

# İÇİNDEKİLER

|                                               |     |
|-----------------------------------------------|-----|
| ÖNSÖZ: .....                                  | III |
| GİRİŞ: .....                                  | XV  |
| BÖLÜM 1: Başlarken .....                      | 1   |
| Sert Yağlar .....                             | 2   |
| Hindistan Cevizi Yağı .....                   | 2   |
| Hurma Yağı ve Don Yağı .....                  | 3   |
| Kakao Yağı .....                              | 4   |
| Yumuşak Yağlar .....                          | 5   |
| Yaygın Yağlardaki Önemli Yağ Asitleri .....   | 6   |
| Zeytinyağı .....                              | 8   |
| Aspir Yağı .....                              | 8   |
| Yaygın Yağların Sabun Yapma Özellikleri ..... | 9   |
| Tuzlanmış Aspir Yağı .....                    | 10  |
| Bal Mumları .....                             | 10  |
| Lanolin .....                                 | 10  |
| Jojoba .....                                  | 11  |
| Potasyum Hidroksit (Kostik Asit) .....        | 11  |
| Çözücüler .....                               | 11  |
| Alkol .....                                   | 12  |
| Gliserin .....                                | 13  |



|                                                   |           |
|---------------------------------------------------|-----------|
| Diğer Önemli İçerik Maddeleri .....               | 14        |
| Şeker .....                                       | 14        |
| Yumuşak veya Damıtılmış Su .....                  | 14        |
| Reçine .....                                      | 14        |
| Boraks veya Sodyum Borat .....                    | 15        |
| Kalgon .....                                      | 15        |
| Nötrleyiciler .....                               | 16        |
| Potasyum Karbonat veya Potasyum Tuzu .....        | 16        |
| Koruyucular .....                                 | 16        |
| Biocides .....                                    | 17        |
| Fenolfitalin .....                                | 18        |
| Gerekli Malzemeler .....                          | 21        |
| Terazi .....                                      | 21        |
| Termometre .....                                  | 22        |
| Tencere .....                                     | 23        |
| 20 Litrelik Tencere .....                         | 24        |
| Karıştırıcılar ve Mikserler .....                 | 25        |
| Gözlük ve Eldivenler .....                        | 26        |
| Plastik Film ve Kablolar .....                    | 26        |
| Şişeler ve Kavanozlar .....                       | 27        |
| <b>BÖLÜM 2: Temel Teknikler İçin Rehber .....</b> | <b>29</b> |
| Sabun Yapımının Sıcak İşlemi .....                | 30        |
| Altın Kural .....                                 | 31        |
| Şeffaflık İçin .....                              | 31        |
| Macun Yöntemi .....                               | 32        |
| 1 Çift Tencereyi Hazırlayın .....                 | 32        |
| 2 Yağları Ekleyin .....                           | 33        |
| 3 Bir Hidroksit Solüsyonu Hazırlayın .....        | 34        |
| 4 Hidroksiti Yağlara Ekleyin .....                | 36        |
| 5 Karıştırın .....                                | 37        |
| 6 Macunu Pişirin .....                            | 40        |
| 7 Fazla Yağ Asidini Test Edin .....               | 42        |

|                                            |           |
|--------------------------------------------|-----------|
| 8 Sabunu Sulandırın .....                  | 44        |
| 9 Sabunu Nötrleyin .....                   | 46        |
| 10 Boya ve Kokuları Ekleyin .....          | 48        |
| 11 Dinlendirme .....                       | 50        |
| Alkol/Hidroksit Yöntemi .....              | 53        |
| 1 Kapak ve Çift Tencereyi Hazırlayın ..... | 54        |
| 2 Yağları Isıtın .....                     | 55        |
| 3 Hidroksit-Su Solüsyonunu Ekleyin .....   | 56        |
| 4 Alkolü Karıştırın .....                  | 57        |
| 5 Tencereyi Örtün .....                    | 58        |
| 6 Tencereyi Tartın .....                   | 59        |
| 7 Macunu Pişirin .....                     | 60        |
| 8 Tencereyi Tartın .....                   | 61        |
| 9 Aşırı Yağ Asitlerini Test Edin .....     | 62        |
| 10 Sabun Çorbasını Sulandırın .....        | 64        |
| 11 Sabunu Nötrleştirin .....               | 64        |
| 12 Boyaları ve Kokuları Ekleyin .....      | 66        |
| 13 Dinlendirme .....                       | 66        |
| Sulandırma Rehberi .....                   | 68        |
| Sulandırma Oranları .....                  | 68        |
| Sulandırma Yüzdeleri .....                 | 69        |
| Katkıların Kullanımı .....                 | 70        |
| Nötrleştiriciler .....                     | 70        |
| Koruyucular .....                          | 70        |
| Yağlandırma .....                          | 71        |
| Kalınlaştırıcılar .....                    | 71        |
| Dinlendirici Maddeler .....                | 74        |
| Bitkiler .....                             | 75        |
| <b>BÖLÜM 3: Karışım Formülleri .....</b>   | <b>77</b> |
| İlk Sıvı Sabunlar .....                    | 78        |
| Basit ve Doğal .....                       | 78        |
| Kendi Sabununuzu Tasarlamak .....          | 79        |

