



**ΑΛΕΞΑΝΔΡΕΙΟ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ  
ΙΔΡΥΜΑ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ  
ΣΧΟΛΗ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΩΝ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΠΡΟΝΟΙΑΣ  
ΤΜΗΜΑ ΑΙΣΘΗΤΙΚΗΣ ΚΑΙ ΚΟΣΜΗΤΟΛΟΓΙΑΣ**

**ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ**

**<<ΚΑΛΛΥΝΤΙΚΑ ΣΚΕΥΑΣΜΑΤΑ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΥ ΤΟΥ  
ΔΕΡΜΑΤΟΣ ΜΕ ΔΡΑΣΤΙΚΕΣ ΟΥΣΙΕΣ ΑΠΟ ΤΗΝ ΕΛΛΗΝΙΚΗ  
ΦΥΣΗ>>**



**Της φοιτήτριας:  
Τζιτζιλιάκη Μαρίας**

**Επιβλέπων καθηγητής  
Δρ. Χρήστος Δούκας  
Καθηγητής**

**ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ 2017**

**<<ΚΑΛΛΥΝΤΙΚΑ ΣΚΕΥΑΣΜΑΤΑ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΥ  
ΤΟΥ ΔΕΡΜΑΤΟΣ ΜΕ ΔΡΑΣΤΙΚΕΣ ΟΥΣΙΕΣ ΑΠΟ  
ΤΗΝ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΦΥΣΗ>>**

## **ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ**

"Νιώθω την ανάγκη να ευχαριστήσω όλους όσους συνέβαλλαν για την ολοκλήρωση της παρούσας πτυχιακής. Ιδιαίτερα τον εισηγητή μου Κ. Δούκα για τις χρήσιμες, καθοδηγητικές και πολύτιμες συμβουλές του για την ολοκλήρωση της πτυχιακής.. Η εργασία μου αφιερώνεται στην οικογένεια μου και ιδιαίτερα στην μητέρα μου Αφροδίτη στους στενούς συγγενείς και φίλους και στο αγόρι μου Αλέξανδρο"

## ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

|   |    |
|---|----|
| ΑΦΙΕΡΩΣΗ.....   | 3  |
| ΠΡΟΛΟΓΟΣ.....   | 6  |
| ΠΕΡΙΛΗΨΗ.....   | 7  |
| ΑΒSTRACT.....   | 8  |
| ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1 ΤΟ ΔΕΡΜΑ.....  |    |
| 1.1 ΑΝΑΤΟΜΙΑ ΚΑΙ ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ ΤΟΥ ΔΕΡΜΑΤΟΣ.....                             | 9  |
| 1.1.1 ΕΠΙΔΕΡΜΙΔΑ.....   | 10 |
| 1.1.2 ΑΛΛΟΙ ΤΥΠΟΙ ΚΥΤΤΑΡΩΝ ΤΗΣ ΕΠΙΔΕΡΜΙΔΑΣ.....                           | 12 |
| 1.1.3 ΧΟΡΙΟ.....  | 14 |
| 1.1.4 ΥΠΟΔΟΡΙΟΣ ΙΣΤΟΣ.....  | 15 |
| 1.2 ΚΕΡΑΤΙΝΟΠΟΙΗΣΗ.....   | 16 |
| 1.3 ΑΓΓΕΙΑ ΤΟΥ ΔΕΡΜΑΤΟΣ.....  | 16 |
| 1.4 ΝΕΥΡΑ ΤΟΥ ΔΕΡΜΑΤΟΣ.....   | 17 |
| 1.5 ΕΞΑΡΤΗΜΑΤΑ ΤΟΥ ΔΕΡΜΑΤΟΣ.....  | 18 |
| 1.5.1 ΤΡΙΧΕΣ.....   | 18 |
| 1.5.2 ΑΔΕΝΕΣ ΤΟΥ ΔΕΡΜΑΤΟΣ.....  | 19 |
| 1.5.3 ΝΥΧΙΑ.....  | 21 |
| ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2 ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΑΝΑΔΡΟΜΗ ΤΗΣ ΟΜΟΡΦΙΑΣ ΚΑΙ<br>ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΣ ΠΡΟΣΩΠΟΥ..... |    |
| 2.1 ΟΡΙΣΜΟΣ ΤΗΣ ΟΜΟΡΦΙΑΣ.....   | 22 |
| 2.1.1 Η ΟΜΟΡΦΙΑ ΣΤΗΝ ΑΡΧΑΙΟΤΗΤΑ.....                                      | 22 |
| 2.2 ΠΕΡΙΠΟΙΗΣΗ ΚΑΙ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΣ ΔΕΡΜΑΤΟΣ ΣΤΗΝ ΑΡΧΑΙΑ<br>ΑΙΓΥΠΤΟ.....        | 24 |
| 2.2.1 ΠΕΡΙΠΟΙΗΣΗ ΚΑΙ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΣ ΔΕΡΜΑΤΟΣ ΣΤΗΝ<br>ΑΡΧΑΙΑ ΕΛΛΑΔΑ.....       | 27 |
| 2.2.2 ΠΕΡΙΠΟΙΗΣΗ ΚΑΙ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΣ ΔΕΡΜΑΤΟΣ ΣΤΗΝ<br>ΑΡΧΑΙΑ ΡΩΜΗ.....         | 30 |
| 2.2.3 ΠΕΡΙΠΟΙΗΣΗ ΚΑΙ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΣ ΔΕΡΜΑΤΟΣ ΣΤΙΣ<br>ΙΣΛΑΜΙΚΕΣ ΧΩΡΕΣ.....     | 32 |
| 2.2.4 ΠΕΡΙΠΟΙΗΣΗ ΚΑΙ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΣ ΔΕΡΜΑΤΟΣ ΣΤΗ<br>ΑΝΑΓΕΝΝΗΣΗ.....           | 32 |
| 2.2.5 ΠΕΡΙΠΟΙΗΣΗ ΚΑΙ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΣ ΔΕΡΜΑΤΟΣ 20 <sup>ου</sup><br>ΑΙΩΝΑ.....   | 34 |
| ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3 ΚΑΛΛΥΝΤΙΚΑ ΣΚΕΥΑΣΜΑΤΑ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΥ ΤΟΥ<br>ΔΕΡΜΑΤΟΣ.....          |    |
| 3.1 ΟΡΙΣΜΟΣ ΚΑΛΛΥΝΤΙΚΟΥ.....  | 36 |
| 3.2 ΚΑΘΑΡΙΣΤΙΚΑ ΠΟΥ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΟΥΝΤΑΙ ΣΤΗΝ<br>ΑΙΣΘΗΤΙΚΗ.....               | 36 |
| 3.2.1 ΚΑΘΑΡΙΣΤΙΚΑ ΤΟΥ ΔΕΡΜΑΤΟΣ.....                                       | 36 |
| 3.2.2 ΚΡΕΜΕΣ.....   | 37 |

|  |    |
|--|----|
| 3.2.3 ΥΓΡΟΠΟΙΗΜΕΝΕΣ ΚΡΕΜΕΣ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΥ.....                           | 38 |
| 3.2.4 ΓΑΛΑΚΤΩΜΑ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΥ.....                                      | 39 |
| 3.2.5 ΛΟΣΙΟΝ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΥ.....   | 39 |
| 3.2.6 ΥΓΡΟ ΚΑΘΑΡΙΜΟΥ.....  | 40 |
| 3.2.7 ΠΗΛΙΝΓΚ.....   | 40 |
| 3.2.8 ΚΡΕΜΕΣ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΥ ΠΟΥ ΑΦΑΙΡΟΥΝΤΑΙ ΜΕ ΝΕΡΟ.....                 | 41 |
| 3.2.9 ΑΜΠΟΥΛΕΣ.....  | 41 |
| 3.2.10 ΟΞΙΝΕΣ ΚΡΕΜΕΣ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΥ.....                                 | 42 |
| 3.2.11 ΜΑΣΚΕΣ.....   | 42 |
| 3.3 ΣΤΟΧΟΙ ΚΑΙ ΡΟΛΟΣ ΠΡΟΙΟΝΤΩΝ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΥ.....                       | 43 |
| 3.4 ΤΥΠΟΙ ΔΕΡΜΑΤΟΣ.....  | 43 |
| 3.4.1 ΚΑΝΟΝΙΚΟ ΔΕΡΜΑ.....  | 44 |
| 3.4.2 ΞΗΡΟ ΔΕΡΜΑ.....  | 44 |
| 3.4.3 ΛΙΠΑΡΟ ΔΕΡΜΑ.....  | 44 |
| 3.4.4 ΜΙΚΤΟ ΔΕΡΜΑ.....   | 45 |
| 3.4.5 ΕΥΑΙΣΘΗΤΟ ΔΕΡΜΑ.....   | 45 |
| 3.5 ΚΑΤΑΛΛΗΛΑ ΠΡΟΙΟΝΤΑ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΥ ΒΑΣΕΙ ΤΟΥ ΤΥΠΟΥ ΤΟΥ ΔΕΡΜΑΤΟΣ.....  | 45 |
| 3.6 ΠΙΝΑΚΑΣ ΒΑΣΙΚΩΝ ΚΑΛΛΥΝΤΙΚΩΝ.....                                 | 47 |
| 3.7 ΔΡΑΣΤΙΚΑ ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ ΚΑΛΛΥΝΤΙΚΩΝ.....                              | 50 |
| ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4 ΔΡΑΣΤΙΚΕΣ ΟΥΣΙΕΣ ΑΠΟ ΤΗΝ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΦΥΣΗ.....               |    |
| 4.1 ΦΥΤΙΚΑ ΛΑΔΙΑ.....  | 51 |
| 4.2 ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ.....   | 51 |
| 4.3 ΑΜΥΓΔΑΛΕΛΑΙΟ.....  | 54 |
| 4.3.1 ΤΟ ΑΜΥΓΔΑΛΕΛΑΙΟ ΣΤΗ ΚΟΣΜΗΤΟΛΟΓΙΑ.....                          | 55 |
| 4.4 ΚΑΡΟΤΕΛΑΙΟ.....  | 57 |
| 4.5 ΕΚΧΥΛΙΣΜΑ ΧΑΜΟΜΗΛΙΟΥ.....  | 58 |
| 4.6 ΕΚΧΥΛΙΣΜΑ ΑΓΓΟΥΡΙΟΥ.....   | 59 |
| 4.7 ΤΣΑΙ ΤΟΥ ΒΟΥΝΟΥ.....   | 59 |
| 4.8 ΣΠΑΘΟΧΟΡΤΟ.....  | 61 |
| 4.9 ΚΑΛΕΝΤΟΥΛΑ.....  | 62 |
| 4.10 ΛΑΔΙ ΣΤΑΦΥΛΙΟΥ.....   | 63 |
| 4.11 ΡΟΔΕΛΑΙΟ.....   | 64 |
| 4.12 ΜΑΣΤΙΧΑ ΧΙΟΥ.....   | 64 |
| 4.13 ΑΛΟΗ.....   | 66 |
| 4.13.1 ΤΟ ΦΥΤΟ ΤΗΣ ΑΛΟΗΣ ΚΑΙ ΟΙ ΕΥΕΡΓΕΤΙΚΕΣ ΙΔΙΟΤΗΤΕΣ ΣΤΟ ΔΕΡΜΑ..... | 68 |

## ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Η παρούσα πτυχιακή εργασία εκπονείται στα πλαίσια της ολοκλήρωσης του προγράμματος σπουδών του τμήματος Αισθητικής και Κοσμητολογίας του Αλεξάνδρειου Τεχνολογικού Ιδρύματος Θεσσαλονίκης. Το θέμα αφορά τα καλλυντικά σκευάσματα καθαρισμού του δέρματος με δραστικές ουσίες από την ελληνική φύση.

Η φύση μας προσφέρει απλόχερα τα προϊόντα της, τα οποία συμβάλουν στην βελτίωση και τη διατήρηση της φυσικής ομορφιάς του δέρματος. Το χαμομήλι, το τσάι του βουνού, η αλόη, τα φύλλα ελιάς, το ρόδι, το ελαιόλαδο, το λάδι αβοκάντο, το αμυγδαλέλαιο, το σπαθόλαδο, το δαφνέλαιο είναι μερικά από τα προϊόντα του φυτικού βασιλείου που συμβάλλουν στο κόσμο της ομορφιάς και της αισθητικής με τις ευεργετικές τους ιδιότητες.

Στη συνέχεια παρουσιάζονται οι ιδιότητες του κάθε φυτικού προϊόντος και ο τρόπος με τον οποίον δρουν στο δέρμα. Αναλόγως με το πρόβλημα του δέρματος μας χρησιμοποιούμε και τα ανάλογα προϊόντα .

## **ΠΕΡΙΛΗΨΗ**

Σκοπός της εργασίας είναι η ενημέρωση για την σωστή επιλογή και χρήση καλλυντικού σκευάσματος καθαρισμού του δέρματος ανάλογα με το τύπο του δέρματος καθώς και η γνώση για τα προϊόντα με δραστικές ουσίες από την ελληνική φύση και τις ευεργετικές τους ιδιότητες. Έτσι αποφεύγουμε την κακή χρήση των προϊόντων καθώς και την εμφάνιση τυχόν αλλεργιών γνωρίζοντας τα συστατικά κάθε προϊόντος και τις αντιδράσεις σε σχέση με το δέρμα.

## **ABSTRACT**

The purpose of the work is to inform about the correct selection and use of cosmetic skin cleansing formula according to the type of skin as well as the knowledge about products with active substances of Greek nature and their beneficial properties. This avoids the misuse of the products as well as the appearance of any allergies, knowing the ingredients of each product and the reactions in relation to the skin.



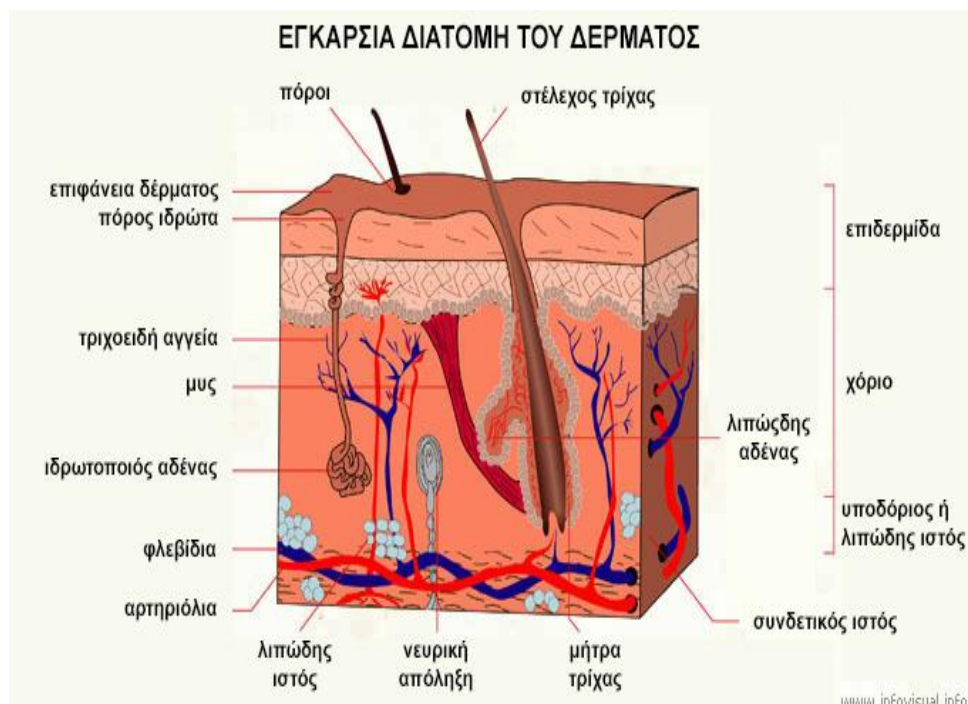
# ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1:ΤΟ ΔΕΡΜΑ

## 1.1.Ανατομία και φυσιολογία του δέρματος

Το δέρμα είναι το μεγαλύτερο ανθρώπινο όργανο, τόσο ως προς το βάρος του όσο και ως προς την επιφάνεια σώματος που καλύπτει. Διακρίνεται ανατομικά σε 3 βασικές κυτταρικές στιβάδες, την επιδερμίδα, το χόριο και τον υποδόριο ή λιπώδη ιστό, από έξω προς τα μέσα. Κάθε μια στιβάδα έχει διαφορετική κυτταρική σύσταση και κατά συνέπεια διαφορετική δομή και λειτουργία. Οι βασικές λειτουργίες του δέρματος είναι οι εξής :

- Προστασία από εξωτερικούς επιβλαβείς παράγοντες
- Θερμορύθμιση
- Εξυπηρέτηση των αισθήσεων( αφή, αίσθηση θερμού-ψυχρού, αίσθηση πόνου)

Το δέρμα ενός ενήλικα έχει έκταση περίπου 160 m<sup>2</sup> και αποτελεί το 8% του σωματικού του βάρους.



Εικόνα 1.1 Εγκάρσια διατομή του δέρματος

Η επιφάνεια του είναι μεγαλύτερη από την επιφάνεια του σώματος αφού σε μερικές περιοχές αναδιπλώνεται και παρουσιάζεται ανώμαλη καθώς παρατηρούνται σε αυτή :

- Οι τρίχες
- Το χνούδι
- Οι πόροι
- Οι δερματικές θηλές
- Οι πτυχές και
- Οι δερματικές ακρολοφίες

### **1.1.1 Επιδερμίδα**

Η επιδερμίδα είναι το εξωτερικό στρώμα του δέρματος που αποτελεί την προστατευτική στιβάδα του .Το πάχος της είναι περίπου 0.2mm κατά μέσο όρο και ποικίλει ανάλογα με τη θέση της στο σώμα. Επιπλέον, το πάχος ποικίλλει επίσης ανάλογα με τον όγκο του νερού που συγκρατεί.

Στην επιδερμίδα συναντούμε και έναν μεγάλο αριθμό λιπιδίων που δίνουν ανακλαστική ικανότητα, αμφίφυλες ιδιότητες αλλά έχουν και στηρικτικό ρόλο. Δεν τη διαπερνούν φλέβες και τριχοειδή αγγεία.

Η επιδερμίδα αποτελείται από πέντε βασικές στιβάδες οι οποίες από το βάθος προς την επιφάνεια είναι οι εξής :

- Η βασική ή μητρική στιβάδα
- Η ακανθωτή στιβάδα ή βλενωδής στιβάδα
- Η κοκκώδης στιβάδα
- Η διαυγής στιβάδα
- Η κεράτινη στιβάδα

#### **A. Βασική στιβάδα**

Είναι η βαθύτερη υποστιβάδα της επιδερμίδας και αποτελείται μόνο από ένα στρώμα βασικών κυττάρων. Σε αυτή τη στιβάδα παράγονται τα κερατινοκύτταρα και διαθέτει μελανοκύτταρα. Είναι το όριο ανάμεσα στο χόριο και την επιδερμίδα. Τα μελανοκύτταρα αποτελούνται από κυτταρόπλασμα και πυρήνα, παράγουν μελανίνη που απορροφά τις υπεριώδεις ακτίνες ( UVB ) ασκώντας φωτοπροστατευτική λειτουργία στην επιδερμίδα.

Η βασική στιβάδα κατέχει περίπου το 8% του νερού που βρίσκεται αποθηκευμένο στην επιδερμίδα. Κατά τη γήρανση, γίνεται όλο και λεπτότερη και χάνει την ικανότητα να συγκρατεί νερό. Η βασική στιβάδα, η οποία περιέχει αρχέγονα κύτταρα, χαρακτηρίζεται από έντονη μιτωτική δραστηριότητα και είναι υπεύθυνη, μαζί με την αρχική μοίρα της επόμενης στιβάδας για τη συνεχή ανανέωση των επιδερμιδικών κυττάρων. Η επιδερμίδα του ανθρώπου ανανεώνεται κάθε 15-30 ημέρες, ανάλογα με την περιοχή του σώματος, την ηλικία και άλλους παράγοντες

## **B. Ακανθωτή στιβάδα**

Η ακανθωτή στιβάδα αποτελείται από κυβοειδή ή ελαφρώς πεπλατυσμένα κύτταρα με τον πυρήνα στο κέντρο και κυτταρόπλοσμα του οποίου οι αποφυάδες είναι γεμάτες με δεσμίδες νηματίων κερατίνης. Οι δεσμίδες αυτές, που ονομάζονται τονοϊνίδια, παίζουν πολύ σημαντικό ρόλο στη διατήρηση της συνοχής μεταξύ των κυττάρων και στην αντίσταση απέναντι σε δυνάμεις τριβής. Για το λόγο αυτό η επιδερμίδα σε περιοχές που υπόκεινται σε συνεχή τριβή (π.χ. πέλματα) έχει παχύτερη ακανθωτή στιβάδα. Η ακανθωτή μαζί με τη βασική στιβάδα αποτελούν τη μαλπιγγιανή στιβάδα. Μόνο η μαλπιγγιανή στιβάδα είναι αυτή που παράγει αρχέγονα επιδερμιδικά κύτταρα. Ενδεχόμενη καταστροφή της έχει ως αποτέλεσμα τη δημιουργία δερματικού κενού. Στα κύτταρα αυτής της στιβάδας περιέχονται επίσης κοκκία μελανίνης στα οποία οφείλεται εν μέρει το χρώμα του δέρματος. Τα κύτταρα της ακανθωτής στιβάδας βρίσκονται στο πρώτο στάδιο της κερατινοποίησης.

