

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

ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

**ΑΙΘΕΡΙΑ ΕΛΑΙΑ ΚΑΙ Η ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΤΟΥΣ
ΣΤΗΝ ΑΙΣΘΗΤΙΚΗ**



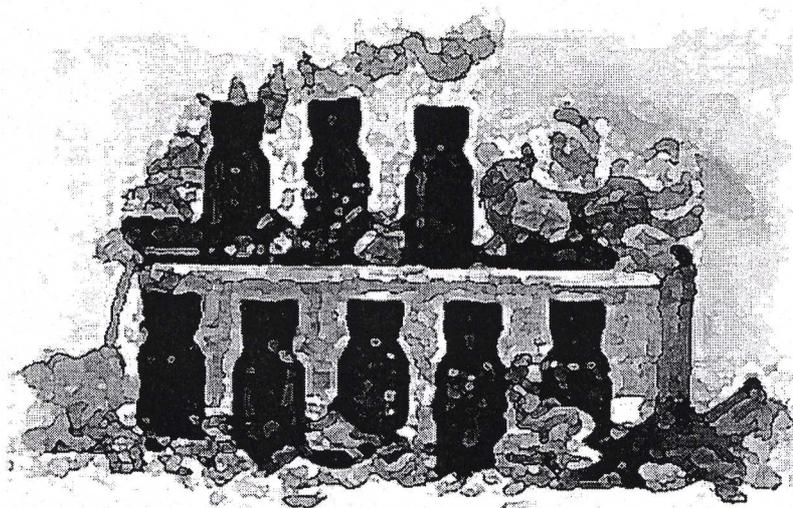
**ΣΠΟΥΔΑΣΤΡΙΑ: ΣΙΜΟΥ ΣΤΑΥΡΟΥΛΑ
ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑΚΟΣ ΣΥΝΕΡΓΑΤΗΣ: Π. ΝΕΤΤΑ-ΖΙΩΓΑ**

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ 2005

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

ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

**ΑΙΘΕΡΙΑ ΕΛΑΙΑ ΚΑΙ Η ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΤΟΥΣ
ΣΤΗΝ ΑΙΣΘΗΤΙΚΗ**



**ΣΠΟΥΔΑΣΤΡΙΑ: ΣΙΜΟΥ ΣΤΑΥΡΟΥΛΑ
ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑΚΟΣ ΣΥΝΕΡΓΑΤΗΣ: Π. ΝΕΤΤΑ-ΖΙΩΓΑ**

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ 2005

Περιεχόμενα

Κεφάλαια		σελ.
	Περιεχόμενα	1
1	Εισαγωγή	4
2	Ιστορική αναδρομή της χρήσης των αιθέριων ελαίων	6
2.1	Οι πρωτοπόροι της αρωματοθεραπείας	8
2.2	Η αρωματοθεραπεία του σήμερα	9
3	Παραγωγή ποιοτικών αιθέριων ελαίων	11
	Απόσταξη	11
	Ανθόνερα	13
	Εκχύλιση με διαλύτες	14
	Παραγωγή ρητινοειδών	15
	Εμπλουτισμός	15
4	Η χημεία των αιθέριων ελαίων	17
4.1	Πτητικότητα των αιθέριων ελαίων	18
5	Απορρόφηση των αιθέριων ελαίων	19
6	Χαρακτηριστικά αιθέριων ελαίων	21
6.1	Ιδιότητες των αιθέριων ελαίων	22
6.2	Διατήρηση των αιθέριων ελαίων	23
7	Εφαρμογές των αιθέριων ελαίων	24
	Εισπνοές	25
	Λουτρά	25
	Πλύσεις δέρματος και βλεννογόνων	25
	Επιθέματα- κομπρέσες	26
	Μασάζ	27
	Αρωματισμός χώρου	28
	Επαλείψεις-αλοιφές	29