|                                        |           |
|----------------------------------------|-----------|
| Yağ Karışımları .....                  | 80        |
| Hidroksit Oranlarını Hesaplamak .....  | 82        |
| Temel Sabun Reçeteleri .....           | 84        |
| % 100 Hindistan Cevizi Sabunu .....    | 85        |
| Hindistan Cevizi Sabunu .....          | 85        |
| Kremsi Hindistan Cevizi Sabunu .....   | 86        |
| Bol Köpüklü Reçine Sabunu .....        | 86        |
| Süper Yumuşak Sabun .....              | 86        |
| Bol Köpüren Soğuk Krem Sabun .....     | 87        |
| Hurma Yağı İle Sıvı Sabun .....        | 88        |
| Aspir Yağı-Jojoba                      |           |
| Nemlendirici Sabun.....                | 88        |
| Nemlendirici Jojoba Sabun .....        | 89        |
| Lanolin Sabunu .....                   | 90        |
| Aspir Yağı-Reçine Sabunu .....         | 90        |
| <b>BÖLÜM 4: Doğal Şampuanlar .....</b> | <b>93</b> |
| Şampuanın İşlevi Nedir?.....           | 94        |
| Temizlik ve Bakım .....                | 94        |
| Yağların ve Katkıların Kullanımı ..... | 96        |
| Şampuan Formülasyonları .....          | 98        |
| Basit Bir Şampuan .....                | 98        |
| Yalancı Safran-Hindistan Cevizi Yağı   |           |
| Şampuanı .....                         | 99        |
| Jojoba Bakım Şampuan .....             | 100       |
| E Vitaminli Saç Güçlendirici .....     | 100       |
| Yumuşak Bir Şampuan.....               | 101       |
| Sıvı İpeksi Şampuan .....              | 101       |
| Canlandırıcı Reçine Şampuanı .....     | 102       |
| Altın Bukleler .....                   | 102       |
| Olağanüstü Nemlendirici Şampuan .....  | 103       |
| Hawaii Adaları'nın Şampuanı .....      | 104       |
| Bebek Şampuanları .....                | 105       |

|                                                     |            |
|-----------------------------------------------------|------------|
| % 100 Beyaz Sabun Şampuanı .....                    | 105        |
| Köpüklü Bebe Şampuanı .....                         | 106        |
| "Sabunsuz" Şampuan .....                            | 107        |
| Köpek Şampuanları .....                             | 107        |
| Pire Kontrolü İçin Bitkisel Yağlar .....            | 108        |
| Taze-Koku Karışımı .....                            | 109        |
| Bitkisel Pire Karışımı .....                        | 109        |
| Yarpuz Turunçgil Özel .....                         | 109        |
| Odunsu Karışım .....                                | 109        |
| Temiz ve Yeşil .....                                | 109        |
| Naneli Köpek .....                                  | 110        |
| Açık Hava .....                                     | 110        |
| Limon Tazeliğinde Böcek Savar .....                 | 111        |
| <b>BÖLÜM 5: Muhteşem Banyo ve Duş Jelleri .....</b> | <b>113</b> |
| Jel Yapım Prosedürü .....                           | 114        |
| <b>1.Adım: Çözücüler ve Nötrleştiricileri</b>       |            |
| Ekleyin .....                                       | 114        |
| <b>2.Adım: Pişirme .....</b>                        | <b>115</b> |
| <b>3.Adım: Suyu Ekleyin .....</b>                   | <b>115</b> |
| <b>4.Adım: Akışmazlığını Test Edin .....</b>        | <b>115</b> |
| <b>5.Adım: Boyaları ve Kokuları Ekleyin .....</b>   | <b>116</b> |
| Alternatif Jel Yapım Yöntemi .....                  | 116        |
| Duş Jeli Reçeteleri .....                           | 118        |
| Duş Jeli .....                                      | 118        |
| Hindistan Cevizi Jeli (1) .....                     | 119        |
| Hindistan Cevizi Jeli (2) .....                     | 120        |
| Hindistan Cevizi-Jojoba Kaynaşması .....            | 121        |
| Kehribar Cazibesi .....                             | 122        |
| Zengin ve Kremse Duş Jeli .....                     | 122        |
| Yaz Jelleri .....                                   | 124        |
| Coco-Loce Duş Jeli .....                            | 124        |
| Yazın Rahatlatıcı .....                             | 125        |

