

.



-

&



2011

-

&



« μ ,
μ μ , .
μ , μ
, , μ
, , μ ».



..... 7

SUMMARY 8

..... 9

..... 10

1

1.1 13

1.2 14

1.3 15

 1.3.1 16

1.4 16

1.5 18

 1.5.1 μ 19

 1.5.2 , μ 19

 1.5.3 21

1.6 23

2

2.1 25

2.2 μ 25

 2.2.1 μ μ 26

2.3		μ	28
2.4			28
2.5				
		μ	30
2.6			31
2.6.1			32
2.6.2			33
3				
3.1	μ		35
3.2	μ		35
3.2.1		μ	μ	39
3.3	μ		40
3.3.1		μ	40
3.3.2		μ	μ	44
3.4			44
3.5			46
3.6		μ	48
3.7			49
3.7.1			50
3.7.2			51
3.7.3			52
4				
4.1			54
4.2			54
4.3	μ	μ	57

4.3.1	,	58
4.4	μ	59
4.5		60
4.6	μ	60
4.7	μ	62
4.7.1	μ	63
4.7.2		65
4.7.3		66
4.7.4	μ	μ	68
4.7.5		69
4.7.6	μ	70
4.8	μ	μ	70
4.8.1	μ	71
4.8.2		μ	74
4.8.3	μ	μ μ	75
4.8.4		μ	75
4.8.5	μ	() μ	76
4.9	μ	76
4.9.1		77
4.9.2		78
4.9.3		78

4.10	μ	79
4.11	μ	80

5

5.1		83
5.2		83
5.3	μ μ	84
5.4		85
5.5	μ μ	87
5.5.1		89
5.6		91
5.7	μ	92
5.7.1	μ	93
5.7.2		94
5.7.3		95

6

6.1	μ	96
6.2		99
6.3	μ	100
6.4		101
		103
		104

.....	106
.....	107

SUMMARY

For the welfare of a person the physical health is not enough, the psychological is also necessary. Nowadays, most, if not everyone, are living in very fast pace everyday live with the stress to catch up with all obligations growing dangerously and the peace of mind and soul almost being lost.

Continuous tensions, stress and anxiety affect physical health and the psychology of a person and this may bring many changes. Under these conditions, personality is shaking, self-esteem, self-confidence and understanding of oneself are reduced. At the same time this affects the outside look of the person. Stress may be beneficial when at normal levels since it keeps a person in vigilance but when it happens constantly it may affect badly body and soul. The skin show the state of the psychology in various ways. When we are well psychologically we feel nice as to our look, we feel comfortable with our body, we overlook possible imperfections whereas in the opposite case we blame everything else.

Key words: stress, psychology, self-esteem, self-concept, hormonal disorders, skin, acne, eating disorders, puberty.

2002).

μ . , μ
μ . μ
μ , μ
μ . μ
μ μ μ
μ . μ
μ μ μ
μ . μ
μ μ μ
μ μ μ
μ μ μ

1.1

(destresse) stress ().
(Fotnana 1993) distress 18 19
(Smith 1990). (2006).

μ , , .
 μ μ , , .
 μ , .
 μ , , μ
 , μ μ
 μ μ μ , μ μ ,
 μ μ , μ μ
 μ .
 , , , .
 μ μ . . . ,
 , μ , ,
 μ .
 μ , ,
 , ,

(μ : www.scintific-journal-articles.com).

1.2

μ μ , ,
 μ μ . μ .
 μ μ μ μ
 μ .

) μ : , μ ,
) , ... μ
) , ... , .
) , ... μ
 μ μ μ . . (1995).

1.3

, μ : , (μ),
 , μ μ ,
 homo sapiens (
 2008). μ ,
 , (2006) μ
 μ .
 , μ -
 μ μ ,
 μ μ
 μ - (μ μ , . .)
 « μ » , μ μ
 μ μ
 , μ
 μ μ .

μ μ ,
μ .