	σελ.
8 Φυτικά έλαια-έλαια βάσεις	30
9 Αιθέρια έλαια	35
9.1 Η ονομασία των φυτών	36
9.2 Πίνακας αιθέριων ελαίων	38
9.3 Τα πιο δημοφιλή αιθέρια έλαια	40
Ποια αιθέρια έλαια χρησιμοποιούνται στην Αισθητική	40
Λεβάντα	40
Τσαγιόδεντρο	42
Χαμομήλι	43
Μέντα	44
Δεντρολίβανο	45
Ευκάλυπτος	46
Λεμόνι	48
Γεράνι	49
Πατσουλί	50
Ylang Ylang	52
Μαντζουράνα	53
Κυπαρίσσι	54
Βασιλικός	55
Λεμονόχορτο	56
Μάραθο	57
Κισσός	58
Αρχαγγελική	60
Μαϊντανός	61
Θυμάρι	63
Κανέλα	64
Φασκόμηλο	66
Πεύκο	67
Κολιάνδρος	69
Σανταλόξυλο	70
Τριαντάφυλλο	71
Κάρδαμο	72
Μελισσόχορτο	74
Καμφορά	75
Γκρέϊπφρουτ	76
Περγαμόντο	78

	σελ.
Δάφνη	79
Μαύρο Πιπέρι	80
10 Αναφορά στο εμπόριο των αιθέριων ελαίων	83
Προτιμήσεις καταναλωτών	84
Επίλογος	85
Βιβλιογραφία	86

Εισαγωγή



Τα τελευταία χρόνια υπάρχει παγκοσμίως ένα ολοένα αυξανόμενο ενδιαφέρον για τα λεγόμενα "αρωματικά φυτά" και τις πολλαπλές χρήσεις τους. Παρατηρείται, μια αυξημένη άλλωστε ζήτηση σε φυσικά προϊόντα που είναι συνδεδεμένη με την τάση για "επιστροφή στη φύση". Η σύγχρονη φυτοθεραπεία αποτελεί την εξέλιξη της παλαιάς βοτανολογίας. Η χρήση των φυτών στη θεραπεία είναι πανάρχαια, όσο και ο άνθρωπος. Πάρα πολλά φάρμακα στην αρχική τους προέλευση προέρχονται από φυτά. Έτσι η αρωματοθεραπεία, η μέθοδος δηλαδή αξιοποίησης των αιθέριων ελαίων για τη βελτίωση της υγείας και της ομορφιάς, βρίσκεται στην ακμή της. Εντούτοις είναι μια πανάρχαια μέθοδος, η ιστορία της οποίας χάνεται μέσα στα βάθη των αιώνων. Η αρμονία άλλωστε της υγείας και της ομορφιάς αποτελούσε ζητούμενο για τον άνθρωπο κάθε εποχής.

Τα αιθέρια ελαία είναι όπως δηλώνει και το όνομα τους άλλωστε, οργανικές ενώσεις ή καλύτερα ελαιώδη υγρά, πτητικά, δηλαδή εξατμίζονται γρήγορα. Απαντώνται σε διάφορα μέρη των φυτών, όπως φύλλα, άνθη, καρπό, βλαστούς, κορμό, ρίζες, αδενώδεις τρίχες κτλ. Είναι πιθανών κάποιες φορές να βρίσκονται αιθέρια έλαια διαφορετικής σύστασης στο ίδιο ή άλλο μέρος του ίδιου φυτού. Σε καθένα από τα αιθέρια έλαια αξίζει να αναφερθεί ότι βρίσκονται μέχρι και 200 διαφορετικές χημικές ενώσεις.

Έτσι εξηγείτε και η ποικιλία των ιδιοτήτων τους. Μπορούν να δρουν σαν καλλυντικά, αντισηπτικά, αντιμικροβιακά, τονωτικά, στυπτικά κτλ. Αυτό όμως που βασικά παρακίνησε τους επιστήμονες να ξανασχοληθούν συστηματικά πλέον σε δεκάδες πανεπιστήμια και ερευνητικά κέντρα με την αρωματοθεραπεία, ήταν τα εντυπωσιακά αποτελέσματα στην περίθαλψη τραυματιών κατά τους Παγκοσμίους Πολέμους. Οι έρευνες αυτές που έγιναν έθεσαν μεταξύ άλλων τη βάση για το λεγόμενο "μασάζ" της αρωματοθεραπείας και τις σύγχρονες θεραπείες ομορφιάς του δέρματος.