## **Γ. Κοκκώδης στιβάδα**

Η κοκκώδης στιβάδα αποτελείται από 3-5 σειρές πεπλατυσμένων πολυγωνικών κυττάρων που το κυτταρόπλοσμά τους είναι γεμάτο από κοκκία. Τα κοκκία αυτά είτε περιέχουν φωσφορυλιωμένες πρωτεΐνες και δεν περιβάλλονται από μεμβράνη (κοκκία κερατοϋαλίνης), είτε περιέχουν λιπίδια και περιβάλλονται από μεμβράνη (πεταλιώδη κοκκία). Τα πεταλιώδη κοκκία συντήκονται με τις κυτταρικές μεμβράνες και απελευθερώνουν τα λιπίδια που περιέχουν ανάμεσα στα κύτταρα της ακανθωτής στιβάδας. Τα λιπίδια αυτά λειτουργούν ως κυτταρική "κόλλα", εμποδίζοντας το διασκορπισμό των επιφανειακών κυττάρων της επιδερμίδας και καθιστώντας το δέρμα αδιαπέραστο από ξένες ουσίες.

## **Δ. Διαυγής στιβάδα**

Η διαυγής στιβάδα, η οποία φαίνεται καλύτερα στο παχύ δέρμα, είναι μια διάφανη, λεπτή στιβάδα από εξαιρετικά πεπλατυσμένα κύτταρα. Τα οργανίδια και οι πυρήνες των κυττάρων δεν είναι πλέον σαφή και το κυτταρόπλασμα αποτελείται κυρίως από συσσωρευμένα νημάτια κερατίνης. Οι πυρήνες των κυττάρων αυτών ακολουθούν επίσης τη διαδικασία εκφύλισης ενώ στο κυτταρόπλασμα τους περιέχεται μια ουσία η ελαιοειδής, που θεωρείται πρόδρομος της κερατίνης. Τα κύτταρα της διαυγούς στιβάδας είναι απύρρηνα με διαφανές πρωτόπλασμα και επιτρέπουν το πέρασμα του φωτός δια μέσου τους προς τις βαθύτερες στιβάδες.

## **Ε. Κεράτινη στιβάδα**

Η κεράτινη στιβάδα είναι η υψηλότερη στιβάδα και αποτελείται από 15-20 στιβάδες πεπλατυσμένων, σκληρών, απύρηνων, κερατινοποιημένων κυττάρων, τα οποία διαρκώς αποβάλλονται. Τη θέση των ανωτέρων καταλαμβάνουν κύτταρα των κατώτερων στιβάδων, που εξέρχονται προς τα επιφανειακά στρώματα. Η κεράτινη στιβάδα είναι πλούσια σε λιπίδια, που προσφέρουν ευλυγισία, μείωση της εξάτμισης της υγρασίας, κυρίως όμως λειτουργεί ως προστατευτικό φράγμα καθιστώντας τη στιβάδα εκλεκτικά διαπερατή σε διάφορες ουσίες και μικροοργανισμούς.

### **1.1.2 Άλλοι τύποι κυττάρων της επιδερμίδας**

Η επιδερμίδα αποτελείται κυρίως από πολύστοιβο κερατινοποιημένο πλακώδες επιθήλιο και 3 ακόμη τύπους κυττάρων σε μικρότερη αναλογία:

- Τα μελανοκύτταρα
- Τα κύτταρα Langerhans
- Τα κύτταρα του Merkel

## **A.Μελανινοκύτταρα**

Τα μελανινοκύτταρα είναι εξειδικευμένα κύτταρα της επιδερμίδας. Βρίσκονται ανάμεσα στα κύτταρα της βασικής στιβάδας και τα τριχοθυλάκια (τις ρίζες των τριχών). Προέρχονται από κύτταρα της νευρικής ακρολοφίας, κάτι που εξηγεί τόσο το σχήμα, όσο και την ιδιαίτερη λειτουργία τους:

- Έχουν στρογγυλά κυτταρικά σώματα, από όπου ξεκινούν μακριές, ακανόνιστες αποφυάδες (όπως και στα νευρικά κύτταρα).
- Παράγουν την ευμελανίνη, μια έντονα καστανόχρωμη χρωστική, στην οποία οφείλεται το σκούρο χρώμα του δέρματος και των τριχών (εκκριτική λειτουργία, όπως και τα νευρικά κύτταρα). Η χρωστική που βρίσκεται στις κόκκινες τρίχες αποκαλείται φαιομελανίνη.
- Οι αποφυάδες των μελανινοκυττάρων διακλαδίζονται μέσα στην επιδερμίδα προχωρώντας ανάμεσα στη βασική και την ακανθωτή στιβάδα, και καταλήγουν σε εγκολλώσεις των κυττάρων των δυο αυτών στιβάδων (όπως αντίστοιχα καταλήγει ο νευράξονας των νευρικών κυττάρων στη νευρομυϊκή σύναψη).

Τα μελανινοκύτταρα δεν κατανέμονται τυχαία μεταξύ των κερατινοκυττάρων, αλλά βάσει κάποιου προτύπου κατανομής (αναλογία μελανινοκυττάρων προς κερατινοκύτταρα σε κάθε περιοχή του σώματος). Η διαφορά στο χρώμα του δέρματος οφείλεται κυρίως σε διαφορές στον αριθμό των κοκκίων μελανίνης στα κερατινοκύτταρα.

Το σκούρο χρώμα του δέρματος μετά από έκθεση στην ηλιακή ακτινοβολία (μήκος κύματος 290-320 nm) είναι το αποτέλεσμα του ότι 1) η προϋπάρχουσα μελανίνη γίνεται πιο σκούρη και μεταφέρεται γρηγορότερα στα μελανινοκύτταρα 2) ο ρυθμός σύνθεσης μελανίνης στα μελανινοκύτταρα επιταχύνεται.

## **B. Τα κύτταρα Langerhans**

Τα κύτταρα του Langerhans έχουν σχήμα αστεροειδές και απαντώνται κυρίως στην ακανθωτή στιβάδα. Παράγονται στο μυελό των οστών και μεταφέρονται στο δέρμα με την κυκλοφορία του αίματος. Η λειτουργία τους είναι η αντιγονική παρουσίαση

(δέσμευση, επεξεργασία και παρουσίαση στα Τ-λεμφοκύτταρα αντιγόνων). Είναι δηλαδή κύτταρα του ανοσοποιητικού συστήματος.

## **Γ. Τα κύτταρα του Merkel**

Τα κύτταρα του Merkel εντοπίζονται κυρίως στο παχύ δέρμα (στις παλάμες και τα πέλματα) πάνω στη βασική στιβάδα. Περιέχουν κοκκία στο κυτταρόπλασμά τους. Στη βάση τους υπάρχουν ελεύθερες νευρικές απολήξεις, που σχηματίζουν ένα διατεταμένο τελικό δίσκο. Τα κύτταρα αυτά χρησιμεύουν ως υποδοχείς μηχανικών ερεθισμάτων.

### **1.1.3 Χόριο**

Το χόριο είναι ο συνδετικός ιστός που υποστηρίζει την επιδερμίδα και τη συνδέει με το υποδόριο λίπος. Το πάχος του ποικίλλει, φτάνοντας το μέγιστο πάχος των 4 mm στη ράχη. Παρουσιάζει δυο τμήματα:

- Το επιπολής ή θηλώδες χόριο, που βρίσκεται προς τα επάνω σε επαφή με την επιδερμίδα, και
- Το δικτυωτό χόριο, που είναι παχύτερο και μεταπίπτει στην υποδερμίδα.

Η επιφάνεια του χορίου είναι πολύ ανώμαλη και εμφανίζει πολλές προσεκβολές (θηλές του χορίου), οι οποίες συνδυάζονται δακτυλοειδώς με αντίστοιχες καταδύσεις της επιδερμίδας. Οι θηλές του χορίου είναι πολυαριθμότερες σε δέρμα που δέχεται συχνότερα πίεση. Μεταξύ της βασικής στιβάδας της επιδερμίδας και της θηλώδους στιβάδας του χορίου βρίσκεται ο βασικός υμένας, που ακολουθεί την πορεία των δακτυλοειδών προσεκβολών μεταξύ των δυο στιβάδων. Κάτω από αυτόν βρίσκεται ένα δίκτυο δικτυωτών ινών, ο δικτυωτός υμένας. Αυτή η σύνθετη δομή ονομάζεται βασική μεμβράνη. Η θηλώδης στιβάδα αποτελείται από χαλαρό συνδετικό ιστό, κύτταρα του συνδετικού ιστού και του ανοσοποιητικού συστήματος. Από τη θηλώδη στιβάδα ειδικά κολλανόνα ινίδια διεισδύουν στο βασικό υμένα και εκτείνονται μέσα στο χόριο. Συνδέουν την επιδερμίδα με το χόριο και αποκαλούνται ινίδια πρόσδεσης.

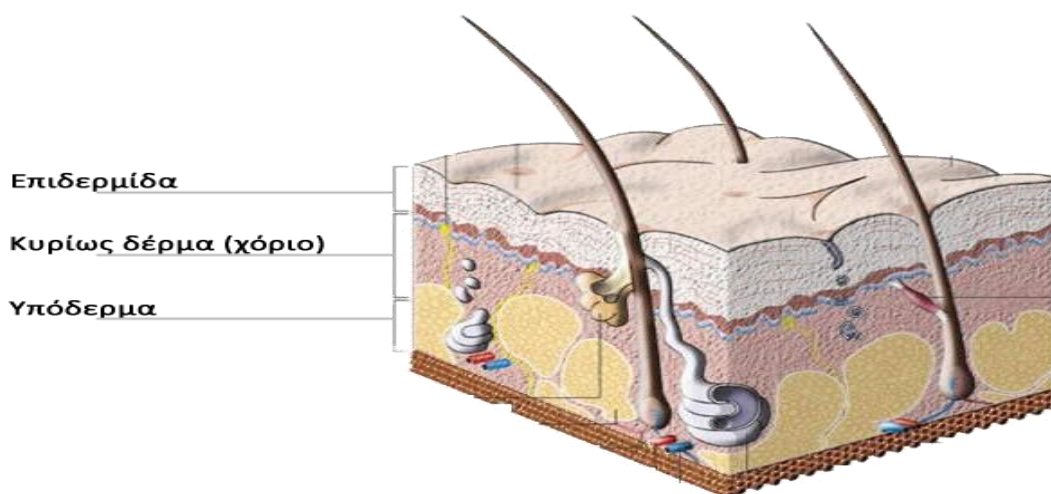
Η δικτυωτή στιβάδα είναι παχύτερη και αποτελείται από ακανόνιστο πυκνό συνδετικό ιστό (κυρίως κολλαγόνο τύπου I). Περιέχει περισσότερες ίνες και λιγότερα κύτταρα από τη θηλώδη στιβάδα. Το χόριο περιέχει:

- Το δίκτυο των ελαστικών ινών, υπεύθυνο για την ελαστικότητα του δέρματος
- Το δίκτυο των αιμοφόρων και λεμφικών αγγείων
- Τα εξαρτήματα του δέρματος (τριχοθυλάκια, ιδρωτοποιοί και σμηγματογόνοι αδένες)
- Το δίκτυο των νευρικών απολήξεων του δέρματος.

#### 1.1.4 Υποδόριος ιστός

Το στρώμα του υποδόριου ιστού αποτελείται από χαλαρό συνδετικό ιστό που συνδέει χαλαρά το δέρμα με τα υποκείμενα όργανα και επιτρέπει τη διολίσθηση του δέρματος πάνω σε αυτά. Διασχίζεται από προσεκβολές του χορίου, τις ινώδεις δεσμίδες. Οι ινώδεις δεσμίδες διαχωρίζουν τον υποδόριο ιστό στα λιπώδη λόβια.

Ο υποδόριος ιστός περιέχει λιποκύτταρα, που ποικίλλουν σε αριθμό ανάλογα με την περιοχή του σώματος και σε μέγεθος, ανάλογα με τη διατροφική κατάσταση του ατόμου (παχύσαρκος ή λεπτός).



Εικόνα 1.2 Επιδερμίδα Χόριο Υπόδερμα

## 1.2 Κερατινοποίηση

Κερατινοποίηση είναι η διαδικασία κατά την οποία τα κύτταρα που σχηματίζονται στη βασική στιβάδα της επιδερμίδας, κινούμενα σταδιακά προς την επιφάνεια, μετατρέπονται σε νεκρά κύτταρα που αποβάλλονται. Μετά την κοκκώδη στιβάδα τα επιδερμικά κύτταρα χάνουν τον πυρήνα και όλα τα κυτταρικά οργανύλλια και καθώς κινούνται προς την επιφάνεια μετατρέπονται σε κερατινοκύτταρα. Κερατινοποιημένα κύτταρα δεν ανευρίσκονται στο δέρμα παρά μόνο στην επιδερμίδα υπάρχουν δυο είδη κερατίνης: μαλακή-σκληρή. Οι τρίχες και τα νύχια υφίστανται σκληρή κερατινοποίηση ενώ το δέρμα μαλακή κερατινοποίηση.

Ο χρόνος που χρειάζεται ένα κύτταρο της βασικής στιβάδας για να μεταμορφωθεί σε κύτταρο κερατίνης είναι 29 μέρες ενώ κατά άλλους 40-50. Το σημαντικότερο μέρος της κερατινοποίησης είναι οι χημικές μεταβολές, που συμβαίνουν κατά την προοδευτική διαφοροποίηση των κυττάρων

## 1.3 ΑΓΓΕΙΑ ΤΟΥ ΔΕΡΜΑΤΟΣ

Αγγεία του δέρματος είναι: i) οι αρτηρίες, ii) οι φλέβες, iii) τα λεμφαγγεία. Βρίσκονται στο χόριο και την υποδερμίδα. Οι αρτηρίες ανεβαίνουν μέχρι την κάτω επιφάνεια του χορίου, σχηματίζοντας το υποχοριοειδές δίκτυο. Οι φλέβες του δέρματος αρχίζουν από το τριχοειδές φλεβίδιο και προχωρούν παράλληλα προς τις αρτηρίες κατά την αντίθετη φορά. Έτσι δημιουργούνται δύο φλεβικά δίκτυα: το υποθηλωειδές και το υποχοριοειδές φλεβικό δίκτυο. Τα λεμφαγγεία σχηματίζουν το υποθηλωειδές δίκτυο, από το οποίο αρχίζουν σωληνάκια που αναστομούμενα στη μέση του χορίου σχηματίζουν το ενδοχόριο δίκτυο.

Το πολύπλοκο αυτό δίκτυο επεμβαίνει:

- στις βασικές λειτουργίες του δέρματος
- ρυθμίζει τις διατροφικές του ανάγκες
- εξασφαλίζει τη ρύθμιση της θερμοκρασίας
- ρυθμίζει την ισορροπία της αρτηριακής πίεσης



## 1.4 ΝΕΥΡΑ ΤΟΥ ΔΕΡΜΑΤΟΣ

Τα νεύρα του δέρματος είναι εμμύελες και ελεύθερες νευρικές ίνες. Διακρίνονται σε: κεντρομόλα, αισθητικά, εκκριτικά, κινητικά και αγγεοκινητικά. Η νεύρωση του δέρματος γίνεται από: α) το αυτόνομο νευρικό σύστημα (το συμπαθητικό) και β) αισθητικές νευρικές ίνες.

α) Το αυτόνομο νευρικό σύστημα νευρώνει με χολινεργικές ίνες τους εκκρινείς ιδρωτοποιούς αδένες και με αδρενεργικές ίνες τους αποκρινείς αδένες, τις λείες μυϊκές ίνες των αρτηριολίων και τους ανορθωτήρες μυς των τριχών.

β) Οι αισθητικές νευρικές απολήξεις είναι διαφόρων ειδών:

- ελεύθερες στο επιπολής κυρίως χόριο και στην επιδερμίδα (αίσθηση του πόνου)
- γύρω από τους τριχοθυλάκους υπάρχει μία πλούσια συνάθροιση νευρικών ινών, έτσι ώστε να μεταβάλλονται τελικά οι τρίχες σε όργανα αφής και
- άλλες καταλήγουν σε εξειδικευμένους υποδοχείς ή εξειδικευμένα τελικά σωματία.

Τα εξειδικευμένα τελικά σωματία είναι:

- Τα σωματία του Meissner, τα οποία βρίσκονται στις θηλές του χορίου κυρίως στην περιοχή των χεριών (αίσθηση αφής).
- Τα Pacinian σωματία, τα οποία βρίσκονται συνήθως στο υπόδερμα και θεωρούνται ότι μεταφέρουν την αίσθηση της πίεσης.
- Τα σωματία των Golgi-Mazzoni, τα οποία βρίσκονται στο υπόδερμα των δακτύλων.
- Τα σωματία του Krause, στο επιπολής χόριο (αίσθηση ψύχους)
- Κλάδοι με διευρυσμένα άκρα (σχηματισμοί του Ruffini) (αίσθηση θερμότητας).

## 1.5 ΕΞΑΡΤΗΜΑΤΑ ΤΟΥ ΔΕΡΜΑΤΟΣ

Τα εξαρτήματα του δέρματος είναι τα εξής:

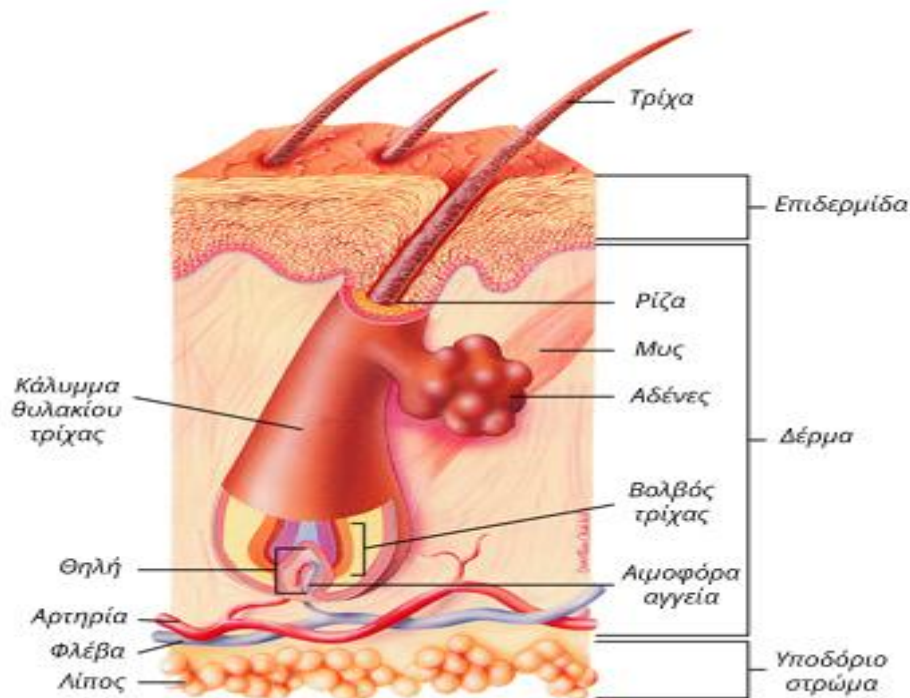
- Τρίχες,
- Αδένες
- Νύχια

### 1.5.1 ΤΡΙΧΕΣ

Οι τρίχες αποτελούν κεράτινους σχηματισμούς της επιδερμίδας όπου εκφύονται λοξά από ένα κόλπωμα αυτής, που ονομάζεται τριχοσμηγματικός θύλακος. Κατανέμονται σε ολόκληρη την επιφάνεια του δέρματος εκτός από τις παλάμες, τα πέλματα, την ονυχοφόρο φάλαγγα των δακτύλων, το πέος, καθώς και στους ημιβλεννογόνους όπως η βάλανος, τα μικρά χείλη του αιδοίου και τα χείλη. Ο ολικός αριθμός των τριχών είναι 5.000.000 από τις οποίες 100.000-150.000 ανευρίσκονται στο τριχωτό της κεφαλής με μέση πυκνότητα 600/cm<sup>2</sup>

Στα θηλαστικά οι τρίχες είναι πολύ σπουδαία όργανα καθώς συμβάλλουν στη ρύθμιση της θερμοκρασίας του σώματός τους, εξαιτίας της μεταξύ τους παρεμβολής στρωμάτων αέρα. Ακόμη συντελούν στην προφύλαξη του σώματός τους από τη βλαπτική επίδραση των υπεριωδών ακτινών. Στον άνθρωπο η προστατευτική σημασία τους περιορίζεται κύρια στο κεφάλι και στην ηβική χώρα.

Γνωστός είναι ο προστατευτικός τους ρόλος στα φρύδια, στις βλεφαρίδες, στα ρουθούνια και στον έξω ακουστικό πόρο. Η σημαντικότερη λειτουργία των τριχών στον άνθρωπο φαίνεται ότι είναι ο ρόλος τους σαν αισθητήρια όργανα.