1.5.1

μ

μ

μ ,

μ

μ μ

μ

1977).

μ

μ

μ

, μ

μ

(

1.5.2

μ

μ

μ

μ

μ

,

μ

μ

μ

,

μ

(CRF, corticotrophin-releasing factor)

μ

μ

μ

,

μ

μ

.

μ

μ

(

CRF

μ

μ

μ

,

μ

,

.

μ

CRF,

μ ,

μ -

-

()

,

μ

μ

μ

.

CRF

μ -

μ μ

μ

μ

(POMC),

(ACTH)

ACTH,

μ

μ

μ

μ

μ

μ

μ

:

(MR),

μ

μ

(GR),

μ

μ

μ

μ

μ

, μ

CRF,

μ

μ

μ

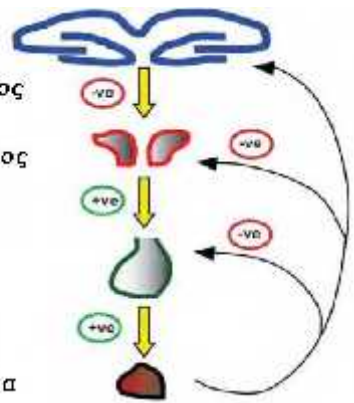
CRF,

μ

, μ

μ

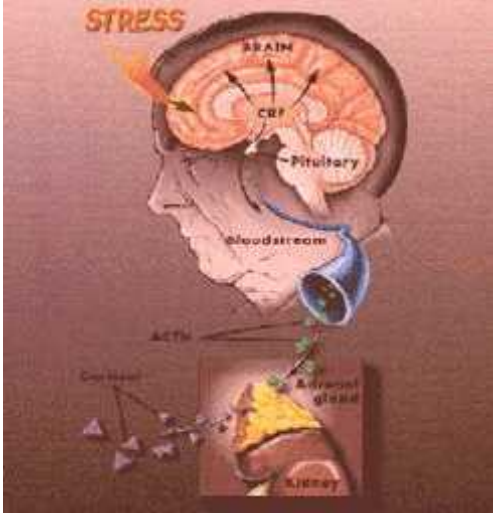
CRF-



μ , μ μμ ,
 μ μ μ ,
 . , CRF-
 - , μ
 μ , μ ,
 , ο μ μ
 μ , μ
 μ μ , μ
 μ , μ CRF μ
 μ μ , μ
 , μ
 . (2008).

1.5.3

μ , μ μ μ
 , μ μ
 , μ μ
 μ μ .
 μ , μ
 ; μ μ , μ
 μ . μ
 μ , μ



The stress response is a complex physiological reaction. It begins in the brain, where the hypothalamus releases corticotropin-releasing hormone (CRH). This hormone travels through the bloodstream to the pituitary gland, which then releases adrenocorticotropic hormone (ACTH). ACTH stimulates the adrenal gland to produce and release cortisol into the bloodstream. Cortisol then acts on various organs, including the liver and kidneys, to increase the availability of glucose and other energy sources.

The diagram illustrates this process, showing the flow of hormones from the brain through the bloodstream to the adrenal gland. The adrenal gland is shown as a yellow, triangular structure sitting atop the kidney. The hormone cortisol is shown being released from the adrenal gland into the bloodstream.

(Sapolsky, 1984).

• μ .

• .

• .

• $\mu \mu \mu$.

• .

• .

• μ .

• .

• μ .

• $\mu \mu$.

• .

• .

• μ .

• $\mu \mu \mu \mu$.

• $\mu \mu \mu \mu \mu$.

• μ .

• μ , μ .

• .

• μ .

• .

• $\mu \mu$.

• $\mu (- 2004)$.

2.1

μ , () .
μ , μ .
μ , μ μ
μ μ , μ
μ μ , μ
μ μ μ μ μ
(1996), μ
- μ (μ
μ) .