Είναι καλό να σημειωθεί ότι οι χρήσεις των αρωματικών φυτών είναι ανάλογες με τα αιθέρια έλαια που περιέχουν. Τα έλαια αυτά χρησιμοποιούνται σήμερα σε ευρεία κλίμακα από πολλές βιομηχανίες (αρωμάτων, σαπουνιών, καλλυντικών, τσιγάρων, τροφίμων κτλ) αλλά ενίοτε και σαν αρτύματα ή καρυκεύματα φαγητών.

Η εφαρμογές των ελαίων στο χώρο των καλλυντικών φαίνονται στις μέρες μας να είναι απεριόριστες. Περιέχουν μεταξύ άλλων θρεπτικές ουσίες, δραστικά οξέα και βιταμίνες, που θεωρούνται ιδανικά για μασάζ και που επιβραδύνουν την διαδικασία της γήρανσης. Είναι γνωστή άλλωστε η χρήση λίγων σταγόνων έχει άμεσο αποτέλεσμα στον ψυχισμό και στην διάθεση του ανθρώπου. Οι θεραπευτικές ιδιότητες ήταν γνωστές από τα αρχαία χρόνια. Αλλά και σήμερα εξακολουθούν να χρησιμοποιούνται, ιδίως στην Ευρώπη και την Αμερική με πάρα πολλούς τρόπους, είτε για εξωτερική χρήση (αλοιφές, διαλλείματα κτλ) με εντριβές, λουτρά και κομπρέσες, είτε για εσωτερική χρήση (σιρόπια, ροφήματα αφεψήματα, εγχύματα κτλ). Μερικά από αυτά δρουν σαν διεγερτικά της όρεξης, μερικά σαν διουρητικά, αμμηναγωγά κτλ. Είναι γενικά πολύ χρήσιμα στον άνθρωπο.

Τα τελευταία χρόνια ανθεί κυρίως ιδίως στην Αμερική η λεγομένη "εναλλακτική" Ιατρική, η οποία χρησιμοποιεί μεταξύ άλλων και την αρωματοθεραπεία. Υπάρχουν φυσικά και πολλές άλλες εναλλακτικές θεραπείες που χρησιμοποιούνται συχνά όπως η χαλάρωση, το μασάζ, ο βελονισμός, η ομοιοπαθητική, η ρεφλεξολογία, η οστεοπαθολογία, η χειροπρακτική κτλ. αυτές οι μορφές ήπιας θεραπείας, όπως η γιόγκα και η ιατρική βοτανολογία, μπορούν να χρησιμοποιηθούν μαζί με την αρωματοθεραπεία.

Εξαιρέση αποτελεί η ομοιοπαθητική, η οποία συνιστάται ως μια εναλλακτική θεραπεία σε περιπτώσεις όπου τα αιθέρια έλαια δεν έχουν πλήρη αποτελέσματα. Πολλοί ομοιοπαθητικοί υποστηρίζουν ότι τα αιθέρια έλαια εξασθενούν ή αντιδοτούν την επίδραση των ομοιοπαθητικών φαρμάκων. Οι ασθενείς καταφεύγουν σε αυτές είτε για θεραπείες άγχους, νευρικότητας, κατάθλιψης, αλλά και από χρόνιους πόνους ημικρανιών, αρθρίτιδας, πλάτης κτλ. Είναι σίγουρα ένα νέο πεδίο δράσης το οποίο αξίζει να ερευνηθεί και να αποτελέσει σημείο περισσότερης προσοχής και ενδιαφέροντος.

