

:

μ

μ



: MSc

μ

—

2014

1

1. μ μ6
1.1 6
1.2 μ μ7
 1.2.1 μ8
 1.2.2 8
 1.2.3 μ10
 1.2.4 μ10
 1.2.5 μ11
 1.2.6 μ11
1.3 μ13
1.4 μ15
 1.4.1 μ15
 1.4.2 μ16
 1.4.3 μ16
 1.4.4 17
 1.4.5 17
 1.4.6 17
 1.4.7. μ17
 1.4.8 μ18
 1.4.9 μ18
1.5 μ19
 1.5.1 19
 1.5.2 20

2

2.1	μ	22
2.2		μ23
2.2.1		μ μ24
2.3		25
2.4	μ	μ28
2.4.1.		μ29
2.5		μ μ31
2.6		μ32
2.7		μ μ34
2.7.1		μ34
2.7.2		46
2.7.3		μ48
2.7.4		μ51
2.7.5		–51

3

3.1	μ	57
3.2		μ μ58

4

4.1		66
4.2		μ69

5

5.1 μ μ : $-\mu$ - - μ 78

5.2 μ 81

5.3 μ μ 83

6

6.193

6.2 μ 93

6.3 μ 94

7

7.1 μ 98

7.2 μ μ 98

7.3 μ 100

.....105

.....107

1

1. μ μ

1.1

μ μ μ . μ
μ μ μ . μ 1,8 .μ.
μ 1,6 3 . μ
300 μμ .
μ μ 5-8% μ μ
30-32% μ .
μ 70 , μ μ
4-5 , μ 20-22
(Wysocki AB.1999).

μ μ μ μ μ μ μ
μ . μ μ μ . μ .

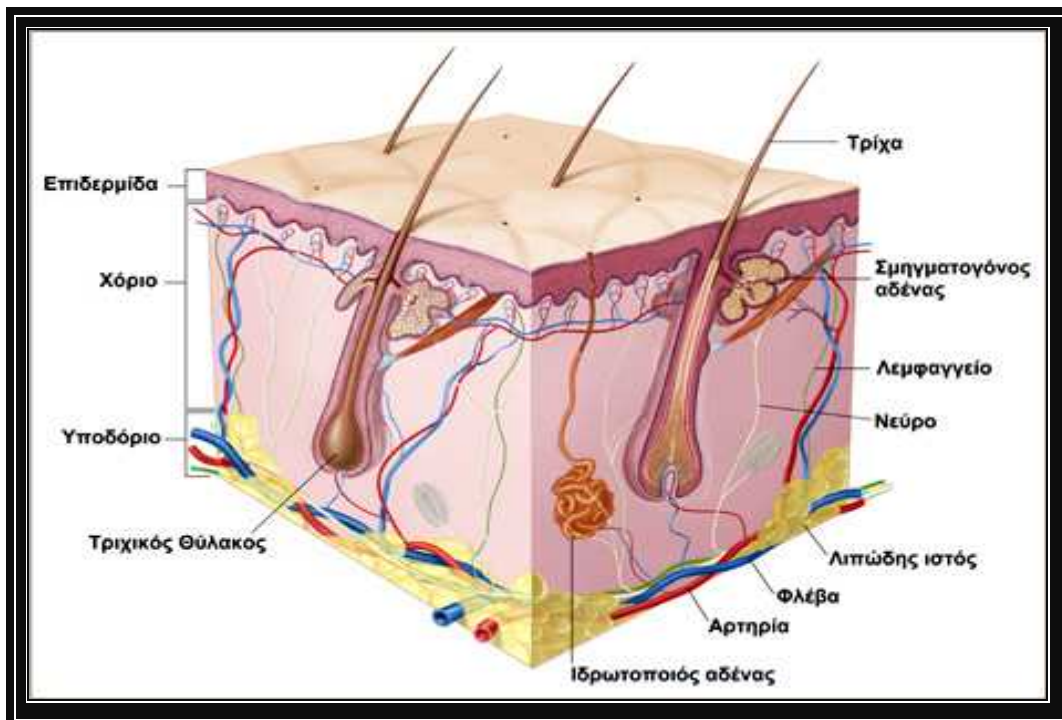
μ :

-
-
-
- μ :
-
- μ
- μ
-
-

μ μ μ , μ ,
μ
μ (. , 1994
. 2005). μ

(, , μ ,) μ , ,
 μ , . μ μ
 μ μ μ μ (. , 1994).
 μ μ
 , μ μ , ,
 .

1.2 μ μ
 μ 3 μ
 μ (epidermis), μ (dermis)
 μ (subcutaneous tissue). (. 2005).



1. μ μ .

1.2.1

μ

0,1

μ .

μ

μ

μ

μ

μ

μ

μ .

μ

μ

.

μ

μ

μ

μ

μ

.

μ

μ

μ

μ

.

:

,

,

(Holbrook K. 1994).

μ

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

(Fitzpatrick Thomas B. 1998).

1.2.2

μ .

,

,

,

μ

.

μ

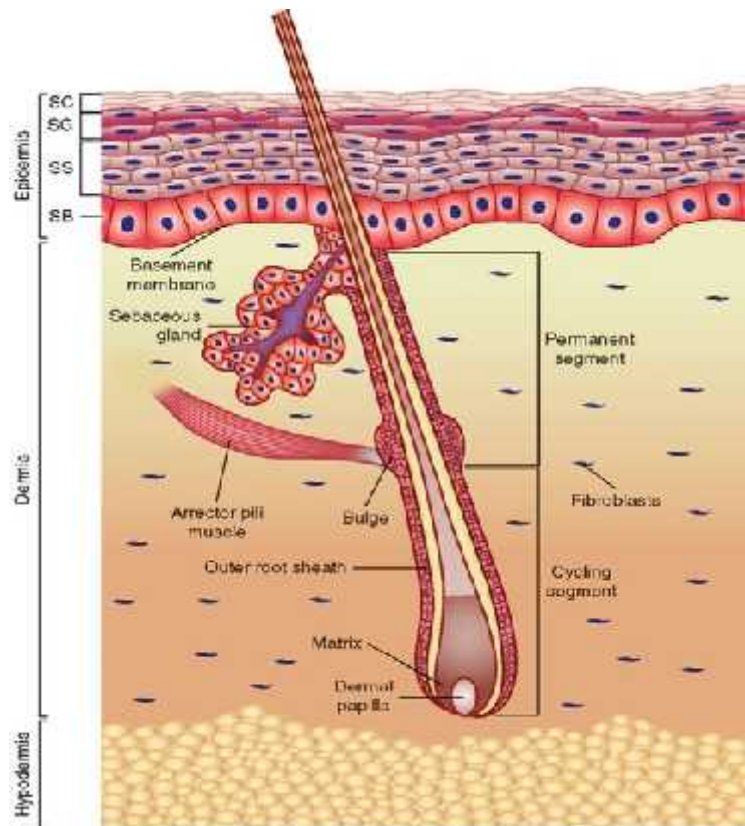
.