2.2

μ μ , μ
μ μ μ
, (2008) μ
μ (2001).
, .
μ ,
μ , μ μ
μ μ μ

μ μ (2011).
 μ μ ,
 μ μ . μ
 μ , μ μ .
 μ μ (μ 1992).

2.2.1 μ μ

μ , μ μ
 μ . μ ,
 . μ μ
 μ , μ μ μ
 , « », ,
 μ , μ
 « », «
 μ », μ μ
 μ « μ », « », « »
 . . μ « », μ
 μ ,
 μ
 μ μ
 (μ : www.ineresources.gr).

μ μ μ μ :

- μ .
- μ μ .

- μ
- μ .
- μ μ .
- μ
- μ
- μ
- μ μ
- μ μ μ .
- μ
- μ μ
- μ
- μ
- μ
- μ
- μ μ

μ μ μ :

- μ
- , μ , μ .
- , μ
- μ (μ

: www.psyche.gr).

2.3

μ

μ , μ μ , μ
μ μ μ ,
μ . ,
,
μ , μ
μ
μ μ μ .
μ μ
μ , μ μ μ
μ . μ μ
, μ μ μ
μ μ . μ μ μ
μ μ μ μ μ
, μ μ μ
μ μ μ . μ
μ μ μ , μ μ μ
μ μ μ ,
μ μ

(μ : www.medicinenet.com).

2.4

μ μ μ ,

2.5

μ

,

μ

μ ,

.

μ

,

μ

μ

,

μ

μ

μ

.

μ

,

,

μ

μ

μ

.

,

,

μ

μ

μ

.

,

μ

μ

,

μ

μ

μ

,

μ

μ

.

,

μ

μ

μ

μ

,

μ

μ

μ

.

μ

,

μ

,

μ

μ

μ

,

μ

.

,

μ

μ

μ

,

μ

μ

.

,

μ

μ

μ , μ μ (, μ) μ μ . μ μ



2.6.1

- μ , μ μ μ μ μ
- μ :
- μ .
 - μ , μ μ μ μ .
 - μ « μ » μ μ μ μ .
 - μ μ μ μ μ μ .

- μ , μ .
- μ , μ μ , μ .
- μ , μ « μ » , μ .
- μ , μ μ μ : μ μ : μ μ μ μ .
- μ . , μ « μ » . , μ .
- Nathaniel Branden, μ , μ : « , μ μ μ μ μ ».

2.6.2

μ μ , , μ μ , μ , μ . μ , μ .

, , μ ,
 μ , μ , ,
 μ , . μ ,
 μ
 μ (μ :
www.vita.gr).



3.1 μ

μ , μ
(2006).
μ μ μ
μ μ μ .
μ μ , μ μ .
μ ,
μ μ μ
μ .
μ ,
μ .
μ , μ
μ , μ
μ .

3.2 μ

μ μ μ μ .
μ μ ,
μ μ μ
μ μ .
μ , μ

· μ μ
· μ
, μ μ
μ μ
μ μ
· μ μ
μ μ μ
· μ μ μ
, μ μ μ
μ μ μ μ
· μ μ μ μ
μ μ μ μ
· μ μ μ μ
μ μ μ μ μ
μ μ μ μ μ μ
· μ μ μ μ μ μ
μ μ μ μ μ μ μ
μ μ μ μ μ μ μ μ
μ μ μ μ μ μ μ μ μ
μ μ μ μ μ μ μ μ μ μ
μ μ μ μ μ μ μ μ μ μ μ
μ μ μ μ μ μ μ μ μ μ μ μ
μ μ μ μ μ μ μ μ μ μ μ μ μ
μ μ μ μ μ μ μ μ μ μ μ μ μ μ
μ μ μ μ μ μ μ μ μ μ μ μ μ μ μ
μ μ μ μ μ μ μ μ μ μ μ μ μ μ μ μ

μ μ μ μ . ,
 μ (μ :www.abc.net).

