

**“ΓΝΩΡΙΖΟΝΤΑΣ ΚΑΛΥΤΕΡΑ ΤΑ ΚΑΛΛΥΝΤΙΚΑ
ΜΑΣ”**

Πτυχιακή Εργασία



Επιβλέπων καθηγήτρια: Αλεξάνδρα Ηλίου

Φοιτήτρια: Δασκαλάκη Πολυξένη

A.M. 2834

Ακαδημαϊκό έτος: 2009-2010

ΓΝΩΡΙΖΟΝΤΑΣ ΚΑΛΥΤΕΡΑ ΤΑ ΚΑΛΥΝΤΙΚΑ ΜΑΣ

Ποιες γυναίκες δεν θέλουν να είναι καλαίσθητες, όμορφες και περιποιημένες, ώστε να νιώθουν οι ίδιες καλά, και να ακτινοβολούν.... Από την αρχή της ανθρώπινης ιστορίας μέχρι και σήμερα οι γυναίκες έδιναν και δίνουν μεγάλη προσοχή στην εμφάνιση τους και τεραστία σημασία στο αποτέλεσμα. Όμως είναι πάντα ασφαλείς οι ουσίες που περιέχουν τα καλλυντικά; Κάποιες ουσίες όπως αποδείχτηκε διαχρονικά , ήταν εξαιρετικά επικίνδυνες για το δέρμα και για την υγεία παρά τα όμορφα αποτελέσματα που είχαν παροδικά στο δέρμα.

ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΑΝΑΔΡΟΜΗ

ΑΙΓΥΠΤΟΣ:



Τα μαύρα σχιστά μάτια κυριαρχούσαν στα χρόνια των Φαραώ. Η μαύρη παχύρρευστη ουσία με την οποία έβαφαν τα μάτια τους περιείχε μεγάλες ποσότητες μαλαχίτη, ενός είδους χαλκού, γαληνίτη και αιθάλης, γνωστής και ως kohl ,που σύμφωνα με ιστορικούς τους φόρτωνε με μια σειρά παρενέργειες, όπως ερεθισμένα μάτια , αϋπνία και νοητικά προβλήματα, ενώ πολλές φορές λόγω της υπερβολικής τοξικότητας το δέρμα στο σημείο όπου εφαρμόζονταν το προϊστορικό eyeliner γινόταν σχεδόν διάφανο. (*πηγή : Η σκοτεινή πλευρά του μακιγιάζ , Ειρήνη Βένιου*)

Οι αρχαίοι Αιγύπτιοι προτιμούσαν να είναι άτριχοι .Τόσο οι άνδρες , όσο και οι γυναίκες ξύριζαν τα κεφάλια τους και φορούσαν περούκες .Για την απομάκρυνση των ανεπιθύμητων τριχών από το σώμα ,χρησιμοποιούσαν ξυράφια και αποτριχωτικά μέσα .Η ελαφρόπετρα ήταν εξαιρετικά δημοφιλής επειδή απομάκρυνε τις ανεπιθύμητες τρίχες με τρίψιμο γεγονός που πιστοποιείται από τα ευρήματα αιγυπτιακών τάφων.

Η Κλεοπάτρα συχνά χρησιμοποιούσε ένα παρασκεύασμα από αρσενικό και άσβεστο ασβέστιο ,που προέρχονταν από την θερμική επεξεργασία ασβεστολιθικών πετρωμάτων. (*πηγή : Αποτρίχωση I ,Ιωάννα Λεονταρίδου*)

ΑΡΧΑΙΑ ΕΛΛΑΔΑ:



Στην αρχαία Ελλάδα τόσο οι άνδρες όσο και οι γυναίκες χρησιμοποιούσαν μια λευκή κρέμα προσώπου, από μόλυβδο που ονομαζόταν ψιμύθιον - εξ ου και η γενικότερη έννοια του μακιγιάζ.την οποία όπως δημοσίευσε το επιστημονικό έντυπο «Clinics in Dermatology» το 2001, εφαρμόζαν γύρω από τα μάτια ή σε ολόκληρο το πρόσωπο για να αποκτήσουν ακόμη πιο καθαρή επιδερμίδα.