μ

.

Junqueira et al. 1991)

(L. Carlos Junqueira et al. 1991)



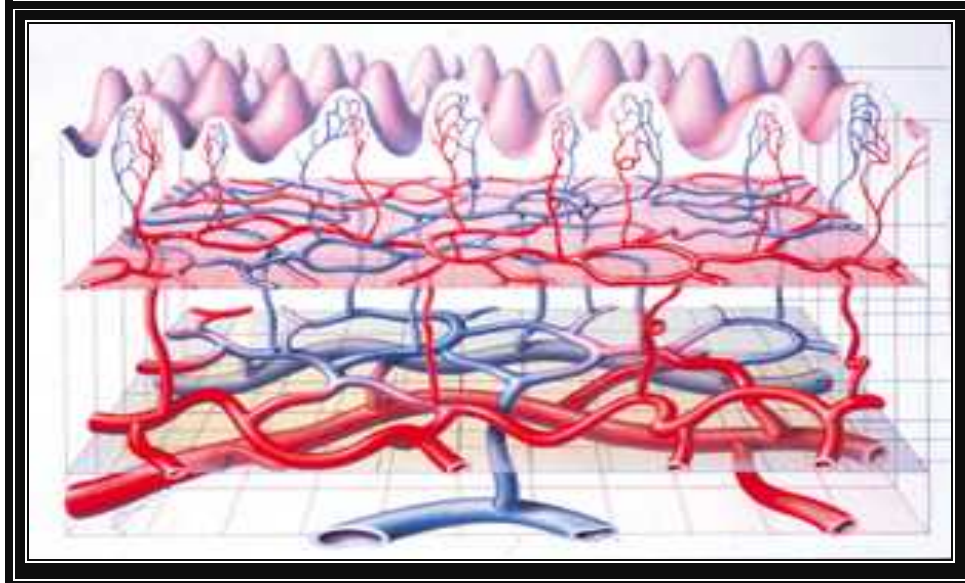
2. μ (dermis) μ .

1.2.3 μ

μ
,
, $\mu \mu$,
 . μ μ 2 30mm.
 $\mu \mu$ μ . (, 2005).
 μ ,
 μ ,
 μ . , μ ,
 μ
 μ μ .

1.2.4 μ

μ μ . μ ,
 μ
 μ . μ
 μ μ . (, 2008)



3. , μ .

1.2.5 μ

- μ :
 - μ ,
- μ μ μ μ μ μ . (., 2008)

1.2.6 μ

μ μ :

) μ μ

μ μ μ μ μ μ μ μ μ μ . μ μ μ μ μ .

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)

)

μ . (, 2008)

:

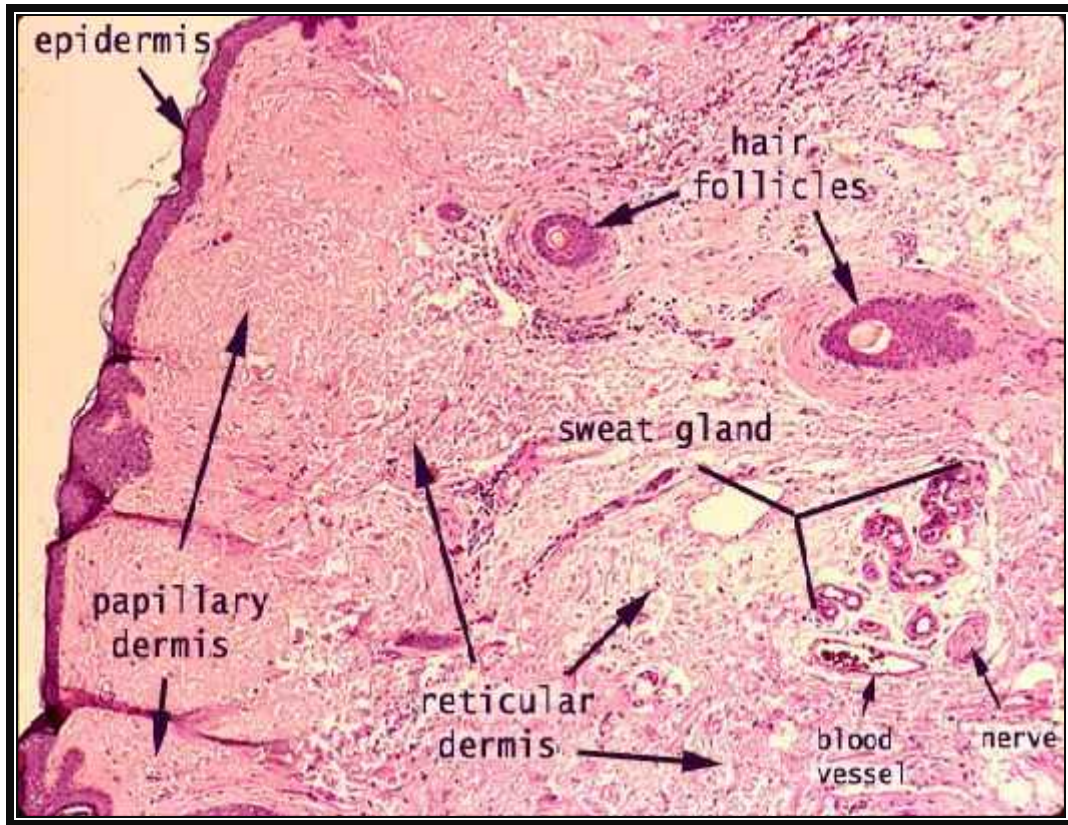
- μ μ μ μ μ μ μ μ
- μ μ μ μ μ μ μ μ
- μ μ μ μ μ μ μ μ

μ μ μ μ 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)

μ μ μ μ μ μ μ μ μ μ μ μ μ μ .