3.3 μ

μ μ μ
 30% . μ
 μ μ . μ
 μ μ . μ
 , μ 25 ,
 μ 30 (2001). μ ,
 μ μ μ
 μ μ (μ - 2001). μ
 μ : μ , μ
 , μ μ , μ , μ
 , μ
 μ (2001).

3.3.1 μ

μ μ μ .
 μ μ μ μ
 μ μ . μ μ
 μ μ , μ
 μ ,
 (Marks 1984). μ

μ , μ ,
 μ μ μ ,
 μ .
 , μ
 μ μ .
 μ μ ,
 . μ ,
 μ .
 , μ .
 , μ .
 , μ .
 , μ .
 μ μ μ .
 , μ .
 μ μ .
 μ μ (μ : www.medlook.net).
 μ ,
 μ μ μ ,
 μ , μ ,
 μ μ
 () μ μ
 μ μ μ ,
 μ ,
 μ μ μ . (SP=substance P,
 μ μ
 μ), [(NEP= natural endopeptidase),

metallopeptidase

μ . ACTH
 μ NEP].
 μ μ ,
 P, μ μ
 , μ μ ,
 μ μ .
 μ , μ
 μ NEP, Golgi
 μ μ μ μ .
 , in vitro P,
 μ μ ,
 μ .
 μ μ , μ ,
 μ ,
 μ μ μ μ ,
 μ μ
 μ μ μ μ μ μ
 μ μ μ μ μ μ μ μ
 , μ μ μ μ μ μ ,
 μ
 μ μ .
 μ μ , P (SP)
 μ μ ,
 μ μ
 μ . , μ

μ /
 μ .
 μ μ , P
 μ μ , μ
 μ , μ μ
 μ μ .
 μ μ ,
 CRH μ
 ,
 μ , μ
 μ μ .
 μ CRH ,
 μ μ CRH
 μ μ , μ
 μ , μ
 μ .
 μ μ CRH
 μ μ ,
 μ μ
 μ . ,
 μ μ
 μ , μ
 μ μ (μ
 : www.scintific- journal-
 articlew.com).



3.3.2

μ μ

, μ
μ ,
. μ
μ μ , μ
μ , , , ,
μ , μμ . μ
μ , , , ,
μ , .
μ μ
μ . μ
μ μ μ μ . μ
μ . μ μ , μ μ μ (: www.medlook.net).

3.4

μ

.

μ

,

,

μ

.



μ , μ
 μ ,
 , μ ,
 μ μ . ,
 μ ,
 ,
 μ . μ μ μ
 μ . μ 45% μ ,
 μ μ ,
 .
 μ μ ,
 μ 6 μ .
 μ μ , μ
 μ μ .
 , μ ,
 μ , μ
 . μ
 , μ
 :
 • ().
 • μ ().
 • μ ().
 μ μ μ .
 , μ μ 2-6
 , μ , 2-3 μ
 1-4 μ (2004).
 ,
 μ .
 μ , .

100

μ

μ . μ

μ ,

μ

70%

μ

, μ

,

μ

(

).

μ

,

μ

,

μ

(

).

μ

μ

,

μ

,

μ

.

μ

3 μ

μ

,

μ

,

μ

.

,

μ

6 μ

.

μ

μ

,

, μ

,

μ

μ

.

3.5

μ

,

μ

.

μ

μ

μ

,

μ

,

μ

.

μ

,

μ

μ

μ

,

μ

μ

μ

.

,

μ

,

μ

.

μ

μ

μ

(Sneddon 1980).

3.6 μ

Cushing,

μ .
Cushing,

μ . ,

.
 , . .
 , μ
 , μ μ
 μ $\mu\mu$ (μ
 : www.scintific-journal-articlew.com).

μ ,

, μ

μ μ -

ACTH. μ

, .

μ , μ
 μ (2004).

3.7

μ μ , , ,
, ,
μ . μ « », μ μ
(2002). ,
μ μ .
μ μ ,
, μ .
, μ (μ
).
, , μ
μ , μ μ
μ , μ .
μ , μ μ , μ
μ , μ μ μ
μ μ μ (, μ μ ,
DNA).

