅拌机</li> <li>d) 搅拌成起泡状</li> </ol> </li> <li>2) 把剩下的材料加入搅拌机               <ol style="list-style-type: none"> <li>a) 1汤匙芦荟胶</li> <li>b) 1½汤匙金缕梅</li> <li>c) 1颗维生素E胶囊(用刀刺破, 倒入碗里)和碾碎的维生素C</li> <li>d) 加10-15滴你喜欢的精油</li> </ol> </li> <li>3) 用搅拌机混合所有材料</li> <li>4) 倒入2盎司的挤压瓶中</li> <li>5) 在标签上写上成分和制作日期, 贴在瓶子上</li> </ol>

要点/趣闻(话题可以更改, 这些只是建议)

为什么要自制洗手液？	普通的肥皂和水是清洁双手的最佳方式，但有时并不方便或不可能做到。洗手液很有用，但市售的洗手液含有酒精和其他难以名状的成分，大多数人都不知道它们是什么。我们今天易于找到的天然抗菌、抑菌、抗真菌和保湿成分制作洗手液。此外，市售的洗手液中的酒精(乙基)会使皮肤干燥。
金缕梅	我们机构Earth Matter有一棵树，我们用它来制作酊剂。用伏特加保存树叶，用树枝制作酊剂。(您也可以将水煮沸后煮汤(茶)，浸泡20分钟)，并在3天内使用。因为含有单宁酸，所以是一种天然收敛剂(通常用作面部爽肤水)。这些制剂不如药店的蒸汽蒸馏制剂有效。该过程由康涅狄格州的 Thomas Newton Dickinson, Sr. 博士完善。普通的金缕梅的药效/用途与此相同。
芦荟	芦荟是一种多汁、常见的观赏家庭盆栽(冬季不适宜在户外生长)，在世界各地广泛种植。原产于阿拉伯半岛西南部。因其具有抗菌、抗病毒和消炎的药用特性而闻名，有助于外用治疗。中国人用它来治疗真菌疾病--舒缓烧伤，包括日晒、晒伤和其他皮肤刺激和蚊虫叮咬；对内，它能治疗口腔溃疡、便秘、腹绞痛，有助于消化系统的健康。有趣的是，当我还是个孩子的时候，我的母亲和奶奶会用芦荟治疗烧伤和咬伤。它使烧伤不那么痛，叮咬也不那么痒。
精油	这些化合物取自树皮、花、果叶、种子或根，通过蒸馏过程制成油，通过蒸汽将植物的油和水基化合物分离。精油是高度浓缩的。通过浓缩精油，可以将植物中最强大的化合物分离成单一的精油。一瓶精油需要65磅的植物材料。精油中的小分子可以渗透到皮肤中，为您提供与植物相同的保护性油脂，以保护植物免受恶劣环境的影响。 茶树油(又名白千层油)(原产于澳大利亚)具有杀菌、抗菌、抗真菌和抗微生物的特性。具有强烈的樟脑药用气味。 薰衣草精油具有放松、镇定的特性，有助于舒缓皮肤过敏，并散发出花香。它具有杀菌、抗菌和抗微生物作用。 柑橘类精油(如：野橙、葡萄柚)具有净化气味，有助于免疫系统。
维生素E或C	起到防腐作用。它对皮肤有保湿和舒缓作用。 维生素E还能帮助愈合疤痕。 维生素C--压碎成片--起防腐作用。它还能促进胶原蛋白的生成，美白肌肤，并富含抗氧化剂。不过，这种粉末不能与其他成分很好地混合。

常见问题	答案
防腐剂、抗真菌剂、抗菌剂、抗微生物剂？有什么区别？	抗生素 = 杀灭或阻止病原体生长。 抗微生物剂 = 能杀死细菌、真菌和其他病原体等微生物的化合物。 (具体分为：抗菌药、抗真菌药)。 抗菌剂 = 抑制细菌生长，如过氧化氢。 抗真菌药--用于治疗真菌感染的药物，如癣、脚气和念珠菌。
我可以稀释配方吗？	是的，您可以用水(或薰衣草水溶液)稀释成较稀的浓度，但请记住，药效也会被稀释。此配方适合年龄较小的儿童。
为什么用伏特加代替异丙醇？	乙醇(伏特加)是"天然"酒精，由谷物发酵而来。异丙醇是从丙烯等石油化工产品的化学工艺中提取的。伏特加的酒精含量为40-50%，而异丙醇的酒精含量约为70%。
除了自己调配芦荟之外，还有什么其他方法？	芦荟胶可在植物食品店和健康食品店购买。请确保其纯度高，不含任何其他成分。凝胶与芦荟饮料不同。
保质期	最好在一个季节内用完(3个月)