. (, 2008)



4. μ (sweat glands).

1.3

μ

)

μ

.

$\mu \mu$

μ .

$\mu \mu$

μ

(

).

(., 2008)

μ :

•

μ

•

μ

•

•

μ .

μ

μ :

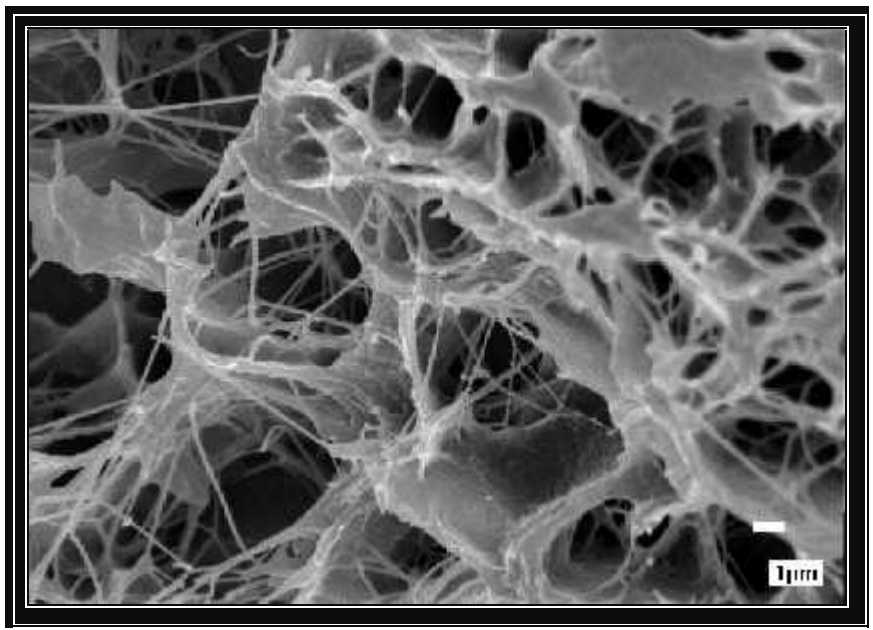
- ()
 - .
- , μ , ,
- μ ,
- μ
- μ μ μ μ

(Freinkel RK. Woodley DT. 2001).

μ , μ μ μ μ , μ A, C E .

μ μ μ μ μ , , ,

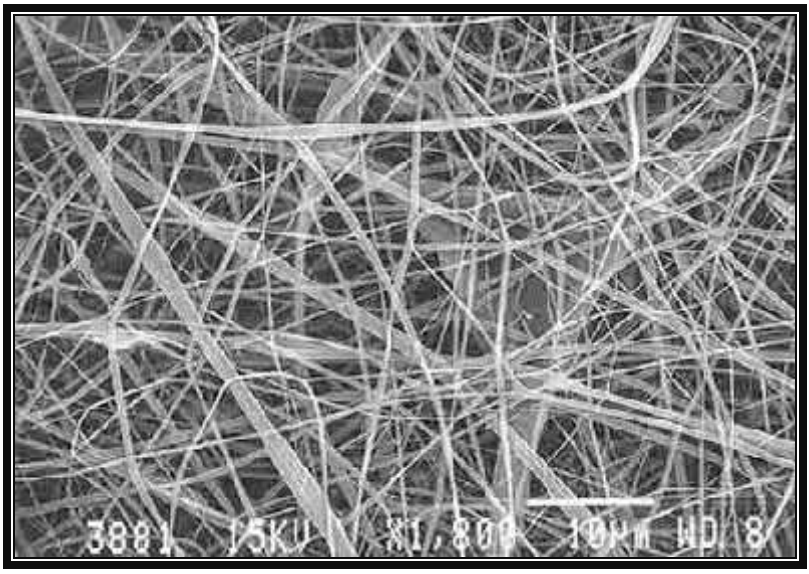
μ . (, 2008)



5.

) :

μ . μ .
 μ μ μ . (, 2008).



6. .

1.4 μ
 μ
 μ μ (μ , , μ),
 (μ , μ , ,
 , μ μ , μ
 ,) , ,
 μ . μ μ
 μ , μ . (www.synaisthiki.gr)
 μ μ μ μ μ
 μ : μ μ
 , μ ,
 μ μ , ,
 , μ , , , ,

. (www.synaisthiki.gr)

1.4.1 μ

M μ μ μ , μ , μ μ , μ , μ ρ . 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).

1.4.2 μ

μ μ μ , μ μ μ μ μ (μ) μ .

- μ :
• μ
•
•
• μ

- μ , μ . , μ , « μ » μ . μ , μ . (, 2008).

1.4.3 μ

μ μ μ () μ μ , μ μ μ . μ μ , μ μ . μ μ . μ μ . μ μ . (-A. 2010).

1.4.4

μ μ . (www.synaisthiki.gr).

1.4.5

μ μ μ . μ μ . μ μ μ μ μ . μ μ . μ μ . μ μ . (www.synaisthiki.gr).

1.4.6

μ μ . (-A. 2010).

1.4.8 μ

UVB μ - μ , UVA

μ ,

DNA,

μ - μ ,

μ μ

μ . μ

, μ μ μ

μ μ μ

μ .

μ . μ

μ μ

μ .