Εικόνα 1.3 Δομή της τρίχας

### 1.5.2 ΑΔΕΝΕΣ ΤΟΥ ΔΕΡΜΑΤΟΣ

Οι αδένες του δέρματος διακρίνονται κυρίως σε:

- α) σμηγματογόνους αδένες,
- β) ιδρωτοποιούς αδένες

#### α) Σμηγματογόνοι αδένες

Οι σμηγματογόνοι αδένες είναι ολοκρινείς και αποτελούνται από το αδενικό σώμα και τον εκφορητικό πόρο. Βρίσκονται σε ολόκληρη την επιφάνεια του δέρματος εκτός από τις παλάμες, τα πέλματα και την πρόσθια επιφάνεια των ποδιών. Ο μεγαλύτερος αριθμός κατανέμεται στο τριχωτό της κεφαλής, στο πρόσωπο και ιδίως στο μέτωπο και στο πηγούνι, στην περινεογεννητική χώρα και στο άνω μέρος του κορμού και της ράχης.

Είναι πολυάριθμοι και οι πόροι τους εκβάλλουν μέσα στον τριχοσμηγματικό θύλακα. Οι σμηγματογόνοι αδένες διεγείρονται από τα ανδρογόνα και το έκκριμά τους, το σμήγμα, περιέχει χοληστερόλη, εστέρες χοληστερόλης, εστέρες κεριού, ελεύθερα λιπαρά οξέα και σκουαλένιο.

Η λειτουργική σημασία των σμηγματογόνων αδένων είναι:

- να λιπαίνουν το στέλεχος της τρίχας,
- να λιπαίνουν και να ασκούν μαλακτική γενικά επίδραση στην κερατίνη στιβάδα,
- να συμβάλλουν στην άμυνα του δέρματος στις μικροβιακές λοιμώξεις.

## β) Ιδρωτοποιοί αδένες

Οι ιδρωτοποιοί αδένες είναι σωληνοειδείς και αποτελούνται από τυλιγμένη βάση και έναν σωληνοειδή αγωγό που καταλήγει στην επιφάνεια του δέρματος, για να σχηματίσει τον ιδρωτοποιό πόρο. Βρίσκονται σε όλο το σώμα εκτός από τα μικρά χείλη του αιδοίου, την βάλανο του πέους και το έσω πέταλο της ακροποσθίας. Εκκρίσεις των ιδρωτοποιών αδένων είναι πολλές στις μασχάλες, στα πέλματα των ποδιών και στις παλάμες των χεριών.

Με τη λειτουργία τους ρυθμίζουν τη θερμοκρασία του σώματος με την εξάτμιση του ιδρώτα στην επιφάνεια του δέρματος και ακόμη απομακρύνουν ένα μικρό αριθμό άχρηστων προϊόντων. Η δραστηριότητα των ιδρωτοποιών αδένων βρίσκεται υπό τον έλεγχο του αυτόνομου νευρικού συστήματος και διακρίνονται σε:

- Εκκρινείς αδένες, οι οποίοι αποτελούνται από ένα εκκριτικό τμήμα και τον εκφορητικό πόρο. Το έκκριμα των αδένων αυτών είναι ένα διαυγές, υδαρές υγρό που αποτελείται κατά 99-99,5% από νερό, μερικά χλωρίδια, γαλακτικό οξύ, αμμωνία και ουρία.
- Αποκρινείς αδένες, οι οποίοι είναι πολύ μεγαλύτεροι των εκκρινών και εκβάλλουν— στο θύλακα της τρίχας λίγο πιο πάνω από την εκβολή του σμηγματογόνου αδένου. Το έκκριμα των αδένων αυτών είναι ένα στείρο, υπόλευκο υγρό, το οποίο περιέχει πρωτεΐνες, υδατάνθρακες και άλλες ουσίες.

### 1.5.3 ΝΥΧΙΑ

Τα νύχια είναι κεράτινες, σκληρές, ημιδιαφανείς πλάκες που καλύπτουν την ραχιαία επιφάνεια του ελεύθερου ημιμορίου των ονυχοφόρων φαλάγγων, χεριών και ποδιών. Προστατεύουν και βοηθούν τα δάκτυλα στις αππικές τους κινήσεις

Τα νύχια περιβάλλονται εξωτερικά από μία αύλακα, η οποία σχηματίζεται από την αναδίπλωση της επιδερμίδας και λέγεται ονυχιαία αύλακα. Η μέση της ονυχιαίας αύλακας ονομάζεται μήτρα του νυχιού και σε αυτό το σημείο εκτελούνται οι διαδικασίες ανάπτυξής του.

Η ονυχιαία αύλακα χωρίζεται από το υπόλοιπο δέρμα των δακτύλων με μία πτυχή δέρματος, που λέγεται παρωνύχιο. Το χείλος του παρωνυχιού καλύπτει το νύχι σαν λεπτός κεράτινος υμένας και λέγεται επωνύχιο.

Το νύχι διακρίνεται σε τρία μέρη:

- την ρίζα, όπου βρίσκεται μέσα στην ονυχιαία αύλακα.
- το σώμα, το οποίο έχει μήκος 1-1,5 εκατοστά, αποτελεί το μεγαλύτερο μέρος του νυχιού και έχει ρόδινο χρώμα λόγω των υποκείμενων αγγείων.
- την κορυφή ή ελεύθερο άκρο, που προεξέχει από τη ρόγα του δακτύλου και ξεχωρίζει από αυτή με την υπονύχια αύλακα που απλά λέγεται υπονύχιο.

Επίσης, το νύχι έχει δύο επιφάνειες:

- την κυρτή ή ραχιαία επιφάνεια, η οποία είναι ελεύθερη
- την κοίλη επιφάνεια, που ενώνει το νύχι με το υποκείμενο δέρμα που λέγεται κοίτη του νυχιού.

Η χημική σύσταση του νυχιού είναι: μεγάλη περιεκτικότητα από κερατίνη, θείο 4%, λίπη 4-5%, άνθρακας 43-50%, οξυγόνο 30-33%, υδρογόνο 6%, άζωτο 15-17% και νερό 18% που μπορεί η περιεκτικότητά του να φτάσει μέχρι και 30%, οπότε και γίνεται εύθραυστο.

Διάφορες γενικές παθήσεις (καρδιοπάθειες, πνευμονοπάθειες) ή τοπικές παθήσεις (ψωρίαση, έκζεμα) επηρεάζουν όχι μόνο την αύξηση των νυχιών αλλά και το μέγεθος και τη μορφή τους

## **ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2: ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΑΝΑΔΡΟΜΗ ΤΗΣ ΟΜΟΡΦΙΑΣ ΚΑΙ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΥ ΤΟΥ ΠΡΟΣΩΠΟΥ**

### **2.1 Ορισμός της ομορφιάς**

Πολλοί άνθρωποι σε αυτό τον κόσμο έχουν το δικό τους ορισμό για το τι είναι ομορφιά. Η ομορφιά γενικά είναι το χαρακτηριστικό ενός ατόμου, ενός τόπου, ενός αντικειμένου ή μιας ιδέας που προσφέρει μια αέναη εμπειρία απόλαυσης, ευχαρίστησης, νοήματος και ικανοποίησης. Ως δημιούργημα του πολιτισμού ορθώς έχει εμπορευματοποιηθεί, με όχι πάντα θετικά αποτελέσματα. Μια "ιδανική ομορφιά" είναι η ύπαρξη η οποία θαυμάζεται ή κατέχει χαρακτηριστικά τα οποία χαρακτηρίζονται ευρέως ως όμορφα σε ένα συγκεκριμένο πολιτισμό ή κοινωνία.

Η έννοια του όμορφου συχνά περιλαμβάνει και την περίπτωση όπου μια ύπαρξη βρίσκεται σε πλήρη ισορροπία και αρμονία με τη φύση, κατάσταση η οποία μπορεί να οδηγήσει σε αισθήματα έλξης και συναισθηματικής ευημερίας. Επειδή όμως είναι μια υποκειμενική εμπειρία λέγεται ότι η ομορφιά είναι στα μάτια του θεατή. Αυτή η δήλωση είναι ακριβής, με την έννοια ότι αυτό που ένα άτομο θεωρεί όμορφο δεν είναι απαραίτητα ότι άλλο άτομο μπορεί να το εξετάσει ως όμορφο. Η βρετανίδα ηθοποιός Βίβιαν Λι είχε δηλώσει : Δεν υπάρχουν μη όμορφες γυναίκες, υπάρχουν μόνο γυναίκες που δεν ξέρουν ότι είναι όμορφες. Η ομορφιά ορίζεται ως μια ποιότητα που ικανοποιεί ή θα ικανοποιεί τις αισθήσεις και το μυαλό. Η ομορφιά καθορίζεται από ένα συνδυασμό ιδιοτήτων που υπάρχουν σε ένα πράγμα ή πρόσωπο, το οποίο ικανοποιεί την αισθητική ή επιφέρει βαθιά ικανοποίηση. Αν και η εξωτερική ομορφιά ενός ατόμου μπορεί να ορίζεται από τον όρο ομορφιάς, η αληθινή ομορφιά βρίσκεται στο τρόπο με τον οποίο ένα πρόσωπο ενεργεί και σκέφτεται παρά τον τρόπο με τον οποίο φαίνεται.

#### **2.1.1 Η ομορφιά στην Αρχαιότητα**

Με το θέμα κάλλους έχουν ασχοληθεί όλοι ανεξαρτήτως οι μεγάλοι Αρχαίοι Έλληνες φιλόσοφοι. Ο Αριστοτέλης έλεγε για την εξωτερική ομορφιά ενός ανθρώπου, ότι αποτελεί το σημαντικότερο προσόν , πολύ περισσότερο και από την καλύτερη συστατική επιστολή. Παρατηρείται ότι ο Αριστοτέλης συμφωνεί απολύτως

στην άποψη την οποία θεωρείται δεδομένη , δηλαδή ότι η εξωτερική ομορφιά ενός ανθρώπου αποτελεί αδιαμφισβήτητα το μεγαλύτερο προσόν του. Τόσο σημαντική είναι η ωραία εμφάνιση που πολλές φορές θα μπορούσε ένας όμορφος άνθρωπος χωρίς άλλα προσόντα να υπερτερήσει κάποιου άλλου λιγότερο όμορφου ακόμα και αν ο δεύτερος διαθέτει πάρα πολλές γνώσεις. Η άποψη του Σωκράτη ήταν ότι αυτός που διαθέτει την εξωτερική ομορφιά, θα υποφέρει όπως σε μια ολιγοχρόνια τυραννίδα. Σύμφωνα λοιπόν με τον Σωκράτη η εξωτερική ομορφιά δεν θα μπορούσε να αποτελεί συνήθως εγγύηση για μια ευτυχισμένη ζωή, διότι ένας όμορφος άνθρωπος παραμένει δέσμιος της ομορφιάς του για τα χρόνια της νεότητας που θα διαρκέσει με τον ίδιο ακριβώς τρόπο που είμαστε δέσμιοι σε ένα τυραννικό καθεστώς. Τέλος η άποψη του Πλάτωνα για το ίδιο θέμα της εξωτερικής εμφάνισης ήταν ότι η ομορφιά αποτελεί μόνο ένα φυσικό πλεονέκτημα και τίποτα περισσότερο. Δηλαδή ο Πλάτωνας θεωρεί ότι η όμορφη εξωτερική εμφάνιση ενός ανθρώπου δεν μπορεί να επιφέρει από μόνη της κανένα ψυχικό ούτε νοητικό πλεονέκτημα. Δεν σχετίζεται σε καμία περίπτωση με την εικόνα του εσωτερικού μας κόσμου.



Εικόνα 2.1 Η θεά της ομορφιάς Αφροδίτη

Ακόμα και αν ο καθένας ξέρει τι είναι ομορφιά, πολλοί άνθρωποι αγωνίζονται για να την ορίσουν και να πείσουν τους άλλους να συμφωνήσουν με τις απόψεις τους. Η ιδέα της ομορφιάς δεν είναι μόνο μια φυσική εμφάνιση ενός ατόμου ή ενός αντικειμένου. Αντίθετα είναι μια αντίληψη που δίνει κάποια αντιληπτική εμπειρία για τα μάτια, τα αυτιά, την διάνοια του και έχει ηθική έννοια. Η φυσική, ισχυρή, πραγματική ομορφιά, ωστόσο, προέρχεται από το

εσωτερικό της καρδιάς του ατόμου και όταν ανθίζει, εκφράζεται ως ένα σαγηνευτικό, εξαίσιο και γοητευτικό πνεύμα που δεν είναι εύκολο να περιέχει.

## **2.2 Περιποίηση και καθαρισμός δέρματος στην Αρχαία Αίγυπτο**

Η Αίγυπτος αποτέλεσε κοιτίδα ενός από τους πιο αξιόλογους πολιτισμούς του αρχαίου κόσμου. Μέσα από συνεχή εξέλιξη χιλιετηρίδων έφτασε σ' ένα εξαιρετικά υψηλό επίπεδο πολιτιστικό από την Τρίτη ήδη χιλιετία π.χ. τα πρώτα ανθρώπινα ίχνη στην Αίγυπτο ανάγονται σε μια πολύ μακρινή εποχή που είναι δύσκολο να προσδιοριστεί χρονολογικά. Πάντως υπάρχουν μαρτυρίες παρουσίας του ανθρώπου στην χώρα από την Παλαιολιθική εποχή. Όσον αφορά την προέλευση των κατοίκων της Αιγύπτου πιθανότατα να προέρχονται από την συνεχή των ιθαγενών Νουβίων , Αιθιόπων , Λυβίων και Σημιτών των μετέπειτα ιστορικών χρόνων , με επικράτηση στα βόρεια του ασιατικού τύπου και στα νότια του αφρικανικού. Στη χώρα των Φαραώ, η περιποίηση προσώπου και σώματος είχε μεγάλη αξία. Σύμφωνα με παραστάσεις από ναούς, τάφους, αλλά και από διάφορα κείμενα που έχουν σωθεί, φαίνεται ότι η τέχνη του καλλωπισμού ήταν πολύ σημαντική για τους αρχαίους Αιγύπτιους. Ο καλλωπισμός τους περιλάμβανε περίτεχνα κοσμήματα, αρωματικά έλαια, περούκες και έντονο μακιγιάζ.

Ήταν πολύ καθαροί και φρόντιζαν με προσοχή τα ρούχα τους και το σώμα τους. Όσο μεγαλύτερο κύρος είχε ένα πρόσωπο, τόσο πιο περίτεχνο ήταν το βάψιμο και το ντύσιμο. Η Κλεοπάτρα ως βασίλισσα της Αιγύπτου χρησιμοποιούσε μεγάλο αριθμό καλλυντικών προϊόντων και αρωμάτων για το σώμα και το πρόσωπό της. Για τους Αιγύπτιους το μακιγιάζ και γενικά ο συνολικός καλλωπισμός τους ήταν μια ολόκληρη τέχνη γι' αυτό και οι χώρες στα παράλια της Μεσογείου και της Ανατολής προμηθεύουν τα καλλυντικά και τα αρώματα από εκεί. Οι αρχαιολόγοι έχουν βρει στις ανασκαφές τους Αιγυπτιακές παλέτες για χρώματα ματιών χρονολογούμενες γύρω στο 10.000 π.χ. Όλα τα ευρήματα αποδεικνύουν ότι οι Αιγύπτιοι σ' όλη την διάρκεια της ιστορίας τους χρησιμοποιούσαν φανερό μείκ απ τοποθετημένο τολμηρά ενώ είχαν σε κάποια μορφή κοσμητικά προϊόντα τα οποία ποτέ δεν έχουν επινοηθεί.



Κρέμα 3.000 περίπου ετών σε πολύ καλή κατάσταση βρέθηκε στον τάφο του Τουταγχαμών μαζί με πολλά άλλα βάζα καλλυντικών προϊόντων. Το μακιγιάζ της Αιγύπτιας δεν διέφερε ουσιαστικά από αυτής της γυναίκας του 1960 που έδινε ιδιαίτερη έμφαση στο μακιγιάζ των ματιών δημιουργώντας ένα ειδικό τύπο.

Εκτός από τον ιδιαίτερο συμβολισμό τους, στο πλαίσιο λατρευτικών τελετών τα καλλυντικά θεωρούνταν θεραπευτικά για πολλά οφθαλμολογικά προβλήματα. Όπως αποδείχτηκε από τα ευρήματα των ανασκαφών τα χρησιμοποιημένα στα μάτια χρώματα δεν ήταν κατάλληλα μόνο για τη διακόσμηση τους, αλλά παράλληλα περιείχαν συστατικά για την προστασία της ευαίσθητης αυτής περιοχής από την ηλιακή ακτινοβολία, την σκόνη και την άμμο της ερήμου, τις αλλεργίες, το κριθαράκι και την επιπεφυκίτιδα. Ίσως για αυτό στα περισσότερα καλλυντικά τους αναφερόταν η περίοδος του έτους ή το χρονικό διάστημα χρήσης για παράδειγμα, "κατάλληλο για καθημερινή χρήση" ή "κατάλληλο για χρήση από το πρώτο έως τον τέταρτο μήνα του καλοκαιριού" ή "από τον πρώτο έως τον τέταρτο μήνα των πλημμυρίδων"

Σε ιατρικές σημειώσεις βρίσκουμε φαρμακευτικές συνταγές, 'όπως για την θεραπεία της ξηροφθαλμίας. Συνιστάται μείγμα από γαληνίτη, μαλαχίτη, κόκκινη ώχρα, ρεσίνη και μέλι, το οποίο απλώνεται πάνω στα βλέφαρα. Οι Αιγύπτιοι ήταν πρώτοι που αναγνώρισαν τα ευεργετικά αποτελέσματα των καλλυντικών στην υγεία του δέρματος. Αρχαίοι πάπυροι του 1600 π.χ. κάνουν συχνή αναφορά σε ένα αριθμό φαρμακευτικών καλλυντικών προϊόντων, όπως οι συνταγές για την θεραπεία δερματικών προβλημάτων ή και συνθέσεων κατά της γήρανσης, με την μίξη μελιού με γάλα καθώς και βοτάνων. Η χρήση τους γινόταν ως ειδικά παρασκευάσματα ενάντια σε πολλούς παράγοντες. Αυτό που όμως πραγματικά εντυπωσιάζει είναι η αναγραφή ημερομηνιών πάνω στα βάζα με τα διάφορα καλλυντικά. Αυτό σημαίνει ότι τα κοσμητικά προϊόντα είχαν κάποια χρονική διάρκεια με συγκεκριμένη ημερομηνία λήξης.

Για να καταπολεμήσουν την ζέστη της εποχής, τη κακοσμία του σώματος, μπορούσαν να τρίβονται για πολλές μέρες με αλοιφές με βάση τερεβινθέλαιο και το λιβάνι. Αυτά ανακατεύονταν με σπόρους φυτού που δεν γνωρίζουμε και προσθέτανε άρωμα. Υπήρχαν παρασκευάσματα ομορφιάς που ξανάνιωναν την επιδερμίδα, που έκαναν σφιχτή την σάρκα και άλλα που καταπολεμούσαν τους λεκέδες και τα σπυράκια του προσώπου. Για να σφίξει το δέρμα

π.χ. χρησιμοποιούσαν σκόνη από αλάβαστρο και ανθρακική σόδα καθώς και ένα είδος αλατιού ανακατεμένο με μέλι. Άλλες συνταγές είχαν ως βάση το γαϊδουρινό γάλα (η Κλεοπάτρα το χρησιμοποιούσε για να κάνει μπάνιο).

Η δυσάρεστη οσμή του σώματος ήταν δείγμα κακής ανατροφής και έπρεπε να αντιμετωπίζεται. Βασική συνταγή, οι μικροί σβώλοι αλεσμένου χαρουπιού, που έτριβαν Αιγύπτιοι και Αιγύπτισες στα σώματά τους, ή η επάλειψη μείγματος λιβανιού και χυλού βρώμης στα άκρα του σώματος. Αδιάψευστος μάρτυρας του ανθρώπινου φόβου απέναντι στο χρόνο, η συνταγή κρέμας για την καταπολέμηση των ρυτίδων, την οποία έφερε στην επιφάνεια η αρχαιολογική σκαπάνη: αλεσμένο λιβάνι, κερί, λάδι από moringa και κύπερος ανακατεμένα με χυμούς φυτών.

Επίσης αναφορές λένε πως η Κλεοπάτρα χρωστούσε το υπέροχο λείο δέρμα της στη χρήση μιας λοσιόν που κατασκεύαζε μια Νουβία σκλάβα της με βάση την αλόη ενώ η βασίλισσα Νεφερίτη με την παροιμιώδη ομορφιά της διατηρούσε την φρεσκάδα και την ομορφιά της κάνοντας μπάνιο σε γαλακτώδες υγρό(γάλα γίδας) με εκχυλίσματα αλόης. Η αλόη ήταν το φυτό που το «αίμα» του έδινε ομορφιά, υγεία, και αιωνιότητα. Οι Φαραώ τη θεωρούσαν ελιξίριο μακροβιότητας και κατά την ταφή των νεκρών προσφερόταν φύλλο αλόης σαν σύμβολο αιώνιας ζωής. «Κοιλάδα των Βασιλέων» και η περιοχή γύρω από τις πυραμίδες ήταν φυτεμένες με αλόη για να συνοδεύει τους Φαραώ στο υπερπέραν. Είναι δε γνωστό ότι οι Αιγύπτιοι ιερείς χρησιμοποιούσαν την αλόη σαν ένα από τα υλικά για το βαλσάμωμα των Φαραώ.