- μ :
- μ (. . .
μ).
 - μ (« »
μ).
 - μ .

- μ (. . . - , $\mu\mu$. .).
- μ μ , μ μ (. . .) .
- (. . . UV).
- μ (. . .) .
- , .

$\mu \mu$

μ μ

- μ .



3.7.1

- μ μ , μ . O μ , μ : 1. μ μ -SOD.

2.

μ C.
(Se).

μ .

3.

μ .

4.

, μ Q10, . . (μ

: www.diatrofi.gr).

3.7.2

μ

μ ,

μ

μ

μ

.

μ

,

μ

(

)-Reactive Oxygen

Species (ROS).

,

μ

μ

μ

μ

.

,

μ

μ

«

».

,

μ

μ

μ

,

,

μ

.

,

.

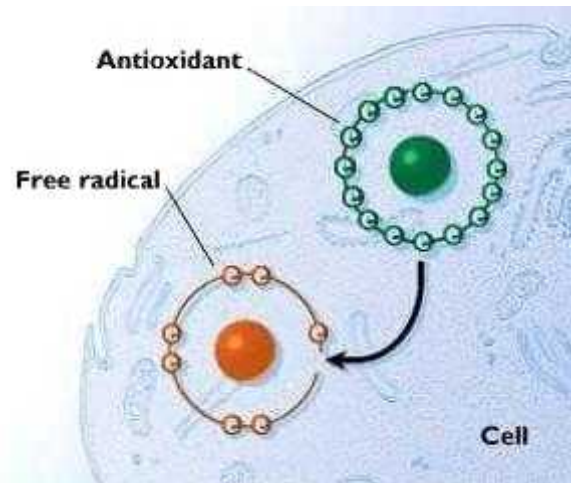
,

,

μ

μ .

). μ , (μ
 μ , μ , μ
 μ (2) 2.
 μ , μ , μ
 μ μ μ
 μ , μ μ μ
 , μ μ
 , μ μ
 μ C, μ
 μ (μ : www.scientific-journal-articles.com).



4.1

, μ , μ .
 μ μ μ μ μ μ μ μ
 μ μ μ μ μ μ μ μ
 μ μ μ μ μ μ μ μ
 (2006).

4.2

, μ μ .
 μ μ μ μ μ μ μ μ
 μ μ μ μ μ μ μ μ
 μ μ μ μ μ μ μ μ



μ .
,
,
,
μ μ (μ : www.scintific- journal-
articlew.com).

- μ μ
:
1. : .
2. : .
3. μ μ (1993).

. μ
μ μ μ , μ
,
,
μ μ , μ
μ . μ μ
, μ μ μ
μ ,
,
μ μ
μ μ , μ
μ , μ μ

μ (μ :
www.scintific- journal-articlew.com).

4.3 μ μ

μ ,
μ μ , μ
« μ ».
μ (GCs)

μ , , μ
μ μ .
• GCs

μ μ
(CRF-Corticotropin-releasing factor)

μ , μ μ
μ .

• GCs
« μ ».

• GCs μ
,

μ μ CRF μ
μ ACTH.

μ μ ,
« μ » ,

μ μ μ μ .
μ , μ CRF,

μ
(μ : www.scintific- journal-articlew.com).

, μ μ
 μ .
 μ μ μ . μ μ
 « »
 (2006).

4.4 μ

- μ
- , ,
 :
- μ μ μ ,
 - μ , μ μ , μ
 - μ , μ μ , μ
- , μ μ
 , μ μ

4.7

μ

μ μ μ ,
μ (μ)
μ , ,
13 ,
μ

μ μ .
μ μ .
μ
Catherine Benincasa μ

μ μ .
1694 Richard Morton

, μ μ
, μ
Morton μ £ £
μ μ μ .
19

μ μ , μ ,
μ , μ
μ .