. (www.synaisthiti.gr)..

1.4.9 μ

μ

μ μ μ μ (μ),

μ μ μ .

μ ,

μ ,

(., 2005). μ ,

μ μ

μ μ μ μ , ,

μ μ μ .

μ , μ

μ . μ

μ . (www.synaisthiti.gr).

1.5

μ

μ ,
μ , μ

μ

μ .
μ

,

μ

μ , μ μ
μ .

1.5.1

40,

μ

μ

μ μ

μ

μ

.

μ

, μ

,

,

μ

μ

μ

μ

μ

,

μ

μ

.

μ

μ

μ

,

μ

, μ

μ

.

,

,

μ

μ .

μ

,

μ

,

μ

μ

μ

,

μ

μ

μ

. (

., 2005).

1.5.2

•

():

μ ,

μ
 μ , 30-35
 μ μ μ
 , . (. ,
 2005).

- : , , μ .
 , , , μ μ
 , . (. , 2005).

- μ : μ
 50 , μ μ :
 , . μ μ
 μ μ μ . μ
 μ μ μ μ ,
 μ , μ μ , ,
 μ , μ . (-A.
 2010).

- : μ μ , μ ,
 μ μ μ μ ,
 , . μ , μ
 μ . (-A. 2010).

- : μ
 μ . μ μ ,
 μ μ ,
 μ μ

, μ μ μ . μ μ μ μ μ , μ μ , μ . (., 2005).

- : μ , , , μ . , μ μ μ μ μ . μ μ μ μ μ . (-A. 2010).

« » μ
 .(. 2004).



7. μ μ .

2.2 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 (.
 . 2006).

μ μ μ μ
 , μ μ μ μ
 , μ μ μ μ

7,2-7,6 μ 8.
: 0,6-1mg/L.

μ : 0,4mg/L (μ 0,7mg/L). μ
μ , , μ ,
(+) μ aeurogenosa μ
(. 2006).

2. μ
μ μ μ
μ , μμ
μ μ μ . ,
μ μ
μ μ . (. 2006).

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

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

2.2.1 μ μ

40 μμ μ

μ ,

().

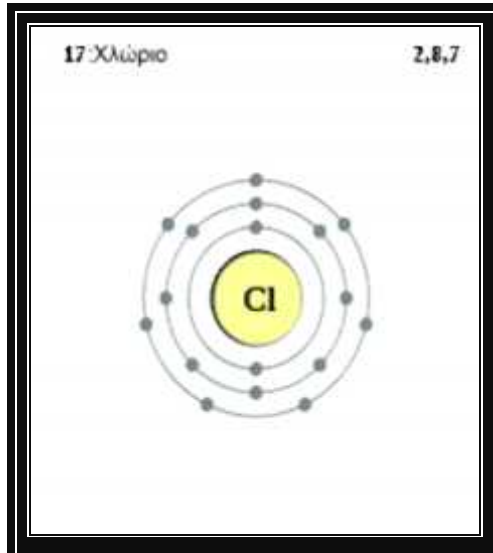
μ

(PVC), μ μ ,

,

μ

. (www.tovima.gr).



10. μ μ .

2.3

μ μ μ

μ ,

μ

. (eleftheri-epistimi.blogspot.gr).

μ

μ

μ

,

,

,

μ

,

,

,

μ

μ

μ

,

.

μ

μ

,

μ

,

μ

μ

,

μ μ μ ,
μ , μ .
(www.sts.gr).

)

μ μ μ μ ,
μ μ . μ
μ μ
, (. 2006).:

- μ μ , μ ,
μ
-
- ,
-
- μ
- μ
-

)

μ μ , μ
μ μ μ , μ μ
(NH₃) ,
μ . (. 2006).

μ ,
:

-
-
- μ
-
- μ μ
-

2.4 μ μ

μ μ μ μ
,
μ μ . μ

μ μ
μ .
μ
, μ . (. 2006).
μ :

- :
- : μ μ μ
- μ μ : μ , , μ μ μ , 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

μ μ μ μ μ μ

μ μ μ μ μ μ

(.

., 2006):

1. μ (Legionella pneumophila),
2. μ μ (p. Aeruginosa)
3. (3,4,7),
- 4.
- 5.
6. μ . .

2.4.1 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 μ μ μ μ

μ μ μ μ μ μ 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):

(... μ μ μ μ .
.., 2006).

2.5 μ μ

1. μ
μ , , μ , μ
μ μ μ ,
(www.sts.gr).

2. μ
μ , μ μ μ μ ,
μ μ μ ,
μ . (www.sts.gr).

3. μ 0,5ppm
μ .

4. μ μ μ μ μ μ
μ , μ μ μ .
μ 12
μ ,
(.)
μ , μ .)

5. μ , , μ
μ μ μ ,
μ μ .

μ 80ppm. , μ ,

μ .

6. μ μ μ

. μ

,

.

7. , μ μ , ,

μ ,

μ ,

μ

8. μ , μ

,

μ , μ μ

μ . (www.sts.gr).

2.6 μ

μ μ μ , :

μ μ μ

• μ

•

• μ

•

• μ

•

μ μ μ . μ

μ

μ , . (-

A. 2010).

- μ .
- μ . μ .
- μ μ μ . μ ,
- μ , . . .
- μ .
- .
- μ . μ .
- μ .
- μ .
- μ . μ .
- μ . μ .
- μ . μ .
- μ . μ .
- μ . μ . μ . μ . μ .
- μ . (-A. 2010).

2.7

μ

μ

2.7.1

μ

μ

) **Ultraswim shampoo**



μ
μ

μμ μ ,

μ

μμ

. (www.swimoutlet.com).

μ μ :

- μ
-
- μ

) Malibu C swimmers wellness shampoo



μ , μ , μ
 . μ
 μ , μ ,
 μ μ μ
 . μ
 . (www.swimoutlet.com).

- μ μ :
 (Vitamin C),
- EDTA, μ μ .
- μ . μ μ μ
- μ . μ μ .