Εικόνα 2.2 Η περιποίηση στην Αρχαία Αίγυπτο απεικονιζόμενη στη Κλεοπάτρα

Οι αρχαίοι Αιγύπτιοι έτριβαν το δέρμα τους με λάδια και αρώματα. Τα αρωματικά έλαια μαλάκωναν την επιδερμίδα και την προστάτευαν από τον ήλιο και από τις αμμοθύελλες. Ήταν πολύ σημαντικό για τους Αιγύπτιους να μυρίζουν όμορφα, επειδή η δυσσομία του σώματος ήταν ένδειξη αμαρτίας. Γι' αυτό το λόγο αφιέρωναν πολύ χρόνο στην φροντίδα του σώματός τους καθημερινά και έτσι δημιούργησαν ένα είδος λουτρού που αργότερα υιοθέτησαν Ρωμαίοι και Έλληνες. Μετά το μπάνιο τους οι Αιγύπτιοι άπλωναν αρωματικά έλαια, αλοιφές και λοσιόν στο δέρμα τους για να το διατηρούν λιπαρό. Το λουτρό το επισκέπτονταν πολλές φορές στην διάρκεια της μέρας. Το πρωί μόλις ξυπνούσαν και πριν από κάθε κυρίως γεύμα. Τα σκεύη που υπήρχαν στο μπάνιο ήταν μια λεκάνη που ονομαζόταν « σάουτυ » από τη λέξη «σα» που σημαίνει άμμος και ένα αγγείο που λεγόταν « χεσμρνύτ » από τη λέξη « χεσμεν » που σημαίνει νάτριο. Τα δυο αυτά στοιχεία οδηγούν ότι έβαζαν ανθρακική σόδα στο νερό του αγγείου και άμμο στη λεκάνη. Στο νερό που ξέπλεναν το στόμα τους έβαζαν για αντισηπτικό ένα είδος αλατιού που είχε την ιδιότητα να αφρίζει.

### **2.2.1 Περιποίηση και καθαρισμός δέρματος στην Αρχαία Ελλάδα**

Η ελιά στην αρχαία Ελλάδα, χρησιμοποιήθηκε ως κύριο καλλυντικό. Το ελαιόλαδο ήταν ένα συστατικό πολλών καλλυντικών προϊόντων, τα οποία, για πολλούς αιώνες, ήταν περιορισμένα στη χρήση ολίγων εκλεκτών. Στην αρχαία Ελλάδα χρησιμοποιούσαν μάσκες με βάση φυτικά έλαια, γάλα και μέλι όχι μόνο για το πρόσωπο αλλά και για το σώμα. Τρία ήταν τα αντικείμενα, που διέθεταν στην Αρχαία Ελλάδα για την σωματική υγιεινή τους. Η σπλεγγίδα, ο αρίβαλος και ο σπόγγος. Ο αρίβαλος, που σταδιακά αντικαταστάθηκε από την λήκυθο, περιείχε αρωματικό ελαιόλαδο με το οποίο έκαναν πολλές επαλείψεις. Κατά το πλύσιμο, βρέχονταν με άφθονο νερό και τρίβονταν με φυσικό σφουγγάρι.



Εικόνα 2.2 Παρασκευή καλλυντικών στην αρχαία Ελλάδα

Στα αρχαία χρόνια τα καλλυντικά και το μακιγιάζ ήταν είδος πολυτελείας. Προσέδιδε κύρος και μόνο οι κυρίες της υψηλής κοινωνίας και ευγενικής καταγωγής είχαν τη δυνατότητα να τα χρησιμοποιούν. Τα καλλυντικά δεν ήταν είδος πρώτης ανάγκης, το έκαναν για να περιποιηθούν και να φροντίσουν τον εαυτό τους. Αυτό ήταν πολύ σημαντικό για τις κυρίες της υψηλής κοινωνίας. Πριγκίπισσες, βασίλισσες και αυτοκράτειρες ασχολούνταν με το καλλωπισμό και φρόντιζαν την εμφάνιση τους, σε αντίθεση με τον απλό λαό που δεν είχε την οικονομική δυνατότητα και δεν ήταν πρώτο μέλημα του. Για αυτό καταλήξαμε στο συμπέρασμα ότι τα καλλυντικά στα αρχαία χρόνια πριν το Α΄ Παγκόσμιο Πόλεμο ήταν είδος πολυτελείας. Αργότερα αρχίζει και γίνεται είδος ανάγκης, οι γυναίκες απελευθερώνονται, επαναστατούν, αποκτούν πρότυπα και τα καλλυντικά γίνονται όλο και πιο προσιπά για όλες τις γυναίκες. Σήμερα τα καλλυντικά εκτιμούμε ότι είναι είδος ανάγκης, καθώς κάνουν τις γυναίκες να νιώθουν ομορφότερες αποκτώντας περισσότερη αυτοπεποίθηση. Οι σημερινές γυναίκες τα χρησιμοποιούν σε καθημερινή βάση καθώς είναι διαθέσιμα και σε προσιπές τιμές.

Ένα λάδι που κατείχε σημαντική θέση στον ελλαδικό χώρο ήταν το ελαιόλαδο. Χρησιμοποιούνταν στη διατροφή αλλά κυρίως προοριζόταν ως βάση για αρώματα και αλοιφές του σώματος, που ίσως είχαν και θεραπευτικές ιδιότητες. Κατάλληλο ακόμα ως καθαριστικό μέσο, όπως το σαπούνι, αλλά και ως συντηρητικό για διάφορες επιφάνειες. Φαίνεται πως το ελαιόλαδο ήταν ιδιαίτερα ενδεδειγμένο για τις ασθένειες του δέρματος.

Το σαπούνι δεν ήταν γνωστό αν και υπάρχουν αναφορές ότι πήρε το όνομα του προς τιμήν της ποιήτριας Σαπφούς καθώς πιθανή καταγωγή του είναι από το νησί της Λέσβου. Το σίγουρο είναι πως προσθέτανε στο νερό του λουτρού νάτριο και άλατα. Ο Θουκυδίδης αναφέρει ότι το νερό του λουτρού που προερχόταν από τη πηγή Καλλιρρόη προστίθετο ελαιόλαδο, αμυγδαλέλαιο και καρυδέλαιο. Τέλος γύρω από τη γαμήλια τελετή μια σειρά εθίμων υπαγόρευε ευωδίες για την περιποίηση του σώματος του γαμπρού και της νύφης. Λουτρά με ευωδιαστά βότανα, ίριδες, νάρκισσους, ρόδα, κρίνους για την περιποίηση του σώματος, στέφανοι από μυρτιά για την τελετή και ευωδιαστές αναθυμιάσεις για το περιβάλλον του εορτασμού.



Εικόνα 2.3 Λουτρά στην Αρχαία Ελλάδα

Στη Αθήνα του 7<sup>ου</sup> αιώνα π.Χ. τα καλλυντικά βρίσκουν στέγη χάρη στην ανάπτυξη της τάξης των αρωματοποιών. Μαντζουράνα, κρίνος, θυμάρι, φασκόμηλο, γλυκάνισος, τριαντάφυλλο και ίριδα αναμιγνύονταν σε ελαιόλαδο, αμυγδαλέλαιο, καστορέλαιο και λινέλαιο, σχηματίζοντας παχύρρευστες αλοιφές, που διατηρούνταν σε μικρά κεραμικά βάζα. Οι γνώσεις αυτές πέρασαν από τους Έλληνες στους Ρωμαίους.

Ένα από τα πιο αγαπημένα φυτά των αρχαίων Ελλήνων υπήρξε η δάφνη του Απόλλωνα , αφού σε αυτή απέδιδαν θεϊκές ιδιότητες. Με τα φύλλα της έφτιαχναν στεφάνια και στόλιζαν τα κεφάλια των αθλητών ή των δοξασμένων. Στεφάνια επίσης έφτιαχναν και από άλλα φυτά, όπως από μαϊντανό, δυόσμο και μάραθο. Η συνήθεια αυτή πέρασε και στους Ρωμαίους. Αυτοί όμως θαυμάζοντας το φρέσκο και δροσερό άρωμα τους, τα αξιοποίησαν χρησιμοποιώντας τα στις σαλάτες. Σιγά σιγά άρχισαν να τα προσθέτουν και στα φαγητά τους. Εκτός από την κουζίνα τα χρησιμοποίησαν και στο λουτρό τους, όπου έτριβαν τα άνθη τους. Κυρίως δε, χρησιμοποιούσαν πολύ τα άνθη της λεβάντας, γι' αυτό το φυτό πείρε στα λατινικά το όνομα του (Lavandula) από το ρήμα Lavare σημαίνει "πλένομαι". Ένα άλλο πολύ αγαπημένο φυτό των Ρωμαίων υπήρξε το δεντρολίβανο. Το χρησιμοποιούσαν τόσο στην κουζίνα όσο και για να αρωματίσουν διάφορα υγρά. Έτσι, σιγά σιγά, η αγάπη γι' αυτά τα φυτά περνάει στην Ευρώπη, όπου πια καλλιεργούνται κατά κόρον στα μοναστήρια μαζί με τα φαρμακευτικά φυτά. Οι μοναχοί διατηρούν τις παλιές συνταγές μαζί με καινούργιες, θεραπευτικές ή άλλες, που τις κρατάνε μυστικές. Η κατασκευή των αιθέριων ελαίων προερχόταν από βότανα, λουλούδια, φρούτα, ρίζες, φυτά, κουκούτσια, φλοιούς και φύλλα. Το εντυπωσιακό είναι που γνώριζαν πως θα προσλάβουν τα έλαια με απόσταξη, έκθλιψη και εκχύλιση. Τα πιο συνήθη αρώματα ήταν το γιασεμί, η λεβάντα, η μανόλια, η κανέλα, η βανίλια, το θυμάρι και η βιολέτα με διάφορες ιδιότητες για παράδειγμα χαλαρωτικά, καταπραΰντικά, μαλακτικά, τονωτικά, διεγερτικά γενικά θεραπευτικά.

Τέλος για την φροντίδα του προσώπου και την καλή διατήρησή του σε όλους τους αρχαίους λαούς παρασκευάζονταν κρέμες με διάφορα υλικά όπως το κερί της μέλισσας, ορυκτά , την γλυκερίνη, λάδια και ζωικά λίπη.

## **2.2.2 Περιποίηση και καθαρισμός δέρματος στην Αρχαία Ρώμη**

Αρχικά η Ρώμη ήταν ένα μικρό χωριό που δημιουργήθηκε επάνω στον Παλατίνο από τα αρχαία γένη του τόπου. Από τον 6ο αιώνα π.Χ. πήρε την όψη αληθινής πόλης. Σιγά-σιγά και έπειτα από πολλούς αγώνες, νίκες και ήττες κατάφερε να εξαπλώσει την

κυριαρχία της σε όλη την Ιταλική χερσόνησο, δημιουργώντας την ρωμαϊκή αυτοκρατορία που επεκτάθηκε πολύ πιο πέρα από τα Ιταλικά σύνορα. Πολύς ήταν ο χορός και η προσπάθεια που κατέβαλαν μερικές Ρωμαίες κυρίες για την καθημερινή τους περιποίηση. Οι γυναίκες της αρχαίας Ρώμης υστερούσαν κατά πολύ στην τεχνική του μακιγιάζ από τις αρχαίες Ελληνίδες και αρχαίες Αιγύπτιες.



Εικόνα 2.4 Λουτρά και περιποίηση στη Αρχαία Ρώμη

Παρ' όλες αυτές τις απόψεις οι Ρωμαίες δεν σταμάτησαν την χρήση των διαφόρων καλλυντικών και θεωρούσαν απαραίτητο το μακιγιάζ. Χρησιμοποιούσαν καλλυντικά για το πρόσωπο φτιαγμένα από γάλα και μέλι και ορισμένες φορές από φίνο κρασί. Ορισμένα καλλυντικά προσώπου ήταν φτιαγμένα από καλαμπόκι, αλεύρι και γάλα σε μείγμα με φρέσκο βούτυρο. Τα μάγουλα και τα χείλη τα κοκκίνιζαν με βαφές λαχανικών. Οι εύπορες Ρωμαίες είχαν σειρές από όμορφα μικρά κουτάκια και δοχεία που περιείχαν καλλυντικά όπως πούδρα για το πρόσωπο, αρώματα και make-up. Στο Σάουθουαρκ, λίγο έξω απ' το Λονδίνο, βρέθηκε κατά τις ανασκαφές των θεμελίων ενός Ρωμαϊκού Ναού, ένα μικρό στρογγυλό βαζάκι ερμητικά κλειστό που μέσα είχε μια κρέμα άγνωστης χρησιμότητας. Οι αναλύσεις που έγιναν έδειξαν ότι αποτελούνταν από 2 μέρη ζωικού λίπους, δύο μέρη αμύλου και ένα μέρος οξειδίου του κασσίτερου. Η κρέμα προφανώς χρησιμοποιούταν για να κάνει το δέρμα να φαίνεται πιο ελαστικό, φωτεινό και ανοιχτόχρωμο, σύμφωνα με την μόδα της εποχής. Το

βαζάκι με το αρχαίο μείγμα εκτίθεται στο Αρχαιολογικό Μουσείο του Λονδίνου.

### **2.2.3 Περιποίηση και καθαρισμός δέρματος στις Ισλαμικές χώρες**

Οι Άραβες έχουν να παρουσιάσουν μεγάλη και λαμπρή παράδοση στην υγιεινή πρακτική. Η περιποίηση του σώματος ήταν για αυτούς μια τέχνη με πολλά μυστικά και περίπλοκες συνταγές. Συχνά απευθυνόταν στους ανθρώπους εκείνους που μπορούσαν να ανταπεξέλθουν μια πολυδάπανη εμφάνιση. Τα αρώματα, καθώς και όλα τα άλλα προϊόντα ομορφιάς είχαν σχεδιαστεί για την προσωπική καθημερινή τους φροντίδα. Ξακουστά στον τότε κόσμο ήταν τα σαπυνοποιεία της Συρίας, γεγονός που μας επιτρέπει να υποθέσουμε την ευρεία χρήση του σαπουνιού. Επίσης, η βιοτεχνία αρωμάτων και βαφών υπήρξε πάντοτε πολύ ανθηρή στις ισλαμικές χώρες. Από τα αρχαία ποιήματα γνωρίζουμε ότι οι άνδρες αρωμάτιζαν τα γένια και τα μαλλιά τους και έχουμε πολλές περιγραφές μυροδοχείων γεμάτων μεθυστικά και ακριβά αρώματα.

Οι γυναίκες της κομψής άρχουσας τάξης περνούσαν πολύ χρόνο για τον καθημερινό καλλωπισμό τους, χρησιμοποιούσαν άφθονα καλλυντικά, χέννα (κνα, για το βάψιμο των μαλλιών), αποτριχωτικές κρέμες, αλείφονταν με αρώματα, χτενίζονταν δοκιμάζοντας συνεχώς νέες, περίπλοκες κομμώσεις. Οι φιλάρεσκες μάλιστα γυναίκες διέθεταν καθρέφτες από στιλβωμένο ορείχαλκο- καθρέφτες που αναφέρονται σε προϊσλαμικά ποιήματα. Οι Άραβες, όπως άλλωστε και οι Αιγύπτιοι ή οι Ρωμαίοι, χρωμάτιζαν τα μαλλιά τους, έβαφαν τα βλέφαρα και τις βλεφαρίδες, κατσάρωναν τα μαλλιά και χρησιμοποιούσαν άφθονα αρωματικά έλαια για επάλειψη του κορμιού τους. Στην Κόρδοβα, ο περίφημος Ζιρυάμπ, ο Πετρώνιος της Ανδαλουσίας του 9ου αιώνα, άνοιξε ένα «πραγματικό ινστιτούτο καλλονής, όπου διδασκόταν κανείς την τέχνη να φτιασιδώνεται, να κάνει αποτρίχωση, να χρησιμοποιεί οδοντόπαστες, να χτενίζεται»

### **2.2.4 Περιποίηση και καθαρισμός δέρματος στην Αναγέννηση**

Η Αναγέννηση είναι γνωστή ως η περίοδος εκείνη, κατά την οποία ο δυτικός πολιτισμός έκανε τη μετάβαση από το Μεσαίωνα στη σύγχρονη ιστορία. Είναι γνωστή ως η επανάσταση των τεχνών και των γραμμάτων. Εξαπλώθηκε από την Ιταλία, τον 14ο αιώνα. Έχει



διασωθεί πληθώρα έργων πολύς υψηλής αισθητικά τέχνης - κλασικοί πίνακες και λογοτεχνικά κείμενα – που μας πληροφορούν για την τεράστια σημασία που απέδιδαν οι άνθρωποι της εποχής εκείνης στην πράξη περιποίησης του σώματος. Το πρότυπο της ομορφιάς για την περίοδο αυτή συνοψίζεται στο φωτεινό, λαμπερό και ντελικάτο πρόσωπο, που πλαισιώνεται από κυματιστά, πλούσια ανοιχτόχρωμα μαλλιά, βαμμένα στο χρώμα του χρυσού, του μελιού και του ανοιχτού πορφυρού. Το μέτωπο πλατύ και ψηλό προβάλλεται έντονα και για το λόγο αυτό αποτριχώνεται με ιδιαίτερη επιμέλεια.



Εικόνα 2.5 Το πρότυπο ομορφιάς στην Αναγέννηση

Τα αρώματα και τα καλλυντικά χρησιμοποιούνταν ευρέως, αλλά τα πολύ βαμμένα χείλη, μάγουλα και μάτια εγκαταλείφθηκαν. Πίνακες αυτής της περιόδου δείχνουν καλοδιατηρημένα φρύδια, χωρίς μακιγιάζ ματιών, και αμυδρά βαμμένα χείλη και μάγουλα. Μεγάλη αξία είχε η φυσική εμφάνιση και οι καλλιτέχνες δημιούργησαν περίτεχνα κοστούμια, συνδυάζοντας τη γραμμή και το χρώμα για να δημιουργεί γοητεία και αρμονία. Τα μαλλιά ήταν καλοχτενισμένα και χρησιμοποιούνταν διακοσμητικά των μαλλιών, όπως κορδέλες, ταινίες, πέπλα, τσιμπιδάκια και πολύτιμες καρφίτσες, πραγματικά έργα τέχνης το καθένα από αυτά.

## 2.2.5 Περιποίηση και καθαρισμός δέρματος 20<sup>ου</sup> αιώνα

Αρχές του 20ου αιώνα ίσως είναι η πρώτη φορά, από την αρχαιότητα που η περιορισμένη χρήση των καλλυντικών προϊόντων και του μακιγιάζ έγινε παντού παραδεκτή, κοινωνικά και ηθικά. Σ' αυτό συντέλεσαν η επιταχυμένη χειραφέτηση των γυναικών, το σπάσιμο των φραγμών των κοινωνικών τάξεων, η εξέλιξη στην παρασκευή των κοσμητικών προϊόντων, η ελεύθερη διάθεση του και γενικά η άνθιση της βιομηχανίας της ομορφιάς. Σ' όλη την διάρκεια του αιώνα αυτού, η μόδα του μακιγιάζ διαφοροποιήθηκε πολλές φορές δημιουργώντας κάθε φορά ένα καινούριο στυλ γυναικείας ομορφιάς. Στις αρχές του αιώνα η γυναίκα εμφανίζεται πολύ ελεύθερη στη χρήση του μακιγιάζ, το οποίο επηρεάζεται από το στυλ των τελευταίων χρόνων του 19ου αιώνα.

Η επιδερμίδα είναι λευκορόδινη και συνιστάτε για την διατήρηση της λευκότητας αποφυγή έκθεσης της στον ήλιο. Η τοποθέτηση του ρουζ γίνεται ανάμεσα από δύο πουδραρίσματα, ώστε το κόκκινο και το άσπρο να ανακατεύονται καλά και να δίνει την εντύπωση του φυσικού ρόδινου. Τα μάτια είναι μεγάλα, φωτεινά, με φρύδια παχιά και καλοβαμμένα, που σχηματίζουν ένα τέλειο τόξο. Απορρίπτονται τα ευθύγραμμα φρύδια, γιατί δίνουν την έκφραση έκπληξης στο πρόσωπο, όπως επίσης και τα ενωμένα πάνω από την μύτη γιατί το σκληραίνουν. Το στόμα είναι μικρό με γεμάτα χείλη. Ιδιαίτερη φροντίδα συνιστάται για τα χείλη ώστε να είναι κόκκινα χωρίς την χρήση χρώματος.

Η δεκαετία του 1960 χαρακτηρίζετε από πολλές εναλλαγές γενικά στο μακιγιάζ, ιδιαίτερα όμως στο μακιγιάζ των ματιών. Το φυσικό μακιγιάζ, που επανεμφανίζεται από καιρό σε καιρό, πιθανόν σαν αντίδραση εναντίον των πολύ εξεζητημένων κατά καιρούς τάσεων, είναι στη μόδα και στις αρχές του '60, αλλά η φυσικότητα του θα μπορούσε να θεωρηθεί σχετική. Τα παιδιά των λουλουδιών, "οι hippies" υποστηρικτές της φυσικής, της ανέμελης ζωής, εκπροσωπούν το φυσικό μακιγιάζ, με πρόσωπο τρυφερό, δροσερό με λίγο ή σχεδόν καθόλου μακιγιάζ, με λουλούδια στο πρόσωπο και στο σώμα.