1920 Pierre Janet μ

, μ
.

1914 Simmonds

1930 Berkman μ μ μ μ

μ , μ

'40

μ , μ μ , μ

μ .

μ μ , μ μ

4.7.1 μ

(),

, μ ,

(μ , μ μ μ)
 μ μ



μ μ μ μ . μ
 μ μ μ μ
 μ μ μ μ
 μ μ μ μ)
) μ
 μ (μ 1996).

4.7.3

- μ μ
 μ μ
 :
 1) μ μ 15%
 μ μ (,
) μ μ Quatelet
 [μ μ Quatelet = (kg)/ (m²),
 μ μ μ μ 16]
 17,5 . , μ ,
 μ μ
 μ .
 2) μ
 « ».
 μ : μ μ ,
 μ μ ,

- μ (,) .
- , μ , μ .
- μ , μ , ,
- μ .
- « » μ , μ .

4.7.5

μ :

-
- () .
 - (μ) .
 - μ μ μ μ μ) .
 - , ,
 - (, μ μ) .

μ

- AIDS, μ , , , μ .



4.7.6

μ

(41-68%) μ μ μ

μ μ μ μ μ 60-65%.

μ μ « » ,

μ μ μ .

μ μ μ .

μ μ μ , μ

μ μ , (2007).

4.8

μ μ μ 1980,

μ μ μ

Russell μ Psychological Medicine Cerald

(1972-1978) μ 30

μ

(

, μ

μ),

μ μ .

3. μ μ

μ , ,



4. μ

μ μ .

5. μ μ μ

μ .

μ

,

μ

« μ

μ

μ

μ

»

«

μ

μ

»,

μ

μ

μ

μ

μ

μ

μ

μ

.

,

:

μ

μ

μ

μ

μ

,

μ (Purging Type)

,

μ

μ

μ

μ

μ

(Nonpurging Type).

μ

μ

μ

ICD-10,

μ

μ

μ

. . .

μ

μ

μ

μ

,

μ μ μ μ μ . μ μ
μ μ (Normal Weight Bulimia),
μ ICD-10 ,

μ , μ ,
μ .
μ ICD-10 :
1. μ μ
μ .
μ , μ ,
μ

2. .
« »
μ :
μ μ , ,
μ ,
μ , μ ,
μ . μ μ
μ μ

3. .
μ μ ,
,
μ μ μ μ
. , , μ
μ . μ

4.8.3

μ

μ

μ

μ

μ

μ :

•

μ .

-

μ ,

μ , μ

.

-

(

μ ,

μ μ

).

•

μ .

•

μ

•



4.8.4

μ

μ

μ

μ

μ

μ μ , μ , μ .
4.8.5 μ ()
 μ
 80% μ , , μ
 , 60% μ
 .
 36-70%.
 μ (2007).

4.9 μ
 μ . μ
 μ :
 • .
 • , μ .
 • .
 • μ , μ μ
 μ .
 • , μ μ μ
 .
 μ , μ
 μ . μ μ
 , μ μ

μ

μ ,

10%-15%

μ

μ .

4.9.1

μ

μ

,

,

.

μ

μ

,

.

,

μ μ ,

μ ,

μ ,

μ

μ ,

.

μ

μ

μ

μ

μ

μ μ

μ

μ

.

μ

,

μ

μ

.

μ

-

,

μ

μ

μ

μ

μ

μ

μ ,

.

μ

,

μ

4.9.2

-
-
-
-
-
-
-
-
-

4.9.3

-
-
-

-
-
-

4.10

μ

μ ,

· , μ ,

μ μ

, μ μ

μ μ μ .

μ ,

μ , μ μ

¼ .

μ

1955

:

- μ μ μ .
-
- μ .
- μ
(μ).
- μ , , .
-

μ μ .

μ μ ,

μ , ,

μ (-MSH)

μ ,

μ (-)

μ μ

μ

μ μ μ

μ μ μ (MC4

μ (

2008).