) Reflect H₂O Swim Shampoo



μ , μ μ . μ μ μ μ μ . μ μ . μ . (www.aquagear.com).

μ μ :

- μ
-
-
-
- μ 5
- μ

) Touch out sports moisturizing shampoo.



μ μ , μ μ , μ μ .

(www.aquagear.com).

μ μ :

- μ 7
- Aloe Vera gel
- μ
- μ
- μ
- μ
- μ B5
- μ

, .

μ

) **Ultraswim Conditioner.**



μ

.

, μ μ ,

μ μ

μ μ μ μ Ultraswim shampoo.

μ

μ

μ .

(www.aquagear.com).

) **TRISWIM Conditioner**



μ .
μ . μ μ TRISWIM Shampoo.
(www.swimoutlet.com).

- μ μ :
- μ
 -
 -
- Paraben.

) Malibu C swimmers wellness conditioner



μ , μ , μ
 . μ , μ ,
 μ μ μ
 μ
 . (www.swimoutlet.com).

- μ
- (Vitamin C),
- EDTA, μ μ .
- μ . μ μ μ
- μ μ

) Reflect H₂O swim conditioner



μ , μ μ μ
 μ . (www.swimoutlet.com):

- μ μ :
- μ μ μ
- μ
- μ μ
- μ
- UV
- μ

) Touch ut sports moisturizing conditioner.



μ μ , μ μ μ μ μ .

(www.medco-athletics.com).

μ μ :

- μ 7
- gel,
- μ
- μ
- μ
- μ
- μ B5
- μ

, .

μ μ μ

) **Summer solutions one step shampoo and conditioner.**



μ μ . μ μ μ μ μ .
(www.medco-athletics.com).

) Barracuda aquia 2-in-1 shampoo and conditioner.



μ μ μ μ . μ μ .
(www.swimoutlet.com).

μ μ :

- Palmitic acid
- Myristic acid
- Lauric acid
- Stearic acid
- Potassium hydroxide

μ μ μ

) **SwimSpray chlorine removal spray.**



μ . μ μ

μ . μ μ

μ , μ μ

μ μ . (www.swimoutlet.com).

μ μ :

- 100% μ C.

) Reflect H₂O pre swim.



gel μ μ μ μ
 μ . μ ,
 μ ,
 μ μ .

(www.aquagear.com).

μ μ :

- μ
-
- μ
- μ 5
- μ
-

2.7.2

) TRISWIM body wash.



μ . μ μ μ
μ . μ μ
μ . (www.aquagear.com).

- - μ
 - μ
 - μ 5
 - μ
- Paraben.

) Summer solutions swimmers own shower gel.



μ μ μ μ μ . (www.aquagear.com).
μ μ :
•
• μ

) Joshua Tree Organic Skin Care Body Wash



μ μ μ μ μ μ .
μ μ .
(www.aquagear.com).

2.7.3 μ

) TRISWIM Lotion.



μ , μ
μ . (www.swimoutlet.com).
μ μ :

- Aloe Vera
- μ
- μ
- μ 5
- μ

) Summer solutions moisture therapy body lotion.



μ μ μ μ μ . (www.swimoutlet.com).

μ μ :

Ñ

) **Louis Garneau Creme – Chamois.**



, μ μ . (www.swimoutlet.com).

μ μ :

Ñ μ

Ñ

Ñ μ

Ñ

paraben.

) Joshua tree organic skin care after sun lotion pump.



μ μ μ .
(www.swimoutlet.com).

μ μ :
Ñ Aloe Vera, μ
Ñ μ , μ
Ñ ,
Ñ μ ,
Ñ μ

2.7.4 μ

) Summer Solutions Soap - Moisturizing Bar Soap



μ μ
μ μ

(www.aquagear.com).

2.7.5 –

) Kiss my face active athletic shower gel



gel μ . (www.swimoutlet.com).
μ μ μ

- arnica
-
- μ .

) Beyond Coastal Active Lip Balm



UVB. UVA UVB. 93%
μ .

- Octocrylene (μ UVB) 10%
- Octinoxate (μ UVB) 7.5%
- Avobenzone (μ UV) 3%
-
- μ Yerba mate
- μ
-
- Aloe vera

) Coppertone Sport Continuous Spray



UVA (50 SPF)

80

. (www.swimoutlet.com).

) Joshua tree organic skin care water sport salve



μ μ
μ

(www.swimoutlet.com).

μ μ μ μ 100%

) Aqua Armor



55 μ μ . (www.swimoutlet.com).

μ μ :

- μ
-
-
- μ
- Zinc Oxide 10%
- Octinoxate 7.5%
- Oxybenzone 5%
- Octocrylene 5%

) **Beyond coastal aftersun moisturizer**



- Aloe vera
- Safflower
-
- Shea butter
- Jojoba
- μ
-
-
- Naturajel
- μ
- μ Marigold
- μ
-

- μ E
- Matrixyl
- Rigin
- μ C

) BodyGlide skin glide



μ μ μ
 . (www.medco-athletics.com).

μ μ :

- loe vera
- μ E

μ μ μ μ .
μ μ . μ
μ . μ
, μ gel. gel
μ . gel μ
μ . μ
μ μ
μ μ 20% ,
μ μ . (www.in2life.gr).
μ μ μ
μ μ μ
μ μ μ
, μ μ CTFA
(Cosmetics, Toiletries and Fragrance Association). (www.in2life.gr).

μ
) 24h Physiological Deodorants

μ
La Roche Posay

μ :



μ μ roll-on. μ μ ,
μ μ μ . μ μ
24 μ , μ μ
μ , paraben
, μ μ μ . ,
μ μ ,
μ μ .

(www.aquagear.com).

- μ μ μ :
-
-
- μ
-

) Freshness Hios Herbs Mastic Spa



μ ,

μ μ ,

μ ,

μ

μ μ

μ μ

paraben, mineral oils,

μ .

(www.aquagear.com)

μ μ :

- μ
-

) NaturProtect Normal Deodorant

Sanex



NaturProtect,

μ ,

«

»

μ

μ

Sanex,

μ

roll-on.

alum

μ

μ

μ μ , μ . (www.swimoutlet.com).