Στον αρχαίο ελληνικό πολιτισμό η ψιμυθίωση κατείχε πολύ σημαντική θέση.Τα καλλυντικά της αρχαιότητας όπως αποδείχτηκε, κάθε άλλο παρά αγνά ήταν, καθώς η υψηλή περιεκτικότητά τους σε διάφορες βλαβερές ουσίες φόρτωνε τους χρήστες τους με πλήθος παρενεργειών .Αρχαιολογικά ευρήματα που ήρθαν στο φως πριν από λίγα χρόνια αποκάλυψαν την ασχήμια της αρχαίας ομορφιάς, ταξιδεύοντας τους επιστήμονες σε εποχές όπου τα περίφημα καλλωπιστικά σκευάσματα είχαν υψηλή περιεκτικότητα σε μόλυβδο, υδράργυρο, αρσενικό ή ακόμη και ραδιενεργών ουσιών λόγω της ελλιπούς γνώσεως.**(πηγή : Η σκοτεινή πλευρά του μακιγιάζ , Ειρήνη Βένιου)**



Οι βαφές μαλλιών της αρχαίας εποχής περιείχαν μόλυβδο. Σύμφωνα με τους επιστήμονες, το οξειδίο του μολύβδου προκαλούσε χημική αντίδραση όταν ερχόταν σε επαφή με το θείο των αμινοξέων που εντοπίζεται στην κερατίνη της τρίχας, βάφοντάς την έτσι μαύρη.

ΜΕΣΗ ΑΝΑΤΟΛΗ:



Ένα χημικό αποτριχωτικό παρασκεύασμα χρησιμοποιούσαν πριν στην Τουρκία .Το ονόμαζαν gusma και παρασκευάζονταν επίσης από αρσενικό και άσβεστο ασβέστιο , με την προσθήκη λίγο ροδόσταμου

Στην Αραβία ,οι γυναίκες χρησιμοποιούσαν επίσης αρσενικό σαν αποτριχωτικό μέσο ,καθιστώντας το ακόμη πιο επικίνδυνο με την εφαρμογή

του σε τομές που έκαναν στο δέρμα τους .(πηγή : **Αποτρίχωση I , Ιωάννα Λεονταρίδου**)

ΑΜΕΡΙΚΗ :



Οι Αμερικανίδες ,στα 1700 ,χρησιμοποιούσαν καταπλάσματα καυστικής αλισίβας για το κάψιμο των τριχών τους. Μία Αμερικανίδα με το όνομα madam Lola Montez ,το 1858 ,εξέδωσε ένα βιβλίο ομορφιάς , στο οποίο προειδοποιούσε για την επικινδυνότητα αποτριχωτικών που περιείχαν αρσενικό , αφού ήδη ήταν γνωστά τα δερματικά προβλήματα από την χρήση του . (πηγή : **Αποτρίχωση I , Ιωάννα Λεονταρίδου**)

ΕΥΡΩΠΗ:



Το πρώτο καλλυντικό που χρησιμοποιήθηκε στην Ευρώπη μέχρι το 19ο αιώνα ήταν μια λευκή βαφή με την οποία έβαφαν οι εύπορες γυναίκες τα πρόσωπα τους γιατί ήταν στη μόδα να φαίνονται πολύ χλωμές . Δεν γνώριζαν όμως ότι η λεύκη αυτή βαφή περιείχε μόλυβδο κάτι πολύ άσχημο για την υγεία τους και για το δέρμα τους.

ΑΡΧΑΙΑ ΡΩΜΗ:



Η μόδα του «νεκρικού λευκού» επικρατούσε και στην αρχαία Ρώμη. Εκεί η χρήση ενός μείγματος από λευκό μόλυβδο και ξίδι ήταν ένδειξη ευγενούς καταγωγής. Προσθέτοντας λίγο ερυθρό μίνιο μολύβδου στα ζυγωματικά - το υλικό σήμερα χρησιμοποιείται για την κατασκευή μπαταριών ή αντισκωριακής μπογιάς - η μονότονη μάσκα εκτυφλωτικής «λάμπης» αποκτούσε μια πιο ροδαλή εικόνα. Όσο για τη δράση του μολύβδου; Καταστροφική, καθώς το συγκεκριμένο χημικό στοιχείο προκαλούσε στους χρήστες από πληγές στα σημεία εφαρμογής του ως δηλητηρίαση ή στειρότητα.(πηγή : : **Η σκοτεινή πλευρά του μακιγιάζ , Ειρήνη Βένιου**)

ΣΥΝΕΠΕΙΕΣ ΜΟΛΥΒΔΟΥ ΚΑΙ ΑΡΣΕΝΙΚΟΥ ΣΤΟΝ ΑΝΘΡΩΠΙΝΟ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟ ΜΕ ΒΑΣΗ ΤΙΣ ΓΝΩΣΕΙΣ ΤΟΥ ΣΗΜΕΡΑ

ΜΟΛΥΒΔΟΣ:



Πρόσφατες έρευνες της Αμερικανικής Υπηρεσίας Περιβαλλοντικής Προστασίας έδειξαν ότι ο μόλυβδος (είτε στην ατμόσφαιρα είτε σε καταναλωτικά προϊόντα) μπορεί να προκαλέσει στους ενήλικους μεταξύ άλλων πρόωρη γήρανση του εγκεφάλου, προβλήματα στην αναπαραγωγή, στη συγκέντρωση και στη μνήμη, αλλά και να αυξήσει υπερβολικά την πίεση του αίματος.