5.1

, μ μ

5.2

μ μ μ ,
, (-
2001). ,
μ , μ μ μ
, μ « ».
,
μ , μ
μ
, μ
« μ ». μ μ - -
μ « » μ
, μ μ
,
(Herbert 1996).

μ
μ
, , μ
. μ
μ μ , μ μ
μ μ , μ ,
μ μ , μ μ ,
μ μ (- 2001).

5.3 μ μ

μ
, .
μ , μ .
μ μ , ,
μ , μ
μ μ μ ,
, μ μ
μ μ , μ
μ . μ
μ « μ », « » «
» μ
μ , μ
μ , μ
μ : « μ »;

2008年，我国的人均GDP为4265美元，按购买力平价折算为10820美元，折合为1.32万元。2011年，我国的人均GDP为6400美元，按购买力平价折算为16000美元，折合为2万元。2015年，我国的人均GDP为7400美元，按购买力平价折算为18500美元，折合为2.32万元。2020年，我国的人均GDP为10500美元，按购买力平价折算为26250美元，折合为3.28万元。

从图1.2可以看出，我国的人均GDP在2008年之前一直呈上升趋势，但在2009年出现了明显的下降，这是由于全球金融危机对我国经济造成的冲击。2010年之后，我国的人均GDP再次进入快速增长阶段，到2020年达到了3.28万元。

2008年，我国的人均GDP为4265美元，按购买力平价折算为10820美元，折合为1.32万元。2011年，我国的人均GDP为6400美元，按购买力平价折算为16000美元，折合为2万元。2015年，我国的人均GDP为7400美元，按购买力平价折算为18500美元，折合为2.32万元。2020年，我国的人均GDP为10500美元，按购买力平价折算为26250美元，折合为3.28万元。

从图1.2可以看出，我国的人均GDP在2008年之前一直呈上升趋势，但在2009年出现了明显的下降，这是由于全球金融危机对我国经济造成的冲击。2010年之后，我国的人均GDP再次进入快速增长阶段，到2020年达到了3.28万元。

μ

μ

μ

μ μ

μ

5.7.1

μ

10-19

μ

μ

μ

μ

μ

μ

μ

μ

μ

μ

μ

μ

μ

μ

μ

μ , μ ,
μ ,
μ μ ,
μ μ ,
μ ,
μ (Smith 1990).

5.7.2

μ
,
,
μ :
1. , , ,
μ , , .
2. μ μ .
3. .
4. .
μ
,
μ .
4,2% .
μ μ (2 3)

6.1

μ

μ

, μ

,

.

μ

,

.

μ

,

μ

μ

,

μ

μ

.

,

.

μ

μ

μ

.

,

μ

μ

,

,

,

,

μ

,

μ

,

μ

,

μ

,

,

μ

.

,

μ

μ

.

μ

:

,

,

,

,

μ

μ

μ

.

μ

μ

μ

(1

μ

)

,

)

,

μ

,

μ

μ

μ

μ

,

,

)

μ

μ
 .
 :
 μ - - μ . ,
 , , , .
 , μ
 μ , μ . ,
 , μ
 . μ , μ
 . , μ
 μ μ (- 2002).
 μ μ
 (1993). μ
 , μ μ μ ,
 μ μ μ ,
 μ
 (- 2002).
 μ ,
 μ μ , μ . . ,
 μ , μ μ
 μ () (1993).
 μ μ ,
 μ μ . μ
 μ μ . ,

μ , μ , μ μ .
μ μ μ μ .
(- 2002).



6.2

, μ
μ . , μ
μ μ μ μ . μ
μ μ , μ
μ μ μ μ . μ
μ , μ , μ
μ , μ , μ
μ , μ , μ
μ « ».
μ , μ , μ μ
μ μ , μ «
»:
μ , μ , μ
μ . , μ μ
μ μ .

μ , μ
μ , μ , μ , μ
μ μ , μ
μ μ , μ (-
2002).