|                                            |            |
|--------------------------------------------|------------|
| <b>BÖLÜM 6: Lüks Banyo Köpükleri .....</b> | <b>127</b> |
| Köpük Yapıcı ve Sabitleyiciler .....       | 128        |
| Gliserin .....                             | 129        |
| Boraks .....                               | 129        |
| Sodyum-Potasyum Sabunu .....               | 129        |
| Süt Tozu .....                             | 130        |
| Tuzlanmış Aspir Yağı .....                 | 130        |
| Lüks Köpük Banyosu Reçeteleri .....        | 133        |
| Saf Hindistan Cevizi Yağı .....            |            |
| Köpük Banyosu .....                        | 134        |
| Kleopatra'nın Süt Banyosu .....            | 135        |
| Zeytinyağı Köpük Banyosu .....             | 135        |
| Süper Köpüklü Banyo .....                  | 137        |
| Reçine Özlü Köpük Banyosu.....             | 138        |
| <b>BÖLÜM 7: Renklendirme ve Koku.....</b>  | <b>141</b> |
| Boyalar .....                              | 142        |
| Gıda Boyaları .....                        | 142        |
| Sabun Boyaları .....                       | 143        |
| Kokular .....                              | 143        |
| Koku Yağları .....                         | 144        |
| Saf Bitkisel Yağlar .....                  | 145        |
| Koku Formülasyonları .....                 | 147        |
| Erkekler İçin Doğal Vahşi .....            | 147        |
| Kadınlar İçin Tatlı Uyum .....             | 147        |
| Rahatlatma Uzmanı .....                    | 148        |
| Hindistan Rüyası .....                     | 149        |
| Yaz Eğlencesi .....                        | 149        |
| Bahar Kokusu .....                         | 150        |
| Turunç Ferahlığı .....                     | 150        |
| Aşk İksiri # 7.....                        | 151        |
| Tatlı Toprak .....                         | 151        |
| 3 C Sabun Karışımı .....                   | 152        |

|                                        |     |
|----------------------------------------|-----|
| Çam Buğusu Sabun Karışımı .....        | 152 |
| Çayır Çimen .....                      | 152 |
| Turunç Keyfi .....                     | 153 |
| Noel Ağacı .....                       | 153 |
| Seksi Geceler .....                    | 153 |
| Erkeğin Kokusu .....                   | 154 |
| Paçuli-Badem Baharatı .....            | 155 |
| Seksi Geceler .....                    | 155 |
| Banyo Tiryakisi .....                  | 155 |
| Ferahlatıcı Limon .....                | 156 |
| Klasik Düş .....                       | 156 |
| Yaz Bahçesi .....                      | 157 |
| Güneş Ruhu .....                       | 157 |
| Ada Esintisi .....                     | 157 |
| Bal Börek .....                        | 157 |
| Nane Likörü .....                      | 158 |
| Ateşli (Bayan) .....                   | 158 |
| Rüya Esini .....                       | 159 |
| Çiçek Çocuk .....                      | 159 |
| Erkekler İçin .....                    | 159 |
| Cennet Gibi .....                      | 160 |
| Mandalina Rüyası .....                 | 160 |
| Lavanta-Paçuli Karışımı .....          | 160 |
| Kolonya .....                          | 162 |
| Rebecca'nın Paçulisi .....             | 163 |
| Ihlamur .....                          | 163 |
| Eski Kent Bahçesi .....                | 163 |
| Bengal Gülü .....                      | 164 |
| Tarçın Ormanı .....                    | 164 |
| Squeaky Clean... Naturally! Firmasının |     |
| İmzası .....                           | 164 |
| Arap Geceleri .....                    | 165 |