Ινστιτούτα καλλονής εξοπλισμένα με όλες τις υπηρεσίες γνώρισαν ιδιαίτερα μεγάλη άνθιση και η φροντίδα του δέρματος και το κλινικό μακιγιάζ ήρθαν στο προσκήνιο. Πολλές οικογένειες χρησιμοποιούσαν μια μεγάλη συλλογή καλλυντικών και προϊόντων

περιποίησης που πρόσφεραν οι βιομηχανίες καλλυντικών. Φοντε-τεν ή βάσεις μακιγιάζ, καθαριστικά, κρέμες, λοσιόν, υδατικά και μια ποικιλία κραγιόν, ρουζ για τα μάγουλα και σκιές ματιών κατέκλυσαν την αγορά.

Οι δεκαετίες του 1980 και 1990 έφεραν σημαντικές αλλαγές στο χώρο της μόδας, του μακιγιάζ και της κόμμωσης. Τα εργαστήρια καλλυντικών συνεχίζουν να προσφέρουν καινούργια προϊόντα για όλο το σώμα. Πλέον όλοι οι άνθρωποι γνωρίζουν και είναι καλύτερα πληροφορημένοι για την φροντίδα σώματος, καθώς και για τη χρήση καλλυντικών.

## **ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3 :ΚΑΛΛΥΝΤΙΚΑ ΣΚΕΥΑΣΜΑΤΑ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΥ ΤΟΥ ΔΕΡΜΑΤΟΣ**

### **3.1 Ορισμός καλλυντικού**

Η λέξη καλλυντικό προέρχεται από την ελληνική λέξη κάλλος (ομορφιά), που σημαίνει ωραίο, όμορφο. Τα καλλυντικά προϊόντα είναι ουσίες ή μείγματα ουσιών που προορίζονται να έλθουν σε επαφή με εξωτερικά μέρη του ανθρώπινου σώματος (επιδερμίδα, τριχωτά μέρη, νύχια κ.λπ.) ή με τα δόντια και τους βλεννογόνους της στοματικής κοιλότητας, με αποκλειστικό ή κύριο σκοπό τον καθαρισμό τους, τον αρωματισμό τους, τη μεταβολή της εμφάνισής τους, την προστασία τους, τη διατήρησή τους σε καλή κατάσταση ή τη διόρθωση των σωματικών οσμών.

### **3.2 ΚΑΘΑΡΙΣΤΙΚΑ ΠΟΥ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΟΥΝΤΑΙ ΣΤΗΝ ΑΙΣΘΗΤΙΚΗ**

- Καθαριστικά δέρματος
- Κρέμες
- Πήλινγκ (απολέπιση)
- Νερό
- Αμπούλες
- Μάσκες

#### **3.2.1 ΚΑΘΑΡΙΣΤΙΚΑ ΤΟΥ ΔΕΡΜΑΤΟΣ**

Ως καθαριστικά δέρματος ορίζουμε τα καλλυντικά προϊόντα, τα οποία ως κύριο σκοπό τους έχουν την απομάκρυνση του ρύπου από το πρόσωπο. Η ρύπανση του προσώπου μπορεί να προέρχεται είτε από την ατμοσφαιρική ρύπανση, είτε από τις εκκρίσεις του ίδιου του δέρματος, είτε από μακιγιάζ. Τα καθαριστικά δέρματος κάνουν το δέρμα απαλό, προσφέροντας στο πρόσωπο απαλότητα και τέλεια ενυδάτωση. Επίσης, αφαιρούν τα νεκρά κύτταρα και δίνουν λάμψη. Διακρίνονται σε :

- Κρέμες προσώπου
- Υγροποιημένες κρέμες καθαρισμού
- Γαλάκτωμα καθαρισμού
- Λοσιόν καθαρισμού
- Υγρό καθαρισμού
- Κρέμες καθαρισμού που αφαιρούνται με νερό
- Όξινες κρέμες καθαρισμού
- Μάσκες καθαρισμού

### 3.2.2 ΚΡΕΜΕΣ

Μία καλή κρέμα πρέπει να εκπληρώνει βασικές προϋποθέσεις. Τα συστατικά της κρέμας προσομοιάζουν συνήθως με τα συστατικά του ανθρώπινου δέρματος και πρέπει να μην αλληλεπιδρούν μεταξύ τους αλλά με το δέρμα. Η κρέμα οφείλει να έχει ικανοποιητική προσκολλητικότητα προς την επιδερμίδα χωρίς να την διαταράσσει, ιδιότητα που επιτρέπει τη διάχυση στο δέρμα. Μία κρέμα μπορεί να είναι υδατική ή τροφής. Η υδατική κρέμα είναι και προστατευτική γιατί η σύστασή της είναι ως επί το πλείστον από γλυκερίνη και κερίά, που δεν αφήνουν το δέρμα εκτεθειμένο στις καιρικές συνθήκες. Επειδή δεν έχουν βιταμίνες εκτίθενται στον ήλιο χωρίς κίνδυνο αποσύνθεσης τους.



Εικόνα 3.1 Κρέμες

Οι κρέμες τροφής έχουν σαν βάση λίπη-έλαια και σειρά βιταμινών Α, Β, Ε, C. Έχουν μέσα χοληστερίνη, λεκιθίνη και άλλα θρεπτικά συστατικά. Στο κάθε δέρμα χρησιμοποιείται και η ανάλογη θρεπτική κρέμα. Με τη θρεπτική κρέμα απαγορεύεται το δέρμα να εκτεθεί στον ήλιο γιατί οι βιταμίνες αποσυντίθενται με την ηλιακή ακτινοβολία και δημιουργούνται φαιές κηλίδες. Ανάλογα με το σκοπό παρασκευής τους οι κρέμες ονομάζονται: καθαρισμού, βάσης, προστατευτικές, ημέρας, νύχτας, 24ώρες, ματιών, αντιρυτιδικές, αναζωογονητικές, συσφικτικές, αντηλιακές, μάλαξης.

### **3.2.3 ΥΓΡΟΠΟΙΗΜΕΝΕΣ ΚΡΕΜΕΣ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΥ**

Είναι άνυδρα παρασκευάσματα που έχουν την ιδιότητα να λιώνουν στη θερμοκρασία του σώματος. Αποτελούνται από βαζελίνη, ελαιώδεις ουσίες (παραφινέλαιο) κεριά (παραφίνη) και μαλακτικές ουσίες (λανολίνη, βούτυρο κακάο). Χρησιμοποιούνται κυρίως για ξηρά δέρματα αν και πολλές γυναίκες με λιπαρό δέρμα τις βρίσκουν αποτελεσματικές στη μείωση της λιπαρότητας του δέρματος. Χρησιμοποιούνται επίσης στο θέατρο, για την αφαίρεση βαρύτερων make - up. Για να θεωρούνται σωστές θα πρέπει :

- Να μην περιορίζουν τις εκκρίσεις των ιδρωτοποιών και σμηγματογόνων αδένων καθώς επίσης και την αναπνοή του δέρματος
- Να δίνουν μαλακή και απαλή αίσθηση, όχι όμως λιπαρή
- Να καθαρίζουν βαθιά το δέρμα
- Να είναι σταθερές στις μεταβολές της θερμοκρασίας του περιβάλλοντος

Σκοπός τους είναι η απομάκρυνση του ρύπου, των νεκρών κερατινοποιημένων κυττάρων και των εκκρίσεων του σμήγματος μέσω της γαλακτοποίησης. Το θετικό συγκριτικά με το υγρό σαπουνι καθαρισμού, είναι ότι αφήνουν ένα λεπτό λιπαρό υμένιο που δεν ερεθίζει το δέρμα, λόγω των περισσότερων λιπαρών συστατικών που περιέχουν.

### **3.2.4 ΓΑΛΑΚΤΩΜΑ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΥ**

Είναι το πιο διαδεδομένο καθαριστικό προϊόν με επιφανειακή δράση, που απαντάται συνήθως στους τύπους w/o και o/w. Είναι παχύρρευστο υγρό, με μικρό ιξώδες απλώνεται και απομακρύνεται εύκολα από το δέρμα έχει υψηλή περιεκτικότητα σε ελαιώδεις ουσίες ώστε να διαλύει το λιποδιαλυτό ρύπος και περιέχει αρκετό νερό ώστε να απομακρύνει τους υδατοδιαλυτούς ρύπους. Πρέπει να έχει καλή λίπανση χωρίς να προκαλεί λιπαρότητα.

### **3.2.5 ΛΟΣΙΟΝ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΥ**

Είναι προϊόντα που το ιξώδες τους έχει τέτοια τιμή ώστε να μπορούν να ρέουν στη θερμοκρασία του περιβάλλοντος είναι υγρές με ελαφρώς στυπτικές και αντισηπικές ιδιότητες χρησιμοποιούνται μετά τον καθαρισμό για να τονώσουν το δέρμα να δώσουν αίσθηση δροσιάς να απομακρύνουν τα υπολείμματα του καθαριστικού προϊόντος και να επαναφέρουν το pH στις φυσιολογικές τιμές.

Διακρίνονται στις στυπτικές και τις τονωτικές. Οι στυπτικές χρησιμοποιούνται για τη μείωση της λιπαρότητας, επειδή συσφίγγουν τους πόρους και τους κάνουν λιγότερο εμφανείς. Οι περισσότερες είναι στην πραγματικότητα αντιιδρωτικές. Σχεδόν πάντα περιέχουν οινόπνευμα που δίνει αίσθηση δροσιάς, αυξάνει την καθαριστική ικανότητα, δρα σαν ήπιο απολιπαντικό για το λιπαρό δέρμα. Οι τονωτικές λοσιόν διεγείρουν τα κύτταρα του δέρματος και προκαλούν αίσθηση δροσιάς στο δέρμα. Είναι αραιωμένες στυπτικές λοσιόν που περιέχουν μέχρι 15% οινόπνευμα. Βασικές ουσίες που περιέχονται στις λοσιόν είναι το χαμομήλι, που έχει στυπτικό αποτέλεσμα, αποστάγματα λουλουδιών που ηρεμούν και ισορροπούν το δέρμα, αζουλένη που έχει αντιφλογιστικό και καταπραυντικό αποτέλεσμα και κολλαγόνο που περιποιείται το δέρμα

### 3.2.6 ΥΓΡΟ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΣ

Χρησιμοποιείται κυρίως από νεαρά άτομα, με λιπαρό ή μικτό δέρμα. Η καθαριστική του δράση οφείλεται κυρίως στα ήπια απορρυπαντικά που περιέχει και τα οποία απομακρύνουν το λιποδιαλυτό ρύπο. Περιέχουν αντισηπτικές ουσίες που καταστρέφουν και εμποδίζουν την ανάπτυξη βακτηριδίων και μικροοργανισμών στο δέρμα. Η χρήση τους συνιστά τη χρήση νερού, το οποίο δεν πρέπει να είναι ιδιαίτερα ζεστό αντενδείκνυνται τα σαπούνια με λανολίνη, ενώ τα αφρώδη σαπούνια με μεγάλη απορρυπαντική δράση, μπορεί να καθαρίζουν προσωρινά την περιοχή, αργότερα όμως μπορεί να προκαλέσουν αντιδραστική σμηγματόρροια. Το υγρό καθαρισμού για ένα ακνεϊκό πρόσωπο θα πρέπει να είναι όξινο ή ουδέτερο. Ο όγκος του αφρού και ο χρόνος παραμονής στο δέρμα μπορούν να αλλάξουν το pH προς την αλκαλική του πλευρά

### 3.2.7 ΠΗΛΙΝΓΚ (ΑΠΟΛΕΠΙΣΗ)

Πήλινγκ, είναι μία μέθοδος περιποίησης του προσώπου με ειδικά κοσμητικά προϊόντα, που έχει σαν αποτέλεσμα να προκληθεί φυσιολογική αποβολή των κερατινοκυττάρων της επιδερμίδας. Με τη μέθοδο αυτή, το δέρμα απαλλάσσεται συντομότερα από τα νεκρά επιθηλιακά κύτταρα. Διακρίνεται στο ιατρικό πήλινγκ (χημικό ή μηχανικό) και στο πήλινγκ που χρησιμοποιείται από αισθητικούς.



Εικόνα 3.2 Πήλινγκ προσώπου



Τα πήλινγκ που χρησιμοποιούνται στο εργαστήριο της αισθητικής είναι επιφανειακά και βοηθούν τα νεκρά επιθηλιακά κύτταρα της κερατίνης στιβάδας να αποσπασθούν συντομότερα. Σε γενικές γραμμές, είναι κρέμες καθαρισμού που προωθούν την απολέπιση μέσω μικρών κόκκων ή φυτικών ενζύμων. Διακρίνονται σε: α) peeling soft, τα οποία απευθύνονται σε ευαίσθητες επιδερμίδες και περιέχουν διάφορα φυτικά ένζυμα και ενυδατικές ουσίες. β) peeling με κόκκους, όπου αναφέρεται στη διαδικασία εκείνη στην οποία παίρνουν μέρος καλλυντικά προϊόντα που περιέχουν διάφορα λειαντικά αναμειγμένα και χρησιμοποιούνται ως καθαριστικά προσώπου καθώς και για άλλους κοσμητικούς σκοπούς. Αξίζει να αναφερθεί πως αφαιρώντας σειρές νεκρών κυττάρων από την κερατίνη στιβάδα, αφαιρείται συγχρόνως ένας βαθμός προστασίας από το δέρμα. Αυτή η προστασία πρέπει να αποκαθίσταται με τη φροντίδα που ακολουθεί, αλλά και με κατάλληλες συμβουλές για το σπíti σύμφωνα με το κάθε είδος πήλινγκ που έχει κατά περίπτωση εφαρμοστεί.

### **3.2.8 ΚΡΕΜΕΣ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΥ ΠΟΥ ΑΦΑΙΡΟΥΝΤΑΙ ΜΕ ΝΕΡΟ**

Είναι είτε ένυδρες, είτε άνυδρες και απλώνονται όπως οι συνηθισμένες κρέμες καθαρισμού αλλά ξεπλένονται με το νερό. Οι κρέμες αυτές αφαιρούνται διαλυόμενες με νερό, μαζί με τον υδατοδιαλυτό και το λιποδιαλυτό ρύπο, ενώ μένει στο πρόσωπο μια λεπτή μαλακτική μεμβράνη. Το προϊόν δουλεύεται μέχρι να σχηματιστεί αφρός και απομακρύνεται με νερό.

### **3.2.9 ΑΜΠΟΥΛΕΣ**

Οι αμπούλες περιέχουν:

- κολλαγόνο και ελαστίνη
- εκχυλίσματα συνδετικού ιστού
- βιταμίνες
- ορμόνες

### 3.2.10 ΟΞΙΝΕΣ ΚΡΕΜΕΣ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΥ

Περιέχουν ήπιες αντισηπτικές ουσίες (κιτρικό και γαλακτικό οξύ), ο κύριος ρόλος τους είναι να διατηρούν σταθερό το pH του δέρματος και να μην διαταράσσουν την ισορροπία του.

### 3.2.11 ΜΑΣΚΕΣ

Οι μάσκες είναι καλλυντικά σκευάσματα, τα οποία όταν τοποθετηθούν στο πρόσωπο μεταβάλλουν τη φυσική τους κατάσταση, δηλαδή στερεοποιούνται ή ζελατινοποιούνται εξαιτίας της ψύξης ή της εξάτμισης του νερού. Τα συστατικά τους τα παίρνουμε κατευθείαν από τη φύση και κατά την διάρκεια παραμονής τους στο πρόσωπο δεν αλλοιώνονται από την αρχική τους κατάσταση. Πριν τη χρήση η φυσική τους κατάσταση μπορεί να είναι σε μορφή πάστας, σκόνης ή βερνικιού. Άλλες διαλύονται σε νερό άλλες όχι. Υπάρχουν μάσκες που στεγνώνουν πάνω στο δέρμα, άλλες όχι και είναι υπό μορφή κρέμας, άλλες αποκολλούνται (πλαστικές). Τοποθετούνται στο πρόσωπο κατά τη φορά των μυών, ενώ δεν τοποθετούνται επάνω στον θυρεοειδή αδένες και στο ευαίσθητο δέρμα κάτω από τα μάτια. Οι μάσκες κατατάσσονται σε δύο κατηγορίες: διαπερατές και αδιαπέραστες.



Εικόνα 3.3 Μάσκα προσώπου

Οι διαπερατές μάσκες (αργιλώδεις, κρεμομάσκες) μειώνουν τις λειτουργίες, χαλαρώνουν, ηρεμούν, κάνουν το δέρμα ωχρο, απορροφούν υγρά από το δέρμα, αφαιρούν διογκώσεις, σφίγγουν τους πόρους, κρυώνουν το δέρμα, συστέλλουν τα αγγεία και μειώνουν την κυκλοφορία. Οι αδιαπέραστες μάσκες (θερμομάσκες, ελαστικές, κηρώδεις) εντείνουν τις λειτουργίες, διεγείρουν, κάνουν το δέρμα ροδαλό, συσσωρεύουν υγρά στο δέρμα, διογκώνουν το δέρμα, διευρύνουν τους πόρους, θερμαίνουν το δέρμα, διευρύνουν τα αγγεία και αυξάνουν την κυκλοφορία.

### **3.3 ΣΤΟΧΟΙ ΚΑΙ ΡΟΛΟΣ ΠΡΟΙΟΝΤΩΝ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΥ**

Οι στόχοι των καλλυντικών σκευασμάτων για το καθαρισμό του δέρματος είναι οι εξής :

- Η απομάκρυνση των νεκρών κυττάρων ώστε να λάμψει το δέρμα.
- Η τελειοποίηση της υφής του δέρματος
- Η διέγερση της κυτταρικής ανανέωσης
- Η απαλοιφή ορισμένων ελαφρών ατελειών του δέρματος

Ο ρόλος για την χρήση αυτών είναι οι εξής :

- Καθιστούν το δέρμα πιο φωτεινό και λαμπερό καθώς και πιο λείο, πιο σταθερό και πιο διαπερατό από τις ουσίες των προϊόντων περιποίησης.
- Καθώς ανοίγουν τους πόρους του δέρματος προσφέρουν καλύτερο αποτέλεσμα στο ομοιόμορφο μαύρισμα όταν εφαρμοστούν πριν από ένα προϊόν αυτόματου μαυρίσματος.

### **3.4 ΤΥΠΟΙ ΔΕΡΜΑΤΟΣ**

Το δέρμα διακρίνεται κυρίως σε:

- Κανονικό
- Ξηρό
- Λιπαρό
- Μικτό
- Ευαίσθητο

### **3.4.1 ΚΑΝΟΝΙΚΟ ΔΕΡΜΑ**

Κανονικό δέρμα είναι ακριβώς αυτό που δεν έχει εμφανή προβλήματα. Είναι υγιές, ελαστικό, χωρίς ελαττώματα και δεν τείνει να είναι ούτε πολύ ξηρό ούτε πολύ λιπαρό. Θεωρείται το δέρμα με σωστή δομή των αγγείων στο κυρίως δέρμα, ικανοποιητικό πάχος, ικανοποιητική περιεκτικότητα σε νερό και φυσιολογικό pH. Η υφή του είναι ομαλή και δεν εμφανίζει οργανικές βλάβες ή ενοχλητικά συμπτώματα.

### **3.4.2 ΞΗΡΟ ΔΕΡΜΑ**

Το ξηρό δέρμα χαρακτηρίζεται από τραχύτητα της επιδερμίδας, απώλεια ελαστικότητας, υπερκεράτωση, ελαττωμένη ταχύτητα αναπαραγωγής των κερατινοκυττάρων και αίσθηση τραβήγματος. Είναι λεπτό, στερείται εκκρίσεων και συχνά δημιουργούνται ρυτίδες πολλές και επιφανειακές, καθώς και ευρυαγγείες. Η ξηρότητα οφείλεται στη μειωμένη έκκριση των σμηγματογόνων ή των ιδρωτοποιών αδένων καθώς και στην κακή διατροφή και αφυδάτωση του οργανισμού.

Η ξηρότητα που παρουσιάζεται στο δέρμα μπορεί να είναι γενετική ή να οφείλεται στη φυσική γήρανση του δέρματος ή και να προέρχεται από το περιβάλλον. Η ποσότητα του νερού στο δέρμα εξαρτάται από την ισορροπία μεταξύ του τρόπου ζωής του ατόμου (διατροφή, κάπνισμα, κ.λπ.) και του περιβάλλοντος (αέρας, ήλιος, ατμοσφαιρική ρύπανση). Η διαταραχή αυτής της ισορροπίας, μπορεί να προκαλέσει αφυδάτωση. Αιτίες που μπορούν να μετατρέψουν ένα δέρμα από κανονικό σε ξηρό είναι η κακή χρήση καλλυντικών, ακατάλληλες κρέμες, στυπτικές λοσιόν, η παρατεταμένη ηλιοθεραπεία και ελλιπής διατροφή.

### **3.4.3 ΛΙΠΑΡΟ ΔΕΡΜΑ**

Λιπαρό είναι ένα δέρμα το οποίο, λόγω της υπερβολικής δραστηριότητας των σμηγματογόνων αδένων παρουσιάζεται συμφορημένο από σμήγμα και έχει γυαλιστερή όψη, ιδίως στο μέτωπο, τη μύτη και το πηγούνι. Μοιάζει χονδρό, ενώ οι διεσταλμένοι πόροι του εμφανίζουν τους φαγέσωρες, οι οποίοι

είναι κεράτινα βύσματα με φαιό ή μελανό χρώμα και αποτελούν συχνά την αιτία για εστίες μικροβίων και ακμή.