Στην περίπτωση των παιδιών τα πράγματα είναι πιο σοβαρά, καθώς μπορεί να οδηγήσει στη μείωση του ρυθμού ανάπτυξης, σε εγκεφαλική βλάβη ή προβλήματα στο νευρικό σύστημα.

Η συγγραφέας Στέισι Μάλκαμ αναφέρει μιλώντας στο «Βήμα» : «Όσο για τα προϊόντα μακιγιάζ, εκεί ίσως τα πράγματα είναι πιο σκούρα. Και δεν πρόκειται για τη νέα παλέτα χρωμάτων, αλλά για το γεγονός ότι οι ουσίες που περιέχουν ακόμη και σήμερα, είδη καθημερινής χρήσης θεωρούνται ιδιαίτερα επικίνδυνες. Ένοχα κρίνονται τα κόκκινα κραγιόν, τα οποία κατηγορούνται για υψηλά ποσοστά μολύβδου, ενώ και οι μάσκες και τα αιλάνερ δέχονται τα πυρά των ειδικών για την περιεκτικότητά τους σε υδράργυρο.

Μάλιστα κατά το παρελθόν οι μάσκες είχαν κατηγορηθεί ως και για τύφλωση, με χαρακτηριστικό παράδειγμα εκείνο της Lash Lure. Σύμφωνα με δημοσίευμα του περιοδικού «Time» το 1933, η αποκάλυψη της επικινδυνότητας της εν λόγω μάσκας είχε τρομοκρατήσει ακόμη και την τότε πρώτη κυρία των ΗΠΑ κ. Ελεανόρ Ρούζβελτ.

Όπως αναφέρει η επιθεώρηση «Journal Of the American Medical Association» της ίδιας χρονιάς, συνολικά 17 γυναίκες υπέφεραν από σοβαρές μολύνσεις, ενώ σε μία από αυτές η «φονική» μάσκα προκάλεσε τελικά ολική τύφλωση».

ΑΡΣΕΝΙΚΟ :



Η συνεχής μακροχρόνια έκθεση στο αρσενικό προκαλεί αργό θάνατο και άλλες ασθένειες όπως καρκίνο ,διαβήτη ,ασθένειες του ήπατος ,πεπτικά προβλήματα και πάχυνση του δέρματος

Στο νευρολογικό σύστημα μπορεί να προκαλέσει απώλεια ακοής και απώλεια της αίσθησης στα μέλη

Με αυτή την σύντομη αναδρομή στο παρελθόν διαπιστώνεται πως ακόμα και σήμερα δεν θα πρέπει να εστιάζεται η επιλογή του καλλυντικού μόνο στο αποτέλεσμα αλλά και στο πόσο ασφαλές είναι για την υγεία μας .

Παρακάτω θα εξετάσουμε κάποιες ουσίες των καλλυντικών κάνοντας μια σύντομη εισαγωγή στην επιστήμη της Κοσμετολογίας



ΟΡΙΣΜΟΣ ΚΑΛΛΥΝΤΙΚΩΝ:

Ως καλλυντικό προϊόν ορίζεται, «κάθε ουσία ή παρασκεύασμα που προορίζεται να έλθει σε επαφή με διάφορα εξωτερικά μέρη του ανθρωπίνου σώματος (επιδερμίδα, τριχωτά μέρη του σώματος, της κεφαλής, νύχια, χείλη και εξωτερικά γεννητικά όργανα), ή με τα δόντια και τις βλεννογόνους της στοματικής κοιλότητας, με αποκλειστικό ή κύριο σκοπό, τον καθαρισμό τους, τον αρωματισμό τους, την μεταβολή της εμφάνισής τους ή και την διόρθωση των σωματικών οσμών, ή και την προστασία τους, ή την διατήρησή τους σε καλή κατάσταση»

Πολλά από τα καλλυντικά προϊόντα πχ κρέμες καθαρισμού , ημέρας (νύχτας) προσώπου ,σαμπουάν ,προϊόντα ξυρίσματος ,λοσιόν ,αντηλιακές κρέμες ανήκουν στην κατηγορία των γαλακτωμάτων .

