

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

ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

« ΠΡΟΪΟΝΤΑ ΜΑΣΑΖ ΜΕ ΦΥΤΙΚΑ ΛΙΠΗ ΚΑΙ ΕΛΑΙΑ »

Σπουδάστρια: Όλγα Λιακοπούλου

Καθηγητής : Δρ. Χρήστος Δούκας

Θεσσαλονίκη, 2007

« Αφιερώνεται στη μητέρα μου»

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

τίτλος	σελίδα
τίτλος θέματος	2
Ευχαριστίες	3
Περιεχόμενα	4
Πρόλογος	6
Εισαγωγή	7
1^ο κεφάλαιο: ορισμός, ιστορία και χρησιμότητα του μασάζ	8
1.1 ορισμός του μασάζ	9
1.2 ιστορικά στοιχεία	10
1.3 αποτελέσματα του μασάζ	12
1.4 παράγοντες του μασάζ	12
1.5 διάγνωση	13
1.6 προκαταρκτικά του μασάζ	14
1.7 απαγορευτικές καταστάσεις και σημεία	18
1.8 ακολουθία μασάζ	18
1.9 προϊόντα μασάζ	19
2^ο κεφάλαιο: διάφορες τεχνικές του μασάζ	20
2.1 τεχνικές του μασάζ	21
2.2 τεχνική του κλασσικού ή μοντέρνου ή Σουηδικού μασάζ	21
2.3 τεχνική του μ των δακτυλικών πιέσεων	21
2.4 επεξήγηση των χειρισμών του μασάζ	22
2.5 πιέσεις	22
2.6 πλήξεις	25
2.7 δονήσεις	25
3^ο κεφάλαιο: είδη – τύποι μασάζ	27
3.1 είδη μασάζ στην Αισθητική	28
3.2 τύποι μασάζ ανάλογα με το μέρος του σώματος	29
3.3 τύποι μασάζ	30
4^ο κεφάλαιο: λίπη και έλαια	37
4.1 λίπη και έλαια από χημικής πλευράς	38
4.2 σταθερές των λιπών και ελαίων	43
4.3 αριθμός σαπωνοποίησης και αριθμός ιωδίου	44
4.4 ασαπωνοποίητα συστατικά	45
4.5 τάγγισμα	46
4.6 φυσική κατάσταση, προέλευση, φυσικές ιδιότητες	47

4.7 βρώσιμα και μη βρώσιμα λίπη και έλαια	48
4.8 φυτικά λίπη και έλαια	49
4.9 γενικός διαχωρισμός	50
4.10 χρήσεις των φυτικών λιπών και ελαίων	50
5^ο κεφάλαιο: προϊόντα μασάζ	52
5.1 προϊόντα μασάζ	
5.2 ταλκ	53
5.3 κρέμες	53
5.4 έλαια (ή λάδια)	54
6^ο κεφάλαιο: αρωματοθεραπεία – αιθέρια έλαια του μασάζ	66
6.1 ορισμός	67
6.2 ιστορικά στοιχεία της αρωματοθεραπείας	67
6.3 τι είναι τα αιθέρια έλαια	69
6.4 παραγωγή αιθερίων ελαίων	69
6.5 ιδιότητες των αιθερίων ελαίων	70
6.6 τρόπος εφαρμογής	71
6.7 οδηγίες και χρήσεις	72
6.8 αρωματοθεραπεία και αισθητική	73
6.9 αιθέρια έλαια και ο ήλιος	73
6.10 μερικά αιθέρια έλαια	74
6.11 ένα παράδειγμα αρωματοθεραπείας	81
7^ο κεφάλαιο: spa	82
7.1 ορισμός του spa	83
7.2 ιστορικά στοιχεία	83
7.3 εγκυκλοπαίδεια του spa	83
8^ο κεφάλαιο: σάπωνες	94
8.1 τι είναι οι σάπωνες και πώς παράγονται	95
8.2 ιδιότητες των σαπώνων	96
8.3 μειονεκτήματα των σαπώνων	97
8.4 διάκριση των σαπώνων	97
8.5 χρήσεις	98
επίλογος	100
παράρτημα	100
συντομογραφίες	103
γλωσσάρι	103
βιβλιογραφία	104

ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Η εργασία αυτή έγινε προκειμένου να πάρω το πτυχίο μου και συγχρόνως να εμβαθύνω τη γνώση μου σ'ένα κομμάτι της επιστήμης μου. Εξάλλου είναι μια καλή εμπειρία για μια ενδεχόμενη μελλοντική συγγραφή βιβλίου, με σχετικό θέμα.

Για την επίτευξη της πτυχιακής μου εργασίας, αρχικά ερεύνησα πολλά σχετικά θέματα από βιβλία της σχολής μου καθώς και από άλλα μη πανεπιστημιακά βιβλία. Επίσης σημαντικές πληροφορίες πήρα από τις ιστοσελίδες του Internet.

Στη συνέχεια ταξινόμησα τις γνώσεις ειδικότερα και τις σύνθεσα με τη σειρά, το βάθος και την έκταση που έκρινα.

Ευχαριστώ την αισθητικό κα Βραδέλη Άννα και το Χημικό – Συγγραφέα βιβλίων Χημείας κ. Χατζηπαναγιώτου Θεμιστοκλή για την πολύτιμη βοήθεια που μου πρόσφεραν.

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Η εργασία μου περιλαμβάνει:

- Ορισμό, ιστορικά στοιχεία για την τέχνη του μασάζ και φυσικά την χρησιμότητα του.
- Τα είδη του μασάζ, που είναι πάρα πολλά. Τις διάφορες τεχνικές του μασάζ, που ποικίλλουν από είδος σε είδος.
- Τα χρησιμοποιούμενα φυτικά λίπη και έλαια στο μασάζ, την αρωματοθεραπεία και όλα τα σχετικά που χρησιμοποιούμε, με έμφαση τα αιθέρια έλαια.
- Το spa και ότι σχετικά περιέχει ό όρος.
- Τους σάπωνες και τη χρησιμότητά τους γενικά.