Το λιπαρό δέρμα δίνει συνεχώς την αίσθηση του ακάθαρτου δέρματος και έχει ανάγκη συστηματικής και συχνής απορρύπανσης, καθώς η σκόνη, η αιθαλομίχλη και άλλα προσκολλώνται εύκολα σε αυτό. Είναι λιγότερο ευάλωτο στις ρυτίδες και λεπτές γραμμές από ότι είναι το ξηρό δέρμα. Παρόλα αυτά γραμμές και ρυτίδες που εμφανίζονται στο λιπαρό δέρμα θα είναι πιο βαθιές και πιο ευδιάκριτες.

#### **3.4.4 ΜΙΚΤΟ ΔΕΡΜΑ**

Το είδος αυτού του δέρματος συγκεντρώνει τα χαρακτηριστικά των λιπαρών και ξηρών δερμάτων. Λιπαρότητα παρουσιάζεται στο μέτωπο, τα πτερύγια της μύτης και το πηγούνι, ενώ στα μάγουλα, τους κροτάφους και το λαιμό υπάρχουν χαρακτηριστικά ξηρού δέρματος. Η λιπαρότητα του μικτού δέρματος με την πάροδο των χρόνων εξαλείφεται.

#### **3.4.5 ΕΥΑΙΣΘΗΤΟ ΔΕΡΜΑ**

Το ευαίσθητο δέρμα είναι λεπτό και παρουσιάζει πολύ εύκολα αλλεργίες, ενώ ερεθίζεται πιο συχνά από όσο οι υπόλοιποι τύποι δέρματος. Απαντάται συνήθως σε αλλεργικά άτομα, καθώς και σε ανοιχτόχρωμα. Αντιδρά εύκολα όταν έλθει σε επαφή με οποιαδήποτε επιφανειοδραστική ουσία και εκδηλώνεται δυσανεξία ακόμη και στην απλή επαφή με το νερό, το σαπούνι, τις λοσιόν, τις μαλακτικές κρέμες με αίσθημα καύσου, κνησμού, ερυθρότητα και απολέπιση.

### **3.5 ΚΑΤΑΛΛΗΛΑ ΠΡΟΙΟΝΤΑ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΥ ΒΑΣΕΙ ΤΟΥ ΤΥΠΟΥ ΤΟΥ ΔΕΡΜΑΤΟΣ**

Στο φυσιολογικό δέρμα μπορούν να χρησιμοποιηθούν :

- Γαλάκτωμα :όλοι οι τύποι γαλακτωμάτων, συνήθως προτιμούμε τα υδατικά γαλακτώματα (o/w).
- Υδροφιλα λάδια: διαλύουν τα υδατικά και τα
- Λιπαρά συστατικά και αφαιρούν το ελαφρύ μακιγιάζ, χωρίς να στεγνώνουν το δέρμα.
- Σαπούνια: είναι καλώς ανεκτά από αυτόν τον τύπο δέρματος.
- Αφρώδη καθαριστικά: δε συνιστανται για πολύ συχνή χρήση

- Υγροποιημένες κρέμες: συνίστανται για την απομάκρυνση βαρύ μακιγιάζ.
- λοσιόν: δροσιστική ή τονωτική λοσιόν για την τόνωση των λειτουργιών του δέρματος .

Στο ξηρό δέρμα μπορούν να χρησιμοποιηθούν:

- Γαλάκτωμα: ενδείκνυνται τόσο τα o/w όσο και τα w/o γαλακτώματα.
- Υδρόφιλα λάδια: βοηθούν το δέρμα να διατηρείται μαλακό ενώ απομακρύνουν καλά τους ρύπους και το ελαφρύ μακιγιάζ .
- Λιπαρές κρέμες: ενδείκνυνται για αυτόν τον τύπο, επειδή αφήνουν μαλακό το δέρμα μετά τον καθαρισμό.
- Αφρώδη καθαριστικά: δεν ενδείκνυται η συχνή χρήση.
- Υγροποιημένες κρέμες: συνιστάται για την απομάκρυνση βαρύ μακιγιάζ, αλλά όχι για καθημερινή χρήση.
- Λοσιόν: δροσιστική λοσιόν χωρίς αλκοόλη ή με αλκοόλη σε ποσοστό 5%

Στο λιπαρό δέρμα μπορούν να χρησιμοποιηθούν:

- Λιπαρές κρέμες: είναι του ίδιου τύπου με την υδρολιπιδική μεμβράνη του δέρματος (λιπαρή) και συνεπώς το καθαρίζουν καλά .
- Γαλάκτωμα: εφαρμόζουμε τόσο o/w όσο και w/o γαλακτώματα.
- Σαπούνια: πρέπει να αποφεύγεται η συχνή χρήση επειδή απολιπαίνουν έντονα το δέρμα, προκαλώντας πολλές φορές αντιδραστική σμηγματόρροια.
- Φαρμακευτικοί καθαριστές: περιέχουν αντισηπτικές ουσίες και ενδείκνυνται για προληπτικούς λόγους για την περίπτωση εμφάνισης ακμής. Δεν συνιστάται η συστηματική χρήση.
- Λοσιόν: χρησιμοποιούμε στυπτικές λοσιόν, ωστόσο η παρατεταμένη τους χρήση προκαλεί αφυδάτωση, για αυτό προτείνεται η εφαρμογή δροσιστικής λοσιόν σε συνδυασμό.

Το δέρμα πρέπει να καθαρίζεται με γαλάκτωμα. Αντενδείκνυται η χρήση στυπτικών προϊόντων, γιατί επιτείνουν την ξηρότητα στην επιφάνεια του δέρματος χωρίς να βοηθούν στη μείωση της λιπαρότητας που είναι εγκλωβισμένη. Χρησιμοποιούμε δροσιστική λοσιόν χωρίς αλκοόλη ή με αλκοόλη έως 5% .

Στο μικτό δέρμα ο καθαρισμός γίνεται βάσει της ζώνης που υπερέχει, π.χ. αν πρόκειται για τύπο μικτού με λιπαρή την περιφέρεια και φυσιολογική τη ζώνη T, θα καθαρίσουμε το δέρμα ως λιπαρό. Το ίδιο ισχύει και για τη λοσιόν.

### 3.6 ΠΙΝΑΚΑΣ ΒΑΣΙΚΩΝ ΚΑΛΛΥΝΤΙΚΩΝ

| ΕΙΔΟΣ  | ΚΟΙΝΑ ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ   | ΧΡΗΣΕΙΣ   |
|--|---|---|
| Ψυχρή κρέμα  | Κερί μελισσών, φυτικά ή ορυκτά έλαια, βόρακας (5%), νερό και άρωμα  | Κατάλληλα για καθαρισμό ξηρού ή κανονικού δέρματος  |
| Υγρές κρέμες καθαρισμού                                  | Ορυκτέλαιο, βαζελίνη, άρωμα, λίγη ποσότητα νερού  | Μπορεί να χρησιμοποιηθεί σε λιπαρά δέρματα. Τήκεται εύκολα, δε διαπερνά το δέρμα. Μακρά χρήση θα ξηράνει το δέρμα                       |
| Κρέμες που απορροφώνται                                  | 75% νερό, στεατικό οξύ, ενωμένο με μικρή ποσότητα αλκαλίου. Βούτυρο κακάο, λανολίνη, γλυκερίνη και συνήθως αλκοόλη. | Πριν την εφαρμογή μακιγιάζ και σαν κρέμα χεριών. Αφήνει προστατευτικό στρώμα στο δέρμα. Μπορεί το δέρμα να γίνει πολύ ξηρό με τη χρήση. |
| Μαλακτική κρέμα (λέγεται επίσης κρέμα ιστού ή λιπαντική) | Κρέμα λανολίνη, φυτικά λίπη και λιπαρά οξέα, αλκοόλες και μερικά άλατα.   | Διαπερνά ελαφρά και λιπαίνει το δέρμα. Λιπαίνει το δέρμα κατά τη διάρκεια μάλαξης.  |
| Ορμονική κρέμα   | Μαλακτική κρέμα που έχει σαν βάση σεξουαλικές ορμόνες.  | Προλαμβάνει ξηρότητα και ρυτίδες γήρατος  |
| Κρέμα ενυδάτωσης   | Μαλακτική κρέμα με βασικά συστατικά   | Για ξηρά δέρματα λόγω έλλειψης  |

|                   |   |   |
|-------------------|---|---|
|                   | ενυδάτωσης  | υγρασίας και φυσικών λιπαρών  |
| Κρέμα μάλαξης     | Σαν βάση έχει την ψυχρή κρέμα, λανολίνη ή καζεΐνη (λεύκωμα που βρίσκεται στο τυρί). | Για μάλαξη κανονικού ή ελαφρά ξηρού δέρματος.   |
| Στυπτική κρέμα    | Ήπια αλοιφή με οξειδίο ψευδαργύρου και ένα στυπτικό συστατικό.                      | Συνιστάται για διόρθωση αυξημένης λιπαρότητας και για κλείσιμο πόρων.   |
| Κρέμα ακμής       | Βορικό οξύ, θείο, οξειδία ψευδαργύρου, λάδι, καμφορά, βενζοϊκό και σαλικυλικό οξύ.  | Βοηθά τον καθαρισμό του δέρματος απλής ακμής και άλλες μικρές πληγές. Θα πρέπει να τοποθετείτε πολύ απαλά, ομοιόμορφα, ώστε να απλώνεται και να μην ερεθίζει το δέρμα |
| Κρέμα βάσης       | Κρέμα απορροφητική ως βάση, γίνεται με αύξηση της περιεκτικότητας σε γλυκερίνη.     | Απλώνεται στο πρόσωπο μετά από καθαρισμό, για να σχηματίσει κατάλληλη βάση για το μακιγιάζ.   |
| Κρέμα ματιών      | Λανολίνη, φυτικά έλαια, κηροί και συστατικά στυπτικών                               | Λιπαίνει και μαλακώνει ρυτίδες. Τις κάνει δυσδιάκριτες.   |
| Κρέμα μαυρίσματος | Περιέχει κρέμα ή αλοιφή σαν βάση με διάφορα χρώματα.                                | Χρησιμοποιείται για να δίνει μία εμφάνιση σκούρου χρώματος στο δέρμα.   |
| Ανθόνερο          | Αιθέρια έλαια (γερανιού, τριαντάφυλλου, λεβάντας κ.λπ.), διαλυμένα σε               | Δίνει δροσιά και άρωμα στο δέρμα.   |



|   |  |  |
|---|--|--|
|   | αποσταγμένο νερό με τη βοήθεια ταρκ  |  |
| Λοσιόν καθαρισμού                         | Αλκοόλη ή σουλφονωμένο προϊόν.   | Συνταγή για ξηρό, λιπαρό ή κανονικό δέρμα.   |
| Στυπτική λοσιόν                           | Ψευδάργυρος (οξειδίο), βορικό οξύ ή σαλικυλικό οξύ σε νερό, γλυκερίνη και αλκοόλη          | Για λιπαρό δέρμα και μεγάλους πόρους.  |
| Λοσιόν για δρόσισμα του δέρματος          | Αμαμηλίδα, καμφορά, βορικό οξύ, ελαφρύ οργανικό άρωμα                                      | Ελαφρύ όξινο διάλυμα για ξηρό δέρμα  |
| Λοσιόν ακμής                              | Ίζημα από θείο, γλυκερίνη, καμφορά σε αλκοόλη και αποσταγμένο νερό.                        | Χρησιμοποιείται για σκούπισμα του δέρματος, όταν υπάρχει απλή ακμή.                              |
| Αμαμηλίδα                                 | Διάλυμα στυπτικής αμαμηλίδας σε αλκοόλη και νερό.  | Χρησιμοποιείται σαν στυπτικό και δροσιστικό του δέρματος.  |
| Λοσιόν ματιών                             | Βορικό οξύ, διττανθρακική σόδα, θειικός ψευδάργυρος, γλυκερίνη, αμαμηλίδα και άλλα βότανα. | Χρησιμοποιείται για να ξεκουράζει, να καθαρίζει και να τονίζει τα μάτια.                         |
| Λοσιόν καλαμίνης (ανθρακικού ψευδαργύρου) | Αιώρημα καλαμίνης και οξειδίου του ψευδαργύρου σε γλυκερίνη, καολίνη και ασβεστόνερο.      | Χρησιμοποιείται για να μαλακώνει ερεθισμένες επιφάνειες του δέρματος και ως προστατευτική κρέμα. |

### 3.7 ΔΡΑΣΤΙΚΑ ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ ΚΑΛΛΥΝΤΙΚΩΝ

Δραστικά συστατικά είναι όσα διακρίνονται ανάμεσα στις ουσίες που συνιστούν το καλλυντικό για την τεκμηριωμένη, με αντικειμενικές μεθόδους, αποτελεσματικότητά τους. Αφορούν σχετικώς ασφαλείς ουσίες που παράγονται από τη βιοτεχνολογία. Ανάλογα με τη σύνθεση και την προτιθέμενη χρήση τους περιλαμβάνουν :

- ορισμένα φάρμακα που χρησιμοποιούνται και για κοσμητικούς σκοπούς π.χ. τρετινοΐνη (στο φωτογηρασμένο δέρμα)
- φάρμακα σε μικρές συγκεντρώσεις επιτρεπόμενες στα καλλυντικά π.χ. υδροκινόνη κατά των υπερχρώσεων του δέρματος
- αξιόλογες, τροποποιητικές του δέρματος, χημικές ουσίες π.χ. υγραντικά συστατικά (ουρία, γαλακτικό οξύ, πανθενόλη, γλυκερίνη, πυρογλουταμινικό οξύ κ.α.), μαλακτικά σαν προϊόντα παθητικής ενυδάτωσης (βαζελίνη, έλαια), ποικίλα οξέα (άλφα-υδροξυοξέα, σαλικυλικό οξύ κ.α.), άλατα αλουμινίου (στα αντιιδρωτικά), φυσικά ή χημικά φίλτρα σε αντηλιακά, λιποσώματα κ.α.

## **ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4 : ΔΡΑΣΤΙΚΕΣ ΟΥΣΙΕΣ ΑΠΟ ΤΗΝ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΦΥΣΗ**

### **4.1 ΦΥΤΙΚΑ ΛΑΔΙΑ**

Αποτελούνται από μίγματα διαφόρων γλυκεριδίων και βρίσκονται σε υγρή μορφή σε θερμοκρασία περιβάλλοντος. Η παραλαβή τους από τους καρπούς γίνεται με τη μέθοδο της πίεσης ή με τη μέθοδο της εκχύλισης. Όσα λαμβάνονται με πίεση εν ψυχρώ είναι ποιοτικώς ανώτερα. Τα φυτικά έλαια απορροφώνται εύκολα από την επιδερμίδα σε σύγκριση με τα ορυκτά έλαια τα οποία δεν απορροφούνται από το δέρμα. Εξαιτίας των δραστικών ουσιών που περιέχουν χρησιμοποιούνται περισσότερο σε θρεπτικές κρέμες και λιγότερο σε καλλυντικά προστασίας του δέρματος. Τα φυτικά λάδια έχουν πλεονεκτήματα να δημιουργούν αίσθημα απαλότητας στην υφή, απορροφώνται εύκολα από την επιδερμίδα, σχηματίζουν λιποειδές υμένιο στην επιφάνεια του δέρματος με αποτέλεσμα να εμποδίζουν την εξάτμιση του νερού και είναι καλοί διαλύτες των μη σαπωνοποιήσιμων προστατευτικών ουσιών. Αντίθετα μειονεκτούν διότι οξειδώνονται εύκολα γι' αυτό είναι απαραίτητη η χρήση αντιοξειδωτικών, δεν εισχωρούν σε βάθος στο δέρμα, διαλύονται και αποσυντίθεται εύκολα αν η επιλογή συνδυασμών είναι ακατάλληλη.

### **4.2 ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ**

Το ελαιόλαδο, αναπόσπαστο μέρος της Μεσογειακής διατροφής και πολύτιμος φίλος της υγείας του ανθρώπου, έχει πολλές φορές χαρακτηριστεί ως εχθρός της ομορφιάς. Δεν είναι λίγοι οι υποστηρικτές της θεωρίας που θέλουν το ελαιόλαδο ως πολέμιο της εικόνας μας λόγω της λιπαρότητας που εκείνο προσδίδει σε σώμα και μαλλιά. Πολλοί περισσότεροι όμως είναι εκείνοι που πιστεύουν στις ευεργετικές ιδιότητές του. Πρώτοι οι αρχαίοι Έλληνες που διακρίνονται για τη σοφία τους, έθεσαν την υγεία και το 'φαίνεσθε' του σώματος ως πρωταρχικό μέλημά τους. 'Νους υγιής εν σώματι υγιή'. Μια φράση γεμάτη νοήματα που οι τελευταίοι μας κληροδότησαν.



Εικόνα 4.1 Το ελαιόλαδο στην κοσμητολογία

Το ελαιόλαδο εκτός από βρώσιμο, χρησιμοποιείται σαν κοσμητολογικό προϊόν στον καλλωπισμό των γυναικών από τα αρχαία χρόνια, Είναι γνωστή η χρήση του ελαιόλαδου στην υγιεινή του σώματος αλλά και στην περιποίηση του δέρματος και των μαλλιών. Τα φυτικά έλαια χρησιμοποιούνται σε μεγάλες ποσότητες από τα εργαστήρια κοσμητικής γιατί: □

- Δίνουν στις κρέμες την υφή της αλοιφής □
- Όταν ενσωματώνονται σε γαλάκτωμα μπορούν να διαλύσουν τις λιποδιαλυτές ουσίες που περιέχονται στο προϊόν
- Είναι μαλακτικά □
- Είναι άριστα έκδοχα δηλαδή άριστη ουσία για ενσωμάτωση προϊόντων καλλυντικού και έχει ενεργό ρόλο στη δράση του καλλυντικού που γίνεται ακόμα πιο δραστικό στο σύνολό του
- Αποτελεί από μόνο του θρεπτική και αναζωογονητική καλλυντική περιποίηση.

Επίσης αυτά που χρησιμοποιούνται υδρογονωμένα έχουν το πλεονέκτημα, ότι δεν ταγγίζουν Με την πάροδο του χρόνου εμφανίστηκαν μια πληθώρα κοσμητολογικά προϊόντα που έχουν σαν βασικό συστατικό τους το ελαιόλαδο. Μερικά από αυτά είναι:

1. Αφρόλουτρα
2. Αφρόλουτρα απολέπισης(με κόκκους κ εκχύλισμα ελιάς)
3. Σαμπουάν καθημερινής χρήσης
4. Μάσκα μαλλιών
5. Αναζωογονητικό λάδι μασάζ
6. Χαλαρωτικό λάδι μασάζ
7. Κρέμες ημέρας

8. Κρέμες βαθειάς ενυδάτωσης
9. Κρέμες χεριών και ποδιών
10. Λοσιόν σώματος
11. Λοσιόν για μετά τον ήλιο
12. Αντιρυτιδική κρέμα ματιών
13. Αντιρυτιδική και θρεπτική κρέμα νύχτας
14. Μάσκες προσώπου( για ενυδάτωση, σύσφιξη και τόνωσης)

Σε σύγκριση με τα άλλα φυτικά λίπη έχει:

- 1) Μεγάλη σημασία στην ανάπτυξη και σύνθεση των οστών.
- 2) Βιταμίνη E η οποία έχει προστατευτικό ρόλο στην επιδερμίδα.
- 3) Περιοριστικές ιδιότητες απέναντι στην χοληστερίνη του αίματος, σε συνδυασμό όμως με διατροφή πλούσια σε φυτικές ίνες
- 4) Σημαντικό ρόλο στην ανάπτυξη και τη σύνθεση του κεντρικού νευρικού συστήματος.
- 5) Σπουδαίο ρόλο στη προστασία των τοιχωμάτων των τριχοειδών αγγείων.
- 6) Μικρότερο βαθμό υδρόλυσης των τριγλυκεριδίων και οξείδωσης των ακόρεστων λιπαρών οξέων.
- 7) Ικανοποιητικό ποσοστό ακόρεστων λιπαρών οξέων, γεγονός που καθορίζει το σημείο τήξης του.
- 8) Απορροφητική ικανότητα, η οποία πλησιάζει αυτή του μητρικού γάλακτος.
- 9) Λιγότερες τοξικές επιδράσεις και χημικές μεταβολές όταν θερμαίνεται σωστά.
- 10) Με τη σύνθεση των οξέων του είναι δυνατή η αποφυγή υπεροξειδωτικών αντιδράσεων και η δημιουργία ελεύθερων χημικών ριζών που έχουν αρνητική επίδραση στο κεντρικό νευρικό σύστημα.

Στην κοσμετολογία χρησιμοποιείται η καλύτερη ποιότητα η οποία λαμβάνεται με τη μέθοδο της πίεσης εν ψυχρό. Όπως το αμυγδαλέλαιο χρησιμοποιείται και αυτό από πολύ παλιά για τη παρασκευή καλλυντικών γιατί έχει άριστες ιδιότητες. Σήμερα χρησιμοποιείται σε καλλυντικά όπως θρεπτικές κρέμες, λάδια σώματος με άλλα φυτικά έλαια αμυγδαλέλαιο, σιτέλαιο, αβοκάντο κ.α.