μ μ :

- alum

) Mineral Pure Garnier



48 μ μ μ mineralite, -
 . mineral pure

μ , μ .

μ μ paraben.
 (www.swimoutlet.com).

μ μ :

- Mineralite
- ineral pure

) Zinka Nose Coat Waterproof Sunblock



, μ 100%

UVA

UVB

μ . (www.swimoutlet.com).

μ μ :

- ○
-

) Bodyglide anti blister and chafing stick



μ μ μ μ μ

μ . (www.medco-athletics.com).

μ μ :

- μ
- Aloe Vera
-
- C18-36 Acid Triglyceride
- Caprylic/Capric Triglyceride
- Tribehenin
- Tocopheryl Acetate

) Dermatone Sun Block



μ , UVA UVB μ
μ 45. (www.medco-athletics.com).
μ μ :

•

4.1

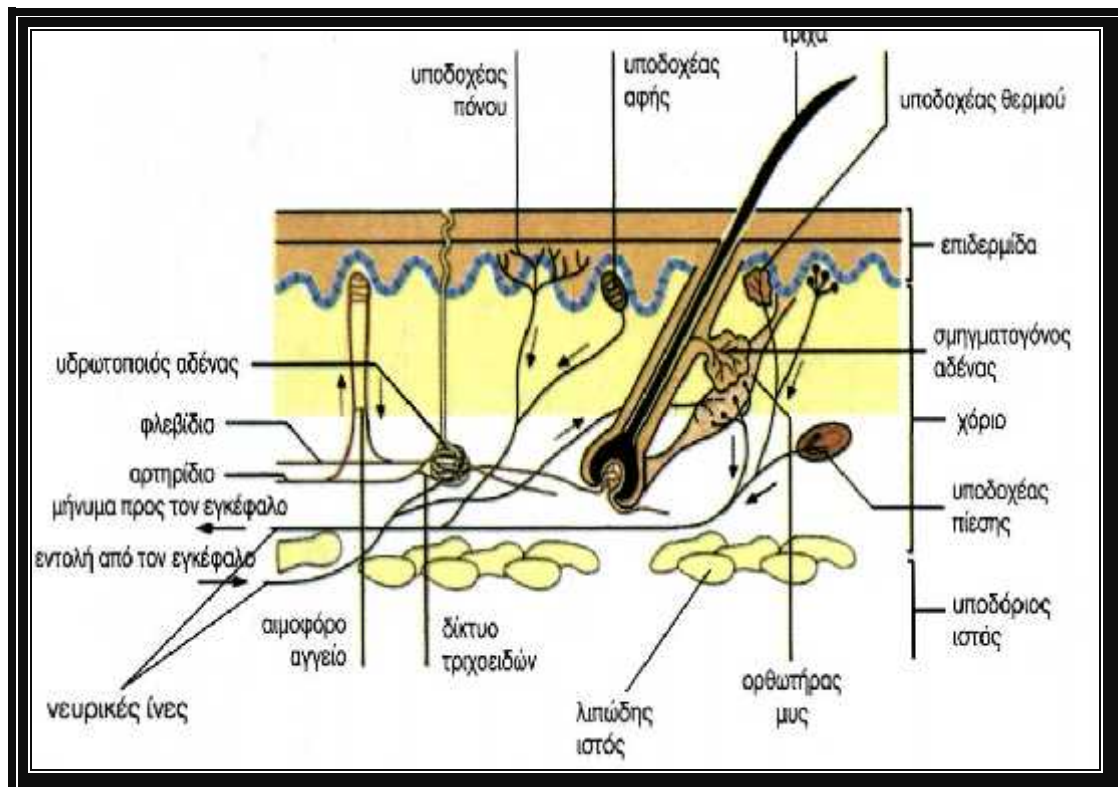
μ ,
μ . , μ
μ μ μ , ,
μ μ . (el.wikipedia.org).



10.

μ , μ , μ
μ μ .
μ μ . (el.wikipedia.org).

μ μ μ μ μ ,



11. μ μ .

4.2

μ

) Dr.Organic MANUKA HONEY FOOT & HEEL CREAM



μ
μ μ μ μ μ μ μ
, μ Aloe Vera,
, μ
, μ
, μ
, μ
μ
μ .
12 . (www.medco-athletics.com).

- μ
-
-
-
-
-
- μ
-

-) HANSAPLAST SILVER ACTIVE



μ . 48
 μ μ
 μ
 aluminium chloride hexahydrate. μ
 μ μ
 μ μ μ
 Hansaplast Silver Active μ μ .
 (www.medco-athletics.com). μ μ :

- aluminium chloride hexahydrate
-

) HANSAPLAST VELVET FEET



μ μ μ μ . μ .
μ , μ ,
μ μ .
μ μ , .
μ μ . (www.swimoutlet.com).
μ μ :
•
• μ μ
• μ μ

) Tol Velvet Total Foot Care System. μ μ
 , μ 3 Tol Velvet:



Pharmasept Tol Velvet Intensive Foot Cream:

μ μ μ μ μ
 , μ μ
 . (www.medco-athletics.com).

μ μ :

-
- ()
-
- μ
-
- 7,5%
- Aloe Vera

Pharmasept Tol Velvet Foot Care System Lotion:

- SymDeo, (www.medco-athletics.com).
- (μ 5)
- μ

Pharmasept Tol Velvet Foot Care Deodorant Powder:

- μ (Tinea Pedis)
- μ
- μ

) Hoo Ha Ride Glide



μ μ μ
μ .
(www.medco-athletics.com).

