

**ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΙΔΡΥΜΑ
ΣΧΟΛΗ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΩΝ ΥΓΕΙΑΣ ΠΡΟΝΟΙΑΣ
ΤΜΗΜΑ ΔΙΣΘΗΤΙΚΗΣ**

ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ ΜΕ ΤΙΤΛΟ

ΟΞΕΑ ΦΡΟΥΤΩΝ – ΕΛΕΥΘΕΡΕΣ ΡΙΖΕΣ

ΣΠΟΥΔΑΣΤΡΙΕΣ :

Βυζιώτου Κυριακή

Κουρέα Σωτηρία

Επιβλέπουσα : Κ. ΔΕΡΒΙΣΟΓΛΟΥ

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ 1998

**ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΙΔΡΥΜΑ
ΣΧΟΛΗ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΩΝ ΥΓΕΙΑΣ ΠΡΟΝΟΙΑΣ
ΤΜΗΜΑ ΔΙΣΘΗΤΙΚΗΣ**

Ανατομία και φυσιολογία του ανθρώπινου σώματος 34
Αρχές της διατροφής 37

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4 39
Ο γιατρός, ο ασθενής και το ΑΣΑ 39

ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ ΜΕ ΤΙΤΛΟ 46

ΟΞΕΑ ΦΡΟΥΤΩΝ – ΕΛΕΥΘΕΡΕΣ ΡΙΖΕΣ 46
Απορρόφηση και μεταβολισμός των υδατανύων 47
Αιδιασμός υδατανύων και μεταβολισμός 50
Οδηγίες προς κατασκευαστές και διανομείς 51
Αντικαρκινική δράση 52

ΣΠΟΥΔΑΣΤΡΙΕΣ : 53
Βυζιώτου Κυριακή 54
Κουρέα Σωτηρία 55

Ελεύθερες ρίζες και νόσος 58
Τρόπος κίνησης για την υγεία μας 59
Αντιοξειδωτικά παράγοντα 60
Επιβλέπουσα : Κ. ΔΕΡΒΙΣΟΓΛΟΥ 61

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 61
Δίαιτα καλλυντικών προϊόντων με ΑΣΑ 61

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ 1998

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΣΕΛΙΔΕΣ

Αποτελέσματα της χρήσης των ΑΗΑ	34
Αρνητικές συνέπειες	37
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4	39
Ο γιατρός, αισθητικός και τα ΑΗΑ	39
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5	46
Τρόπος εφαρμογής και θεραπείες	46
Απαραίτητες διαδικασίες για τη χρήση των ΑΗΑ	49
Διδακτικές υποχρεώσεις κατασκευαστών	50
Οδηγίες προς κατασκευαστές και διανομείς	51
Ανακεφαλαίωση-άποψη	52
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 6	54
Ελεύθερες ρίζες	54
Επίδραση στο δέρμα	55
Ελεύθερες ρίζες και νόσος	58
Τοξικός κίνδυνος για την υγεία μας	59
Αντιοξειδωτικοί παράγοντες	61
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ	64
Λίστα καλλυντικών προϊόντων με ΑΗΑ	64

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΣΕΛΙΔΕΣ

ΕΙΣΑΓΩΓΗ	1
Δομή δέρματος	1
Ενυδάτωση δέρματος	4
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1	6
Α-υδροξυοξέα	6
Ιστορική αναδρομή	6
Ορισμός-Είδη οξέων	7
Γλυκολικό οξύ	10
Οξέα φρούτων και τιμή pH	13
Προετοιμασία των ΑΗΑ	15
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2	17
Τύποι δέρματος	17
Παθήσεις δέρματος	18
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3	22
Οι δράσεις των ΑΗΑ	22
Χρήση γλυκολικού οξέως από την αισθητικό	26
Επικινδυνότητα των οξέων	27
Χρήση των ΑΗΑ τους καλοκαιρινούς μήνες	27
Αντενδείξεις του γλυκολικού οξέως	27
Μελέτη που αποδεικνύει τη βελτίωση της ακμής με τη χρήση γλυκολικού οξέος	28