### 4.3 ΑΜΥΓΔΑΛΕΛΑΙΟ

Το αμυγδαλέλαιο εξάγεται από τους πυρήνες των γλυκών αμυγδάλων και έχει χρησιμοποιηθεί από αρχαιοτάτων χρόνων για διάφορες θεραπευτικές χρήσεις και ενυδάτωση του δέρματος. Στην Ελλάδα καλλιεργείται από την αρχαιότητα, αφού από τότε ήσαν γνωστές οι φαρμακευτικές και καλλυντικές του ιδιότητες. Ο έλληνας γιατρός του πρώτου αιώνα Διοσκουρίδης αναφέρει πως το αμυγδαλέλαιο το χρησιμοποιούσαν ως φάρμακο καθώς και για την παραγωγή αρωματικού λαδιού για μασάζ. Ο Ιπποκράτης αναφέρει το αμύγδαλο ως χρήσιμο βοηθό της ιατρικής, ενώ ο Αριστοτέλης επαινεί τους χυμούς των ανθών του ως τροφή των μελισσών. Σύμβολο της γυναικείας ομορφιάς για τους Κινέζους, σύμβολο υπόσχεσης στον εβραϊκό πολιτισμό, αλλά και σύμβολο της άνοιξης, της υπομονής και της ελπίδας κατά την ελληνική μυθολογία.

Παράγεται από αμύγδαλα που υποβάλλονται σε καθαρισμό και θρυμματισμό, προκειμένου να αποκτήσουν μορφή πούδρας. Στη συνέχεια, η τελευταία υποβάλλεται σε ψυχρή συμπίεση και από το φιλτράρισμά της εκχυλίζεται το αμυγδαλέλαιο.

Το Αμυγδαλέλαιο έχει ελαφρά κιτρινωπή όψη και γλυκιά οσμή και θεωρείται από τα καλύτερα έλαια επειδή δεν είναι πολύ βαρύ ή κολλώδες. Το αμυγδαλέλαιο είναι πλούσιο σε βιταμίνες Α, Β1, Β2, Β6, D, Ε, Κ και πρωτεΐνες και μεγάλο ποσοστό μονοακόρεστων και πολυακόρεστων λιπαρών οξέων. Καθώς έχει χαμηλό ποσοστό βιταμίνης Ε, πρέπει να φυλάσσεται αρκετά καλά. Επίσης, είναι πλούσιο σε παλμιτικό, ολεϊκό και λινολεϊκό οξύ, σημαντικά για τις τονωτικές τους ιδιότητες στην επιδερμίδα, καθώς και ιχνοστοιχεία όπως ο ψευδάργυρος και ο σίδηρος, απαραίτητα για την εξισορρόπηση των λειτουργιών της επιδερμίδας. Τα ιχνοστοιχεία, ασβέστιο, χλώριο, μαγνήσιο, φώσφορο, το καθιστούν άκρως ευεργετικό για τα μαλλιά και το δέρμα. Επιπλέον είναι πλούσιο σε λιπαρά οξέα που είναι συμβατά με τα λιπίδια της επιδερμίδας μας. Το χρώμα του μοιάζει πολύ με αυτό του ελαιόλαδου μόνο που είναι λίγο πιο ανοιχτό και η μυρωδιά του είναι πάρα πολύ ελαφριά, σχεδόν ανεπαίσθητη. Η υφή του είναι πολύ λεπτή σε σχέση με άλλα φυτικά λάδια. Με την απόσταξη λαμβάνουμε επίσης το αιθέριο έλαιο Πικραμύγδαλο, που χρησιμοποιείται και στην Μαγειρική.

#### 4.3.1 ΤΟ ΑΜΥΓΔΑΛΕΛΑΙΟ ΣΤΗΝ ΚΟΣΜΗΤΟΛΟΓΙΑ

Το Αμυγδαλέλαιο είναι μη τοξικό έλαιο, ενώ διαθέτει μαλακτικές ιδιότητες που αφήνουν μεταξένια αίσθηση στην επιδερμίδα. Φροντίζει και θρέφει την επιδερμίδα ενώ παράλληλα καταπολεμά αποτελεσματικά ερεθισμούς του δέρματος. Διαθέτει σημαντικές αντιγηραντικές και επουλωτικές ιδιότητες για το δέρμα. Ταιριάζει σε όλους τους τύπους επιδερμίδας και είναι ιδιαίτερα τονωτικό για ξηρές και ευαίσθητες επιδερμίδες και ανακουφίζει τον ερεθισμό που προέρχεται από το έκζεμα. Στην πραγματικότητα το αμυγδαλέλαιο χρησιμοποιείται ευρέως από πολλές εταιρείες καλλυντικών μακιγιάζ και προϊόντων φροντίδας του δέρματος, χάριν στις ενυδατικές του ιδιότητές του. Η χρήση της ιδιότητάς του αυτής γίνεται σε πολλά σαπούνια και κρέμες χεριών, μαλλιών και σώματος. Κάθε χρόνο εκατομμύρια γυναίκες ξοδεύουν πολλά χρήματα για καλλυντικά και άλλα προϊόντα φροντίδας του δέρματος. Δυστυχώς τα περισσότερα απ' αυτά τα καλλυντικά σκευάσματα δεν είναι ότι πιο αποτελεσματικό και επιπλέον έχουν υπέρμετρες τιμές. Επιπλέον, λόγω των σκληρών χημικών ουσιών που περιέχονται σ' αυτά θα πρέπει να προσέξετε για τυχόν παρενέργειες. Σε αντίθεση τα φυσικά προϊόντα φροντίδας του δέρματος δεν είναι μόνο φθηνά αλλά εξασφαλίζουν ότι το ευαίσθητο δέρμα σας δεν θα υποφέρει από τις άσχημες παρενέργειες των χημικών ουσιών.



Εικόνα 4.2 Το αμυγδαλέλαιο στην αισθητική

### Στο σώμα

- Το αμυγδαλέλαιο είναι καταπραϋντικό και αντιφλεγμονώδες.
- Βοηθά στην άμεση αντιμετώπιση της ξηρότητας της επιδερμίδας και της φαγούρας που συνήθως δημιουργείται από την ξηροδερμία. Κάνει πολύ καλό σε περιπτώσεις ερεθισμών.
- Βοηθάει στην καλή κυκλοφορία του αίματος με αποτέλεσμα να κάνει το δέρμα να μοιάζει πιο λείο και λαμπερό

### Στο πρόσωπο

Υγιές λαμπερό δέρμα σε ένα πρόσωπο γεμάτο ζωντάνια και ομορφιά. Η υγρασία είναι ένα βασικό συστατικό της διατήρησης, της υγείας του, και της σφριγηλότητάς του, της ζωντάνιας του, και της ομορφιάς του. Την υγρασία που χρειάζεται η επιδερμίδα του προσώπου κατά κύριο λόγο την λαμβάνει από την διατροφή και κατά δεύτερο από την εξωτερική του περιποίηση και φροντίδα.

- Η ενυδατική δράση του αμυγδαλέλαιου ισχύει όπως ακριβώς στο σώμα και στο πρόσωπο. Είναι μια καλή επιλογή ως μάσκα ενυδάτωσης. .
- Ενυδατώνει τα ξηρά χείλη.
- Το αμυγδαλέλαιο βοηθά να επανακτήσει τη λάμψη της η ταλαιπωρημένη επιδερμίδα.
- Εξαφανίζει τους μαύρους κύκλους.
- Βοηθάει στην ανάπλαση της επιδερμίδας, την σύσφιξη των πόρων και τη μείωση των σημαδιών.
- Θρέφει την ευαίσθητη επιδερμίδα των ματιών αλλά και τις βλεφαρίδες. Τις δυναμώνει βλεφαρίδες με αποτέλεσμα να μοιάζουν πιο πυκνές. Τις θρέφει με αποτέλεσμα να μοιάζουν πιο πλούσιες και πιο πολλές. .
- Αποτελεί τέλειο ντεμακιγιάζ ματιών .

Το αμυγδαλέλαιο μπορεί να χρησιμοποιηθεί στην καθημερινή φροντίδα του δέρματος για καθαρισμό και ενυδάτωση.



Ως καθαριστικό προσώπου

Το αμυγδαλέλαιο μπορεί να χρησιμοποιηθεί για τον καθαρισμό του δέρματος και ν' αφαιρέσει τη βρωμιά και τις ακαθαρσίες από το πρόσωπό . Αυτό το φυσικό καθαριστικό προσώπου είναι ελαφρύ και ενυδατικό και έτσι καλύπτει όλους τους τύπους δέρματος. .

#### 4.4 ΚΑΡΟΤΕΛΑΙΟ

Το καροτέλαιο έχει ιδιότητες μαλακτικές και προστατευτικές που οφείλονται κατα κύριο λόγο στα καροτενοειδή (προβιταμίνη Α) Η σύνθεση του εκτός των άλλων περιέχει βιταμίνη C, βιταμίνη E και κάλιο. Είναι ένα σκούρο κόκκινο ,συνήθως άοσμο λάδι που λαμβάνεται από τα καρότα. Το καροτέλαιο αναμιγνύεται με όλα τα λίπη και τα έλαια και είναι διαλυτό στους διαλύτες λιπών και ελαίων. Προσβάλλεται εύκολα από το νερό και είναι ευαίσθητο στο οξυγόνο της ατμόσφαιρας, ενώ δεν πρέπει να θερμαίνεται σε θερμοκρασία μεγαλύτερη των 60 C. Πρέπει να φυλάσσεται σε σκούρα δοχεία και σε δροσερό μέρος. Η περιεκτικότητά του σε β-καροτίνη υπολογίζεται 3.300γρ καρότου περίπου. Επίσης περιέχει όλα τα λιποδιαλυτά δραστικά συστατικά που περιέχονται στα καρότα. Το καροτέλαιο είναι ένα ακριβό φυτικό λάδι με πολλά δραστικά συστατικά και χρησιμοποιείται σε βιταμινούχες κρέμες (σε προσθήκη 2,5 %),σε λάδια αλλά και σε μάσκες προσώπου. Επίσης χρησιμοποιείται ως δραστικό συστατικό σε πολλά γαλακτώματα καθώς και φυσική χρωστική σε κρέμες και λάδια. Είναι αντιγηραντικός παράγοντας, ενισχύει το μαύρισμα και παρέχει μικρή αντηλιακή προστασία.



Εικόνα 4.3 Καροτέλαιο

#### 4.5 ΕΚΧΥΛΙΣΜΑ ΧΑΜΟΜΗΛΙΟΥ

Το χαμομήλι είναι χαμηλό, αρωματικό, μονοετές φυτό με διαιρεμένα φύλλα και άνθη σαν μαργαρίτες. Οι αρχαίοι Έλληνες το ονόμασαν «μήλο χαμαί», και σημαίνει το μήλο της γης επειδή πίστευαν ότι μύριζε σαν μήλο. Υπάρχουν δύο είδη χαμομηλιού με φαρμακευτικές ιδιότητες. Το *Matricaria Chamomilla* ή αλλιώς *Matricaria recutita* γνωστό ως γερμανικό χαμομήλι και το *Chamaemelum nobile* γνωστό ως ρωμαϊκό χαμομήλι. Μοιάζουν αρκετά στην εμφάνιση, αλλά το γερμανικό χαμομήλι, που είναι και το πιο διαδεδομένο, θεωρείται ανώτερο ποιοτικά και πιο δραστικό.

Το εκχύλισμα χαμομηλιού προέρχεται από την επεξεργασία των ανθών του φυτού με την μέθοδο της εκχύλισης. Το χαμομήλι περιέχει πλήθος δραστικών ουσιών με θεραπευτικές ιδιότητες, όπως πτητικά έλαια, φλαβονοειδή, κουμαρίνες, ταννίνες, βαλεριανικό οξύ, σεσκιτερπένια, σαλικυλικά, μεταλλικά στοιχεία και ιχνοστοιχεία, κυανογόνα και γλυκοσίδια.



Εικόνα 4.4 Εκχύλισμα χαμομηλιού

Το χαμομήλι είναι γνωστό για τις καταπραϋντικές, αντιοξειδωτικές, ηρεμιστικές, αντισηπτικές, αντιβακτηριδιακές αλλά και αντιγηραντικές του ιδιότητες. Έρευνες που έγιναν τα τελευταία χρόνια έδειξαν πως το χαμομήλι έχει ισχυρή αντιφλεγμονώδη δράση (η οποία φαίνεται να οφείλεται στην ουσία  $\alpha$ -bisabolol). Συμβάλει στη φυσική "απολέπιση" και αναγέννηση της επιδερμίδας λόγω της δραστικής ουσίας απιγενίνη. Το χαμομήλι κυρίως λόγω της καταπραϋντικής του δράσης, είναι ιδανικό για πρησμένα και κουρασμένα μάτια. Έχει πολύ καλή δράση κατά της ακμής, των

ηλιακών εγκαυμάτων και των τσιμπημάτων από έντομα, χρησιμοποιείται για εκδορές και επουλώσεις πληγών.

#### 4.6 ΕΚΧΥΛΙΣΜΑ ΑΓΓΟΥΡΙΟΥ

Για το εκχύλισμα χρησιμοποιείται ο καρπός του φυτού αγγουριάς το είδος του οποίου είναι γνωστό ως *cucumis sativus*. Ο χυμός του αγγουριού είναι πλούσιος σε βιταμίνες Α, Β, C και θείο. Ιδανικός για την περιποίηση της λιπαρής επιδερμίδας. Χρησιμοποιείται άριστα σαν στυπτική τονωτική λοσιόν, μετά από το καθάρισμα της επιδερμίδας. Το εκχύλισμα αγγουριού συνιστάται για να σκευάσει καλλυντικά προϊόντα με ενυδατικές, αναζωογονητικές, αποσυμφορητικές και καταπραυντικές δράσεις και καλλυντικά προϊόντα που αποσκοπούν στην προστασία του δέρματος και την ακεραιότητα των μαλλιών ενάντια στις οξειδωτικές διαδικασίες.



Εικόνα 4.5 Εκχύλισμα αγγουριού

Το αγγούρι αποτελείται κυρίως από νερό που είναι περισσότερο από 96%. Άλλα συστατικά του *cucumis sativus* είναι λιπαρά οξέα, βιταμίνες, αμινοξέα, φυτοστερόλες, φαινολικό οξύ και cucurbitacins. Γλυκοζίτες, στεροειδή, φλαβονοειδή, υδαάνθρακες, τερπενοειδή και τανίνες απομονώθηκαν σε ένα υδατικό εκχύλισμα. Τα σημαντικότερα λιπαρά οξέα στα αγγούρια είναι το παλμιτικό οξύ, λιγνολαϊκό οξύ και λινολενικό οξύ. Μπορεί να χρησιμοποιηθεί σε μεγάλες ποσότητες στην υδατική φάση ως αντικαταστάτης του νερού.

#### 4.7 ΤΣΑΙ ΤΟΥ ΒΟΥΝΟΥ

Το γένος *Sideritis* περιλαμβάνει περισσότερα από 140 είδη και υποείδη που ευδοκίμούν κυρίως στο βόρειο ημισφαίριο. Η Ελλάδα είναι ιδιαίτερα πλούσια σε ενδημικά είδη του φυτού και μάλιστα ποικίλλοντας κατά διαμερίσματα από τη Μακεδονία μέχρι την Κρήτη και σε υψόμετρο που κυμαίνεται από 500 έως 2000 μέτρα. Το

είδος *Sideritis scardica* (Griseb) ή κοινώς τσάι του Ολύμπου, είναι πολυετές ποώδες φυτό που αυτοφύεται σε βραχώδη μέρη και σε υψόμετρο πάνω από 1.000μ., στον Όλυμπο, στον Κίσσαβο και στο Πήλιο. Στην Ελλάδα είναι γνωστό από την αρχαιότητα και αναφέρεται από το Θεόφραστο (372-287 π.Χ.) και τον Διοσκουρίδη (10 μ.Χ. αιώνα). Το επιστημονικό του όνομα *Sideritis* προέρχεται από τη λέξη σίδηρος και κατά μια εκδοχή δόθηκε στο φυτό, εξαιτίας της ικανότητάς του να θεραπεύει τις πληγές που προκαλούνται από σιδερένια αντικείμενα. Σύμφωνα με άλλη, επειδή αποτελεί φυσική πηγή σιδήρου, αφού στα ροφήματα που παρασκευάζονται από αυτό περιέχεται αρκετός σίδηρος. Μια τρίτη άποψη υποστηρίζει ότι η ονομασία του οφείλεται στο σχήμα των δοντιών του κάλυκα, που μοιάζουν με αιχμή λόγχης. Το αφέψημα από το φυτό προτιμάται πολύ από τους Έλληνες, ειδικά τους χειμερινούς μήνες, λόγω της ευεργετικής του επίδρασης σε κρυολογήματα και φλεγμονές του ανώτερου αναπνευστικού συστήματος, ιδιότητες που ενισχύονται με την προσθήκη μελιού.



Εικόνα 4.6 Τσάι του βουνού

Το τσάι του βουνού πέρα από τις θεραπευτικές του ιδιότητες διαθέτει και πολλές καλλυντικές ιδιότητες όπως αντιοξειδωτικές, αντιγηραντικές, αποτοξινωτικές, επουλωτικές που κάνουν το εκχύλισμα σιδερίτη κατάλληλο για θεραπεία ουλών από ακμή. Ο σιδερίτης έχει την μοναδική ιδιότητα να προκαλεί ανανέωση των κυττάρων. Προσφέρει επίσης προστασία στα μαλλιά.

## 4.8 ΣΠΑΘΟΧΟΡΤΟ

Αποτέλεσε το περίφημο ίαμα των αρχαίων Σπαρτιατών, με το οποίο θεράπευαν τις πληγές τους μετά τις μάχες, ενώ το πρότειναν οι θεραπευτές της εποχής για την αντιμετώπιση της κατάθλιψης και του έλκους στομάχου. Αναγνωρισμένο για τις πολλές του ιδιότητες, το σπαθόλαδο κατάφερε να διατηρηθεί ως «απαραίτητο γιατρικό», από αρχαιοτάτων χρόνων έως σήμερα, παρά το γεγονός ότι δεν είναι ευρέως γνωστό πού μπορεί να το βρει κανείς ή πώς να το παρασκευάσει. Το φυτό αυτό διακρίνεται, όχι μόνο για το έντονο κίτρινο χρώμα του, αλλά και για τις πολλές θεραπευτικές του ιδιότητες - αντισηπτικές, αντιοξειδωτικές, αντιφλεγμονώδεις, στυπτικές και επουλωτικές. Βοηθά δε σημαντικά, όπως λέγεται, στην αντιμετώπιση της ισχιαλγίας, των ρευματικών. Μεταξύ άλλων περιέχει υπερικίνη και ψευδο-υπερικίνη, φλαβονοειδή (16% στα φύλλα), ξανθόνες, φαινολικά οξέα, αιθέρια έλαια (0,13% σε ολόκληρο το φυτό).



Εικόνα 4.7 Σπαθόλαδο

Οι αναλγητικές ιδιότητες του βοτάνου είχε ειπωθεί πρώτα ότι οφείλονταν στις ουσίες hypericin, pseudohypericin και στα φλαβονοειδή, αλλά σύμφωνα με πρόσφατες φαρμακολογικές και κλινικές μελέτες τα αποτελέσματα επικεντρώνονται σε μια κυρίως δραστική ουσία του, τη hyperforin. Σήμερα αποτελεί ένα από τα σημαντικότερα φυτικά και φυσικά προϊόντα που υποβοηθούν την υγεία του ανθρώπου. Ισχιαλγίες, πληγές, εγκαύματα, μώλωπες,

στομαχικές διαταραχές, γαστρεντερίτιδες, ελαφράς μορφής έλκη, στομαχόπονοι, πόνοι των αρθρώσεων, αντιφλεγμονώδεις, αντισηπτικές, αντιοξειδωτικές και πολλές ακόμη ιδιότητες το κατατάσσουν μεταξύ των πιο ωφέλιμων για τον άνθρωπο βοτανολογικών σκευασμάτων. Επίσης, με το σπαθόλαδο γίνονται επαλείψεις ή ελαφρές εντριβές στο μέρος που πονά ή μπορούμε ακόμη να εφαρμόσουμε τοπικά επιθέματα με διαποτισμένη γάζα. Επίσης, είναι ιδανικό για κάθε θεραπευτικό ή χαλαρωτικό μασάζ - μπορεί να εμπλουτισθεί με αιθέρια έλαια ανάλογα.

#### **4.9 ΚΑΛΕΝΤΟΥΛΑ**

Η καλέντουλα πρωτομπήκε στην οικογένεια των καλλυντικών παρασκευασμάτων το 1935. Είναι λιποδιαλυτή ουσία, σταθερή που δεν οξειδώνεται εύκολα. Έχει ήπια αντιφλεγμονώδες δράση, ιαματική ιδιότητα σε περιπτώσεις πληγών και μικροτραυμάτων αλλά και «αντιγηραντική» και «αντιοξειδωτική» δράση.

Χρησιμοποιείται ευρέως και στην ομοιοπαθητική ιατρική (κυρίως η *calentula officinalis*). Δεν μπορεί να παραχθεί εργαστηριακώς. Προέρχεται από το εκχύλισμα αποξηραμένων λουλουδιών ή φυτών αυτής, χρώματος κίτρινου ή πορτοκαλί. Η καλέντουλα περιέχει : καροτινοειδές και σαπωνίτη αλλά και τριπερπένια και πολυσακχαρίδια. Μπορεί να ενσωματωθεί σε αλκοολούχα διαλύματα και λιπαρά έκδοχα όπως κρέμες, έλαια αλλά και κραιγιόν. Προτιμάται ιδιαίτερος για τα βρεφικά προϊόντα αλλά και τα προϊόντα για την ανδρική περιποίηση (προϊόντα για μετά το ξύρισμα). Αρκετά διαδεδομένο στη χρήση του είναι το έλαιο της καλέντουλα Η καλέντουλα υπάρχει σε δύο ποικιλίες :

- *Calendula officinalis* – χρώματος κίτρινου.
- *Calendula arvensis* – χρώματος πορτοκαλί.