μ μ :

-
- Cetearyl Alcohol
- Glycerin
- Cetyl Palmitate
- Hordeum Distichon (Barely) Extract
- Epilobium Angustifolium Flower/Leaf/Stem Extract
- Dimethicone, Cetearyl Glucoside, Menthyl Lactate
- Panthenol
- Tocopheryl Acetate
- Tetrahexyldecyl Ascorbate
- Phellodendron Amurense Bark Extract
- Santalum Album (Sandalwood) Extract
- Hydroxyphenyl Propamidobenzoic Acid
- Bisabolol

- Allantoin
- Stearyl Glycrrhethinate
- Eucalyptus Globulus Leaf Oil
- Lavandula Angustifolia (Lavender) Oil
- Melaleuca Alternifolia (Tea Tree) Leaf Oil
- Mentha Piperita (Peppermint) Oil
- Stearic Acid
- Polyester-8
- Butylene Glycol
- Pentylene Glycol
- Xanthan Gum
- Disodium EDTA
- Potassium Sorbate
- Phenoxyethanol
- Ethylhexylglycerin

) Antifungal Cream



μ , μ μ

μ μ :

- 1% Tolnaftate

) Apivita Suncare

μ

μ



μ

UVA

UVB

μ

μ

μ

μ

,

,

μ

5.

1,

,

,

μ

.

μ

μ

. (www.medco-athletics.com).

μ μ :

-
-
-
-
-

μ 5

•

μ

) Avene creme



μ

μ

(UVB-UVA). X

paraben,

μ

μ

:

•

-

5

5.1 μ μ : - μ - - μ

μ μ μ μ μ μ
μ μ μ .
μ « μ » μ μ
μ « » μ μ
μ μ μ . μ

. (el.wikipedia.org).



12.

μ . μ μ μ μ μ
μ . μ μ μ μ
40
(). μ
. (el.wikipedia.org).



13. μ .

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

μ
μ
μ μ μ μ μ μ
μ μ
(el.wikipedia.org).



14.

μ

μ (handball) μ μ μ ,
μ μ
μ ,
30 μ μ

μ , μ μ
(el.wikipedia.org).



15. μ .

5.2

μ

μ

μ

μ

μ

μ ,

μ

,

μ

μ .

μ , μ
,
μ μ « »,
μ , μ
μ μ

(www.ygeiaonline.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

. (www.ygeiaonline.gr).

5.3

μ

μ

μ

) Gold Bond Foot Powder and Cream



μ

μ

μ

μ

. (www.medco-athletics.com).

μ

μ

:

- Menthol

) Lotrimin AF Athlete's Foot



μ , μ , μ μ
. (www.medco-athletics.com).

μ μ :

- miconazole nitrate 2%

) Lotrimin AF Jock Itch



μ , μ , μ μ
μ .
μ μ :

- clotrimazole 1%

) Foot Powder



μ μ μ
μ , μ , μ μ .
, μ ,
μ μ
, (www.medco-athletics.com).
μ μ :

-
-

) Frezyfeet dor stop spray



μ . μ μ μ , μ
μ . μ μ μ μ
μ . μ , μ μ
μ . (www.medco-athletics.com).

) Tineacide Antifungal Cream



μ tinea pedis,
tinea cruris tinea corporis. (www.medco-athletics.com).

μ μ :

- Undecylenic acid
-) **Athlete's Foot Spray**



μ
, μ μ μ .

(www.medco-athletics.com).

μ μ :

- 1% Tolnaftate

) Pedifix tea tree ultimates fungasoap



μ μ μ μ

μ μ μ
μ . (www.medco-athletics.com).

μ μ :

- μ

) Ting antifungal footcare



μ .

, μ μ μ .

(www.medco-athletics.com).

μ μ :

- 1% Tolnaftate
- 2% miconazole nitrate

) Zeasorb-AF super absorbent antifungal powder



μ , μ μ
 μ μ : . (www.medco-athletics.com).

- 2% miconazole nitrate

) Tol Velvet Foot Lotion



μ , μ μ . μ μ .
 μ , μ
 μ μ : . (www.medco-athletics.com).

- Sodium Undecylenate
- SymDeo B125
- μ Aloe Vera

-
- μ
- μ 5

μ) Med antiperspirant cream lotion



μ lotion. μ , μ
 μ μ μ .
 μ μ μ . (www.medco-athletics.com).

- μ Aloe Vera

-
-

) Herbal Cream μ



μ μ μ μ , μ , .
 μ μ μ μ
 μ . (www.medco-athletics.com).

μ μ :

- 1%
- 0,5% μ
- 5% μμ

6

6.1

μ , μ μ
μ . μ μ μ
μ μ μ μ
19 , .
μ , μ .

(el.wikipedia.org).



16. .

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 *Candida albicans.* μ
 . (www.palo.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 μ . μ μ ,
 , μ .
 μ (μ)
 μ μ μ
 μ . (www.palo.gr).

6.3 μ

) Fisiocrem Solugel



- Arnica montana
- Hypericum perforatum
- Officinalis
- Melaleuca alternifolia –

) Vichy capital soleil stick



- Mexoryl XL
- UVB (ethylhexyl methoxycinnamate)
- Vichy.

) Optima Musselflex Gel



μ

. (www.medco-athletics.com).

μ μ :

μ

- μ
- μ
-
-

) Optima Glucosamine Joint Complex



μ μ :

μ .

- μ
-
-

- μ C
-

) SportGel



μ
 , μ . μ
 . μ .
 μ .
 (www.medco-athletics.com).

- μ μ :
- CHINACEA PURPUREA ARNICA MONTANA
 - MENTHA ARVENSIS HAMAMELIS VIRGINIANA
 - ARNICA MONTANA

7.1 μ

μ μ μ .
 μμ μ μ .
 μ μ μ μ
 μ , μ . (el.wikipedia.org).



17. μ .

7.2. μ μ
 μ , μ μ
 (μ μ) μ
 μ . μ

, μ . μ
. (www.tlife.gr).
μ μ μ μ μ
μ μ .
μ μ μ , μ μ
, μ μ
μ . μ
μ , μ μ μ μ
μ . (www.tlife.gr).
, μ μ μ .
μ μ ,
(UV) μ μ μ μ μ
. μ μ μ μ μ
μ μ , μ
. UV μ μ μ
μ μ , μ μ
μ .
μ μ
μ μ μ .
(www.tlife.gr).