6.4

μ , μ μ μ
μ μ μ ,
μ μ μ . μ μ
μ μ μ , .
μ μ μ μ
μ , μ μ
μ , μ μ
μ μ μ μ μ
μ . μ μ μ μ
μ . μ μ μ
μ μ μ .

μ , μ
μ , μ
μ , μ
μ , μ
(1982).



μ

μ ,
μ
μ .
μ μ μ μ
μ , μ
μ . , μ μ
μ , μ
μ . μ μ
μ , μ μ . μ
μ , μ μ μ
μ μ ,
μ - μ - μ ,
.

μ , μ μ ,
μ . μ μ
μ , μ . , μ μ
μ , μ μ
μ , μ μ
μ . μ



μ ,

μ . ,

.

μ ,

μ

μ .

μ

μ

μ

μμ

μ

.

μ

μ

μ

μ

.

,

μ

μ

μ

,

μ

μ

μ

,

.

-
- 1) Marks Ron., Acne, . , London 1984.
 - 2) Clements H., μ μ , . , 1985.
 - 3) Fotnana D., μ , . μμ , 1993.
 - 4) Herbert M., μ , . μμ , 1996.
 - 5) Smith T., , . , 1990.
 - 6) Sneddon R., μ μ , . , 1980.
 - 7) ,, *Stress* , . , 2008.
 - 8) ,, , . , 2008.
 - 9) ,, μ , . , 2006.
 - 10) ,, , . μ , 1997.
 - 11) . , . μμ , 1996.
 - 12) . 1, . μ μ , 2004.
 - 13) ,, μ *Laser IPL*, . University Studio Press, 2006.
 - 14) – ,, μ , . μμ , 2001.

- 15) ,, , . , 1997.
- 16) ,, – , ,
1981.
- 17) ,, μ ,
-1987, 1982.
- 18) μ ,, , 1992.
- 19) ,, μ – ,
2011.
- 20) μ , μ μ , . ,
1993.
- 21) ,, – *stress*
?, . μ , 1984.
- 22) ,, , . $\mu\mu$,
1995.
- 23) .- ,, μ , . ,
2001.
- 24) – μ , (μ μ μ μ), . ,
2000.
- 25) – ,, μ
, . , 2002.
- 26) . – ,, , .
, Harvard 2004.
- 27) ,, , . ,
2, μ 45, – 2008

1) μ .. ,
1996.

μ

- 1) .. // , 2002.
- 2) .. μ l, 2001.
- 3) .. , 2007.

μ

- 1) .. μ μ , 2008.

- 1) μ .. , .. ,
10-08-2011

μ

www.ineresources.gr/gr_services.php?

- 2) .. 16-08-2011

μ

<http://www.psyche.gr/autopepoithisi2.htm>

- 3) .. 17-08-2011

μ

<http://www.vita.gr/html/ent/253/ent.7253.asp>

- 4) .. 28-05-2001

μ

<http://www.abc.net.au/rn/talks/8.30/helthrpt/stories/s304204.htm>

- 5) ,, ,, ,, ,,
,, ,, ,, ,,
14-03-2009 μ
http://www.medlook.net/article.asp?item_id=2841
- 6) ,, 20-07-2009
μ
www.diatrofi.gr/index.php?module=articles&position=center&ArticleId=3050&CategoryId=141
- 7) ,, 10-08-2011
μ www.scientific-journal-articles.com/greek/free-online-journals/medical/medical-articles/mpenetouaik1/STRESS.htm
- 8) ,, ,, ,, ,,
,, ,, ,, ,,
14-08-2011 μ
<http://diatrofi.medlook.gr/articles.php?id=175&type=1>.
- 9) ,, ,, ,, ,,
,, ,, ,, ,,
05-08-2008 μ
http://www.medlook.net/article.asp?item_id=1877
- 10) ,, 2008
μ
<http://www.vita.gr/html/ent/830/ent.5830.asp>