Εικόνα 4.8 Καλέντουλα

#### 4.10 ΛΑΔΙ ΣΤΑΦΥΛΙΟΥ

Το σταφύλι στις θεραπείες ομορφιάς σαν βασικό συστατικό για ζελέ, για έλαια, μάσκες ομορφιάς, για κρέμες, αφρόλουτρα εφαρμόζοντας το στο πρόσωπο ή στο σώμα χαρίζει την απόλαυση ενός αναζωογονημένου δέρματος. Μια γνήσια φόρμουλα ενυδάτωσης, τροφής, βαθύ καθαρισμού, αντιγήρανσης. Τα κόκκινα σταφύλια έχουν μεγάλη περιεκτικότητα σε τανίνες και αντιοξειδωτικά συστατικά που προστατεύουν τα ευαίσθητα και λεπτά δέρματα. Στις ρώγες του σταφυλιού περιέχεται τανταρικό οξύ (α-υδροξυοξύ), με ενυδατικές και επανορθωτικές ιδιότητες και βοηθά στη λείανση της επιδερμίδας. Στην φλούδα που καλύπτει τους σπόρους του σταφυλιού υπάρχουν πολυφαινόλες για την πρόληψη της γήρανσης. Στους σπόρους υπάρχουν οξέα πλούσια σε βασικές ουσίες και ιδιαίτερα λινολεϊκό οξύ με δράση ενυδατική και θρεπτική.



Εικόνα 4.9 Λάδι σταφυλιού

#### 4.11 ΡΟΔΕΛΑΙΟ

Το ροδέλαιο διαθέτει σημαντικές ενυδατικές και μαλακτικές ιδιότητες (για αυτό και χρησιμοποιείται τόσο συχνά σε κρέμες και άλλα καλλυντικά), βελτιώνει την υφή της επιδερμίδας, συντελεί στην αναδόμηση των κυττάρων, ενώ λειτουργεί ευεργετικά για δέρμα με ρυτίδες, κοκκινίλες ή και έκζεμα, ακόμα και στα παιδιά.



Εικόνα 4.10 Ροδέλαιο

#### 4.12 ΜΑΣΤΙΧΑ ΧΙΟΥ

Το μαστιχόδενδρο είναι δένδρο αειθαλές, ανήκει στην οικογένεια *Pistacia lentiscus* L. και φύεται κατά κύριο λόγο στις ακτές της ανατολικής λεκάνης της Μεσογείου. Από τη συγκεκριμένη οικογένεια μόνο η ποικιλία *Pistacia lentiscus* L. var. Chia, που καλλιεργείται συστηματικά στο νότιο τμήμα της νήσου Χίου, παράγει την πιο εκλεκτή και μοναδική για τις θεραπευτικές δράσεις φυσική Μαστίχα.. . Σημαντική ερευνητική δραστηριότητα έχει πραγματοποιηθεί γύρω από την αντιμικροβιακή δράση του αιθέριου ελαίου της μαστίχας – μαστιχέλαιο. Στις μελέτες που έχουν πραγματοποιηθεί, διερευνάται ο περιορισμός του ρυθμού αύξησης αλλά και η θανάτωση μικροβίων, βακτηρίων και παθογόνων μικροοργανισμών, όταν στα υποστρώματα ανάπτυξης έχει προστεθεί μαστιχέλαιο, το αιθέριο έλαιο της μαστίχας Χίου.





Εικόνα 4.11 Μαστιχόδεντρο

Τα συμπεράσματα των μελετών, επιβεβαιώνουν τη σημαντική αντιμικροβιακή και αντιμυκητιακή δράση του μαστιχελαιίου, γεγονός που ενθαρρύνει την αξιοποίηση του, ως συστατικό φαρμακευτικών και άλλων σκευασμάτων προστασίας και περιποίησης. (Ένωση μαστιχοπαραγωγών Χίου) Η αρχαία πεποίθηση ότι η μαστίχα έχει θεραπευτικές και καλλυντικές ιδιότητες υποστηρίζεται σήμερα από σύγχρονες επιστημονικές πια έρευνες. Η σύγχρονη κοσμετολογία έχει αρχίσει να χρησιμοποιεί τις κλινικά ελεγμένες και αποδεδειγμένες αντιμικροβιακές, αντιοξειδωτικές, αντιφλεγμονώδεις και θεραπευτικές ιδιότητες της μαστίχας. Η αντιοξειδωτική δράση έχει εφαρμογή ιδιαίτερα σε καλλυντικά με υψηλή περιεκτικότητα σε ευπαθή φυτικά συστατικά ( π.χ. έλαια με υψηλά ποσοστά EFA) για την προστασία του ίδιου του προϊόντος. Επιπλέον δε σε προϊόντα με ισχυρισμό αντιγηραντικής δράσης απαιτείται η ενσωμάτωση αντιοξειδωτικών συστατικών. Τα καλλυντικά που είναι εμπλουτισμένα με μαστιχέλαιο ή εκχυλισμα μαστίχας εγγυώνται καθαρισμό του δέρματος σε βάθος και προσφέρουν προστασία κατά του γήρατος. Συγχρόνως, ελέγχοντας την έκκριση σμήγματος, ελαττώνουν σημαντικά τα προβλήματα λιπαρής επιδερμίδας όπως είναι η γυαλάδα του δέρματος. Επειδή ενισχύεται η σύνθεση του κολλαγόνου, η συχνή χρήση βοηθάει στην καταπολέμηση ρυτίδων και εξασφαλίζει τη μεγαλύτερη ελαστικότητα του δέρματος.

Το μαστιχέλαιο επίσης βελτιώνει τη γενικότερη εμφάνιση της επιδερμίδας και την ενυδατώνει σε βάθος ενώ έχει ιδιαίερωσ θετική επίδραση στους τύπους επιδερμίδας με τάση για ακμή και μαύρα στίγματα. Σήμερα κυκλοφορούν στην αγορά πολλά καλλυντικά προϊόντα με μαστίχα Χίου όπως κρέμες προσώπου και σώματος, σαπούνια, αφρόλουτρα και σαμπουάν.

#### 4.13 ΑΛΟΗ

Είαι γνωστό ότι η Νεφερτίτη και η Κλεοπάτρα χρησιμοποιούσαν αλόη για τις κούρες ομορφίας τους. Τελευταία, η αλόη έχει γίνει παράδοση στην καλλυντική φροντίδα, αποτελώντας σημαντικό συστατικό πολλών ειδών καλλυντικών. Ο καθαρισμός του προσώπου είναι απαραίτητος για τη διατήρηση της απαλότητας και της στιλπνότητας του προσώπου. Αυτό έχει ιδιαίτερη σημασία, καθώς το δέριμα εκτίθεται σε τόσα στοιχεία, " όπως: αέρα, σκόνη και ήλιο, τα οποία προκαλούν απώλεια κάποιων από τα χαρακτηριστικά που του προσδίδουν νεανική εμφάνιση.



Εικόνα 4.12 Αλόη

Η αλόη περιέχει δύο συστατικά: λιγνίνη (κυτταρίνη) και πολυσακχαρίτες (υδατάνθρακες), τα οποία πραγματικά διαπερνούν τις τρεις στιβάδες του δέρματος, την επιδερμίδα, τη δερμίδα και την υποδερμίδα, και απομακρύνουν βακτηρίδια και λιπώδεις συλλογές που αποφράσσουν τους πόρους. Επιπλέον, τα φυσικά θρεπτικά στοιχεία, όπως τα μεταλλικά άλατα, οι βιταμίνες, τα 19 αμινοξέα και τα ένζυμα, διεγείρουν την αναπαραγωγή των κυττάρων, αντικαθιστώντας τα νεκρά κύτταρα του δέρματος. Εάν τη επιδερμίδα δεν μπορεί να απομακρύνει αυτά τα νεκρά κύτταρα και τις λιπαρές ουσίες, οι πόροι του δέρματος αποφράσσονται και οι ιδρωτοποιοί αδένες δεν μπορούν να λειτουργήσουν σωστά. 89 Αρχίζουν έτσι να αναπτύσσονται λοιμώξεις στο δέρμα. Χάρη στις αναγεννητικές, επουλωτικές, τονωτικές και διεισδυτικές της ικανότητες, η αλόη χρησιμοποιείται στην κατασκευή υδατικών κρεμών, κρεμών νύχτας, μασκών, σαμπουάν, τονωτικών κρεμών και γαλακτωμάτων καθαρισμού, κ.λ.π.

Χρησιμοποιείται επίσης για την κατασκευή αντηλιακών και άλλων λοσιόν προστασίας του δέρματος. Η αλόη χρησιμοποιείται επίσης σε κρέμες για μυϊκά και ρευματικά άλγη και δυσκαμψία. Επίσης, σε μορφή ζελατίνης, χρησιμοποιείται για την καταπολέμηση της ακμής. Η αλόη συνδυάζεται εύκολα με πολλά διαφορετικά φυσικά προϊόντα και προϊόντα καθημερινής χρήσης, όπως σαμπουάν και προϊόντα καθαρισμού.

Επιπρόσθετα, η aloe vera:

- Διεισδύει σε βάθος στο δέρμα
- Βοηθά την πέψη
- Αναγεννά τα κύτταρα
- Έχει αποτοξινωτική δράση
- Απομακρύνει νεκρά κύτταρα
- Ενυδατώνει το δέρμα (κερατολυτική δράση)
- Είναι θρεπτική
- Έχει αντιβιοτική δράση
- Έχει καλλυντική ενέργεια
- Παρέχει ενέργεια
- Προάγει την απομάκρυνση των τοξινών
- Βελτιώνει την αφομοίωση θρεπτικών στοιχείων
- Προωθεί την αναγέννηση των κυττάρων
- Αυξάνει τα επίπεδα ενέργειας

#### 4.13.1 ΤΟ ΦΥΤΟ ΤΗΣ ΑΛΟΗΣ ΚΑΙ ΟΙ ΕΥΕΡΓΕΤΙΚΕΣ ΙΔΙΟΤΗΤΕΣ ΣΤΟ ΔΕΡΜΑ

Το τζελ Αλόης Βέρα είναι γνωστό από την αρχαιότητα και είναι φημισμένο για την εξαιρετική δράση του σε εγκαύματα, τραυματισμούς και δερματικά προβλήματα. Συνήθως τα καλλυντικά προϊόντα διαπερνούν μόνον τις πρώτες δύο στοιβάδες του δέρματος, ενώ τα θρεπτικά συστατικά της Αλόης φτάνουν σχεδόν μέχρι την 7η στοιβάδα. Το τζελ απορροφάται από το δέρμα 3-4 φορές γρηγορότερα από το νερό, ενώ κάποιες φορές μπορεί να φτάσει και μέχρι τους ιστούς στο εξωτερικό των οστών. Για την καλλυντική περιποίηση του προσώπου, οι γυναίκες εκτιμούν τις ιδιότητες θρέψης και ανάπλασης που έχει η Αλόη Βέρα. Η αυξημένη λειτουργία των ινοβλαστών βοηθά στην εναπόθεση κολλαγόνου πρωτεΐνης στο δέρμα, λειαίνει την επιδερμίδα και την κάνει ελαστική και νεανική.

Η ενεργοποίηση των ενζύμων του χυμού της Αλόης δρα καταπραϋντικά, ελαττώνει τις φλεγμονές και τον πόνο. Στην περιποίηση προβληματικού δέρματος, όπως νευροδερματίτιδα, ψωρίαση, ακμή και εκζέματα δέρματος, χρησιμοποιείται ο χυμός της Αλόης Βέρα εσωτερικά και το τζελ εξωτερικά. Το δέρμα τροφοδοτείται με θρεπτικά συστατικά και η ανάπτυξη των κυττάρων υποκινείται κατά 6-8 φορές. Το δέρμα προστατεύεται από αφυδάτωση και από βλαβερές περιβαλλοντικές επιδράσεις. Λόγω του συνεχώς αυξανόμενου προβλήματος της τρύπας του όζοντος, το δέρμα μας είναι εκτεθειμένο σε επιθετικές ακτίνες UV.

- Το τζελ της Αλόης βοηθά την επιδερμίδα ν' αναπλαστεί γρηγορότερα και να εξισορροπηθούν καλύτερα οι επιβαρύνσεις από τις ακτίνες
- επιταχύνει τη διαδικασία ανάπλασης σε ηλιακά εγκαύματα και εγκαύματα 2ου και 3ου βαθμού. Ο φυσικός αντηλιακός δείκτης 2 - 3 βαθμών στο τζελ της Αλόης προστατεύει την επιδερμίδα άμεσα από τις συνέπειες της ηλιακής ακτινοβολίας
- ρυθμίζει πολύ καλά την ενυδάτωση του δέρματος, προστατεύει από αφυδάτωση, τεντώνει την επιδερμίδα και την κάνει λεία και ελαστική.
- Σε χαλαρή επιδερμίδα, το τζελ της Αλόης διεγείρει την ανάπτυξη νέων κυττάρων κατά 7 φορές και έτσι μπορεί πιο γρήγορα να εναποτεθεί το κολλαγόνο στο δέρμα.

- Το τζελ της Αλόης τροφοδοτεί το δέρμα με αναζωογονητικά θρεπτικά συστατικά, λιγνίνες και πολυσακχαρίτες, τα οποία εν μέρει φτάνουν και στις 7 στοιβάδες του δέρματος και αποθηκεύονται εκεί στα ζωντανά κύτταρα.
- Τα ένζυμα της Αλόης επιτυγχάνουν μία διαδικασία απολέπισης, κατά την οποία απομακρύνονται τα νεκρά κύτταρα από την επιφάνεια της επιδερμίδας.
- Η Βιταμίνη Ε στην Αλόη Βέρα βελτιώνει την οξυγόνωση των ιστών, ενισχύει την κυκλοφορία του αίματος και δρα ενάντια στην πρόωρη γήρανση και τον σχηματισμό ρυτίδων.
- Το τζελ Αλόης Βέρα φροντίζει τον φυσικό όξινο προστατευτικό μανδύα του δέρματος και προστατεύει από βλαβερές περιβαλλοντικές επιδράσεις
- βοηθά ν' αποβληθούν πιο εύκολα ο ιδρώτας και οι τοξίνες. Μπορεί να χρησιμοποιηθεί ως φυσικό αποσμητικό κάτω από τις μασχάλες και δεν επιφέρει αλλεργικές αντιδράσεις. Τα κοινά αποσμητικά μπορεί να περιέχουν Βαριά τοξικά μέταλλα, που πηγαίνουν μέσω των λεμφαδένων στο στήθος και έτσι μπορούν να προκαλέσουν καρκίνο του μαστού.
- Για την απώθηση των εντόμων μπορεί να γίνει επάλειψη προσώπου και σώματος με χυμό Αλόης. Το φυσικό οξύ της Αλόης απωθεί τα έντομα.
- Στα τσιμπήματα εντόμων, μπορεί να γίνει επάλειψη για αποστείρωση και δροσιά. Και τα επιθέματα με χυμό Αλόης βοηθούν.
- Εγκαύματα, κοψίματα και εκδορές επουλώνονται πιο γρήγορα εάν χρησιμοποιηθεί εξωτερικά τζελ Αλόης. Εδώ βοηθά ένα συγκεκριμένο ένζυμο να μειωθεί ο πόνος γρηγορότερα.

Ουλές από τραύμα ή χειρουργείο μπλοκάρουν πάντα τη ροή ενέργειας στο σώμα. Η τομή μπορεί ν' αναπλαστεί και να γίνει λεία και απαλή, εάν επαλείφεται συνεχώς με χυμό ή τζελ Αλόης.

## ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. Δερματολογίας - Αφροδισιολογίας, Ανδρέας Δ. Κατσαμπάς, Αθήνα 2001.
2. Κουσκούκης Κωνσταντίνος, Δερματολογία-Αφροδισιολογία, Αθήνα, 1987.
3. Χατζής Ιωάννης, Βασική Δερματολογία-Αφροδισιολογία, Τόμος Α΄, Αθήνα, 1994, Ιατρικές Εκδόσεις Λίτσας.
4. Gerson Joel, Στοιχεία δερματολογίας, Αθήνα, 1997, Εκδόσεις Ίων
5. Βέγκος Αναγνώστης, Κοσμητολογία, Αθήνα, 2004, Εκδοτικός οίκος interbooks
6. Πέττα Μαρία, Αισθητική Προσώπου I, Θεσσαλονίκη, 2002, Τεχνολογικό Εκπαιδευτικό Ίδρυμα Θεσσαλονίκης.
7. Δερβίσογλου Κυριακή, Αισθητική Προσώπου II, Θεσσαλονίκη, 2002, Τεχνολογικό Εκπαιδευτικό Ίδρυμα Θεσσαλονίκης.
8. Δερβίσογλου Κυριακή, Αισθητική Προσώπου III, Θεσσαλονίκη, 2002, Τεχνολογικό Εκπαιδευτικό Ίδρυμα Θεσσαλονίκης
9. Ηλίου Αλεξάνδρα, Σημειώσεις δερματολογίας I, Θεσσαλονίκη, 2001, Τεχνολογικό Εκπαιδευτικό Ίδρυμα Θεσσαλονίκης
10. Ηλίου Αλεξάνδρα, Σημειώσεις δερματολογίας IV, Θεσσαλονίκη, 2008.
11. Λεονταρίδου Ιωάννα, Αποτρίχωση I, Θεσσαλονίκη, 2004, Τμήμα Εκδόσεων Τ.Ε.Ι. Θεσσαλονίκης
12. Δρ. Χρήστος Δούκας, «Κοσμετολογία I», Θεσσαλονικη 1998 Αλεξάνδρειο Τεχνολογικό Εκπαιδευτικό Ίδρυμα Θεσσαλονικης
13. Δούκας Χρήστος, Κοσμητολογία II, Θεσσαλονίκη, 2006, Αλεξάνδρειο Τεχνολογικό Εκπαιδευτικό Ίδρυμα Θεσσαλονίκης.
14. Hunter Carol, Φυσική ομορφιά, Αθήνα, 1983, 1η Ελληνική Έκδοση, Εκδόσεις Κονιδάρη.

15. Σαβόνα Νάταλι, Χόλφορντ Πάτρικ, Τέλεια επιδερμίδα, Αθήνα, 2001, Εκδόσεις Κέδρος.

## ΙΣΤΟΣΕΛΙΔΕΣ

1. <https://bioximikos.gr/topics/physiology-anatomy/100-anatomia-dermatos>
2. <http://enallaktikidrasi.com/2017/04/aloe-idiotites-xriseis/>
3. <http://enallaktikidrasi.com/2016/06/amygdalelaio-idiotites-xrisi/>
4. <http://www.beautyview.gr/makigiaz/%CF%84%CE%BF-%CE%BC%CE%B1%CE%BA%CE%B9%CE%B3%CE%B9%CE%AC%CE%B6-%CF%83%CF%84%CE%B7%CE%BD-%CE%B1%CF%81%CF%87%CE%B1%CE%AF%CE%B1-%CE%B5%CE%BB%CE%BB%CE%AC%CE%B4%CE%B1>
5. [https://greennaturalbeauty.blogspot.gr/2013/10/blog-post\\_13.html](https://greennaturalbeauty.blogspot.gr/2013/10/blog-post_13.html)
6. <http://ingolden.gr/in/%CE%BC%CE%B1%CE%BA%CE%B9%CE%B3%CE%B9%CE%AC%CE%B6-%CE%B9%CF%83%CF%84%CE%BF%CF%81%CE%AF%CE%B1-%CE%BA%CE%B1%CE%B9-%CE%B5%CE%BE%CE%AD%CE%BB%CE%B9%CE%BE%CE%B7/>
7. <http://ingolden.gr/in/%CE%BA%CE%B1%CE%B8%CE%B1%CF%81%CE%B9%CF%83%CE%BC%CF%8C%CF%82-%CE%B7-%CE%B2%CE%AC%CF%83%CE%B7-%CF%84%CE%B7%CF%82-%CE%BF%CE%BC%CE%BF%CF%81%CF%86%CE%B9%CE%AC%CF%82/>
8. <https://www.grelia.gr/gr/blog/to-elaiolado-stin-arxaiotita-98>
9. <http://iatrognosi.gr/ViewArticle.aspx?trid=1&tid=55>

10. <http://skingurus.gr/show/?id=1114>
11. <http://skingurus.gr/show/?id=1074>
12. [http://www.alternativenaturally.com/event.asp?id\\_newsdata=2109#sthash.0PSVx6to.dpbs](http://www.alternativenaturally.com/event.asp?id_newsdata=2109#sthash.0PSVx6to.dpbs)
13. <http://www.care.gr/post/1731/katharismos-vathys>
14. <http://www.care.gr/post/1732/enydatosi>
15. <http://www.biokalcosmetics.gr/%CF%83%CF%85%CF%83%CF%84%CE%B1%CF%84%CE%B9%CE%BA%CE%B1>