7.3

μ

μ

) Optima Aloe Vera lip balm



μ μ Tea Tree (μ).
 UVA UVB . μ μ μ μ
 5. , μ ,
 μ .
 μ . μ ,
 , , .
 μ . μ μ
 μ . (www.aquagear.com).

μ μ :

-
- Tea Tree
- (μ)
- μ
- μ 5

μ .
μ μ :

-
- μ
- μ candelilla

) Ducray Kelyane HD baume lèvres



μ μ μ μ

μ . (www.medco-athletics.com).

μ μ :

- Hydroxydécine

) Weleda



μ . Shea,

UV . (www.medco-athletics.com).

μ μ :

- Jojoba (*Simmondsia Chinensis*) Oil
- Beeswax (*Cera Flava*)
- Shea (*Butyrospermum Parkii*) Butter
- Candelilla (*Candelilla Cera*) Wax
- Rose (*Rosa Damascena*) Flower Wax
- Carnauba (*Copernicia Cerifera*) Wax
- Vanilla (*Vanilla Planifolia*) Extract
- Rose (*Rosa Damascena*) Extract
- Citronellol
- Benzyl Alcohol
- Geraniol
- Eugenol
- Farnesol

) Panthenol Extra Sun Care Face Cream



, μ , μ .
().

μ μ :

- μ
- Panthenol
- Hyaluronic Acid

) HYDROVIT SUN HIGH PROTECTION CREAM



μ UVA UVB ,

μ

μ

(www.medco-

athletics.com).

μ μ :

- μ
-
- D-Panthenol
- μ Imperata Cylindrica
- Schizophyllan

μ () μ μ μ
μ μ μ μ μ
μ .

Adelman R, Saul RL, Ames BN. 1988. Oxidative damage to DNA: relation to species metabolic rate and life span. Proc Natl Acad Sci USA. 85 : 2706-8.

Canham GR Overton . 2003. Descriptive Inorganic Chemistry 3rd Edition W.H. Freeman and Co p: 544.

Elias PM. 1989. The stratum corneum as an organ of protection: old and new concepts. Curr. Probl. Dermatol. 18: 10-21.

Elias PM. 2005. Stratum corneum defensive functions: an integrated view. J. Invest. Dermatol. 125(2): 183-200.

Elias PM., Feingold KR., Fluhr JW. 2003. Skin as an organ of protection in: Freedberg IM., Eisen AZ., Wolff et al. eds. Fitzpatrick's dermatology in general medicine. New York: McGraw-Hill. 1: 107-118.

Fitzpatrick Thomas B. 1998. Dermatology in general medicine. McGraw-Hill. Education-Europe.

Freinkel RK. Woodley DT. 2001. The Biology of Skin. The Parthenon: New York.

Gesase AP., Satoh Y. 2003. Apocrine secretory mechanism: recent findings and unsolved problems. Histol. Histopathol. 18(2): 597-608.

Gilchrest B. 1984. Skin and Aging Processes; CRC Press, Inc.: Boca Raton, FL.

Grupper C., Plas G. 1951. Role of copper in melanogenesis. Bull. Soc. Fr. Dermatol. Suppl., , 58(1): 59-62.

Hatzfeld M, Kristjansson GI, Plessmann U, Weber K. 1994. Band 6 protein, a

Holbrook K. Ultrastructure of epidermis. 1994 In: Leigh IM, Watt FM, Lane EB, eds. Keratinocyte Handbook. Oxford: Oxford University Press: 3-43.

L. Carlos Junqueira, Jose Corneiro, Robert O. Kelley. 1991.

|

Ledermann KD., Burki BK., Zinjernagel RM., Hengartner H. 1996. Molecular mechanisms of lymphocyte mediated cytotoxicity and their role in immunological protection and pathogenesis in vivo. *Annu. Rev. Immunol.*14: 207-32.

Lehmann B., Querings K., Reicharth J. 2004. Vitamin D and skin: new aspects for dermatology. *Exp. Dermatol.* 13(4): 11-5.

major constituent of desmosomes from stratified epithelia, is a novel member

Minamide S., Naora H., Adachi M., Okano A.1995. Apoptosis as a mechanism of skin renewal. *Histochem. Cell Biol.* 103(5): 339-43.

North AJ, Bardsley WG, Hyam J et al. 1999. Molecular map of the desmosomal plaque. *J Cell Sci.* 112: 4325–36.

of the armadillo multigene family. *J Cell Sci.* 107: 2259–70.

Rothman S. 1954. Physiology of keratinization. *Oral. Surg. Oral. Med. Oral. Pathol.* 7(10): 1085-90.

Schoor WF. Papa CM. 1973. Epidermololytic hyperkeratosis. Effect of tretinoin therapy on the clinical course and the basic defects in the stratum corneum. *Arch. Dermatol.* 107(4): 556-62.

Smith e., Everett MA. 1962. Keratinization: A review. *J. Okla. State Med. Assoc.* 55: 459-62.

Valladean J. Saeland S. 2005. Cutaneous dendritic cells. *Semm. Immunol.* 17(4): 273-83.

Wysocki AB. 1999. Skin Anatomy, Physiology and Pathology. *Nurs. Clin. North. Am.* 34(4): 777-97.

Zouboulis CC. 2000. Human skin: an independent peripheral endocrine organ. *Horm. Res.* 54(5-6): 230-42.

. 2005.
 μ .
 . 2004. μ .
 . 70(4): 256-263.
 ., 2008. μ : μ μ .
 . μ μ - μ .
 . 2006. μ μ . ,
 μ μ .
 -A. 2010. μ .
 . μ μ - μ .
 . 1994. μ - .
 . .

:

- www.synaisthitektiki.gr
- el.wikipedia.org
- eleftheri-epistimi.blogspot.gr
- www.sts.gr
- www.tovima.gr
- www.aquagear.com
- www.medco-athletics.com
- www.swimoutlet.com
- www.in2life.gr
- www.mednutrition.gr
- www.ygeiaonline.gr
- www.palo.gr