|                                             |            |
|---------------------------------------------|------------|
| Tropikal Turunç Karışımı .....              | 166        |
| Çilek-Rhubarb .....                         | 166        |
| Noel Karanfili .....                        | 166        |
| Nair Karışımı .....                         | 167        |
| Deniz Meltemi .....                         | 168        |
| Egzotik Karışım .....                       | 168        |
| Sports Bitkisel Karışım .....               | 169        |
| <b>BÖLÜM 8: Sorun Giderme .....</b>         | <b>171</b> |
| Problemler ve Çözümleri .....               | 172        |
| Bulanıklığın Oluşma Nedenleri .....         | 175        |
| Yağlar veya Katkılar .....                  | 175        |
| Suyun Sert Olması .....                     | 176        |
| Macunun Yeterince Karıştırılmaması .....    | 176        |
| Sabunun Yeterince Pişirilmemesi .....       | 177        |
| İçerik Maddelerinin Yanlış Tartılması ..... | 177        |
| Nötrleştiricilerin Aşırı Kullanılması ..... | 177        |
| Bitkisel Yağlar veya Koku Yağları .....     | 178        |
| Boraks Fazlalığı .....                      | 178        |
| Sabun Çözültisi Çok Kalınsa .....           | 179        |
| PH Problemlerinin Düzeltilmesi .....        | 180        |
| pH Testi .....                              | 180        |
| Aşırı Yağ Asitlerinin Düzeltilmesi .....    | 181        |
| Çözüm .....                                 | 181        |
| Hidroksit İlavesi .....                     | 182        |
| Dinlendirici Katkıları Deneyin .....        | 183        |
| Alkali Fazlalığını Gidermek .....           | 184        |
| Çözüm .....                                 | 185        |
| <b>SÖZLÜK .....</b>                         | <b>187</b> |
| <b>İNDEKS .....</b>                         | <b>190</b> |

## şampuan formülasyonları

Bu bölüm, hepsi 2. bölümdeki talimatları adım adım izlemeye bağlı olan çok çeşitli şampuan formüllerini kapsar. Saçınız kuruysa hindistan cevizi yağı az, yumuşak yağları, hint yağı, lanolin, jojoba ve kakao yağı daha fazla olan formüllere bakın. Şampuana gliserin ve/veya sülfatlanmış hint yağı katkısı, nemlendirir ve bakım yapar.

Kendi şampuanınızı kendiniz de formüle edebilirsiniz. Yağlı saçlar için hindistan cevizi yağı oranı yüksek, yumuşak yağların oranı düşük şampuanlar faydalıdır.

Aksi belirtilmedikçe 2. bölümdeki karıştırma ve pişirme talimatlarını uygulayın. Bu reçetelerin çoğu için zeytin, badem, kanola, hint veya soya gibi yumuşak yağlara ihtiyacınız olacak. Bu bölümdeki tüm reçetelere uyan iki kuralımız vardır:

Sabun yapımında **alkol/hidroksit yöntemini kullanıyorsanız**, yağ ve potasyum solüsyonuna 600 ml. etil alkol veya izopropil alkol ekleyin.

Sabunu nötrleştirmek için % 20 borik veya sitrik asit solüsyonunun 4 ½ veya % 33 boraks solüsyonunun 4 ½ miktarını ekleyin. **Dikkat:** Birleştirici veya kalınlaştırıcı olarak boraks kullanırsanız nötrleştiriciye gerek yoktur.

### Basit Bir Şampuan

*Bu yapılışı kolay şampuan bol köpürür ve yumuşaklık için yeterince yumuşak yağa sahiptir.*

#### Yağlar

1110 ml. hindistan cevizi yağı  
330 ml. yumuşak yağ (tercihinize kalmış)

#### Hidroksit Solüsyonu

390 ml. potasyum hidroksit  
1170 ml. yumuşak veya damıtılmış su

- Aynı boyları şampuanları ve diğer sıvı sabunları renklendirmek için kullanabilirsiniz.



### Hint Yağı-Hindistan Cevizi Yağı Şampuanı

*Hint yağı bakım yapar, nemlendirir ve temizler.*

#### Yağlar

1170 ml. hindistan cevizi yağı  
240 ml. hint yağı

#### Hidroksit Solüsyonu

390 ml. potasyum hidroksit  
1170 ml. yumuşak veya damıtılmış su