ΟΡΙΣΜΟΣ ΓΑΛΑΚΤΩΜΑΤΩΝ:



Γαλάκτωμα καλούμε ένα σύστημα δύο υγρών τα οποία δεν αναμιγνύονται πλήρως μεταξύ τους και στο οποίο το ένα υγρό είναι διεσπαρμένο υπό μορφή μικρών σταγονιδίων μέσα στο άλλο .

Στην κοσμετολογία, ένα γαλάκτωμα αποτελείται συνήθως από δύο υγρές φάσεις .Η μία φάση αποτελείται από νερό ή κάποιο υδατικό διάλυμα και καλείται **υδατική φάση** .Η δεύτερη φάση περιέχει έλαια, λίπη ,κήρους, λιποδιαλυτές ουσίες και για αυτό ονομάζεται **ελαιώδη φάση** .

Οι φάσεις αυτές θερμαίνονται ξεχωριστά και υγροποιούνται , και έπειτα αναμιγνύονται . Για την δημιουργία όμως ενός σταθερού γαλακτώματος προστίθενται και ένας **γαλακτωματοποιητής** . Οι γαλακτωματοποιητές , εμποδίζουν την διασπορά της μίας φάσης μέσα στην άλλη και χωρίς την παρουσία τους τα γαλακτώματα θα ήταν σταθερά για λίγη μόνο ώρα.

Πέρα από τον γαλακτωματοποιητή ,στα γαλακτώματα προστίθενται **αντιοξειδωτικές ουσίες ,συντηρητικά και επιφανειακοδραστικές ουσίες** . Απαραίτητα για την διάρκεια ζωής του καλλυντικού και την εμπόδιση της ανάπτυξης μικροοργανισμών μέσα σε αυτά. Επίσης στα καλλυντικά προστίθενται και **χρωστικές ουσίες**.

Περίπου έτσι είναι η δομή των περισσότερων καλλυντικών .Ας δούμε ένα παράδειγμα :

<u>ΓΑΛΑΚΤΩΜΑ ΠΡΟΣΩΠΟΥ:</u>			
<u>ΕΛΑΙΩΔΗΣ ΦΑΣΗ :</u>		<u>ΥΔΑΤΙΚΗ ΦΑΣΗ :</u>	
GMS	6%	Αποσταγμένο νερό	72%
Ισοπροπυλμυριστάτ	3%	Σορβιτόλη	10%
Σιτέλαιο	3%	NIPAGIN	0, 2%
Λάδι AVOCADO	3%	Άρωμα	0,3%
Καροτέλαιο	1,5%		
EXTRAPON VC	1%		

Σε αυτό το γαλάκτωμα ο *γαλακτωματοποιητής* είναι το GMS και το ρόλο του *συντηρητικού* τον έχει το NIPAGIN . Στο συγκεκριμένο γαλάκτωμα η γαλακτωματοποίηση γίνεται στους 60-65 βαθμούς κελσίου .

Συνοπτικά οι ορισμοί :

ΓΑΛΑΚΤΩΜΑΤΟΠΟΙΗΤΗΣ :Με τον όρο γαλακτωματοποιητή ορίζουμε την ουσία η οποία είναι σε θέση να σχηματίζει ένα ανθεκτικό φιλμ ανάμεσα στις δυο φάσεις του γαλακτώματος με αποτέλεσμα να εμποδίζεται η διασπορά της μια φάσης μέσα στην άλλη και να σταθεροποιείται το γαλάκτωμα

ΣΥΝΤΗΡΗΤΙΚΑ : Με τον όρο συντηρητικά ορίζουμε της χημικές ουσίες οι οποίες σε μικρές συγκεντρώσεις είναι σε θέση να καταστρέφουν ή να εμποδίζουν την ανάπτυξη των μικροοργανισμών

ΣΥΝΤΗΡΗΤΙΚΑ ΚΑΛΛΥΝΤΙΚΩΝ



Συντηρητικά τα οποία χρησιμοποιούνται σε καλλυντικά προϊόντα θα πρέπει να πληρούν τις παρακάτω προϋποθέσεις:

- Να είναι δραστικά ακόμη και σε πολύ μικρές συγκεντρώσεις
- Να μην έχουν δυσάρεστη οσμή

- 🌍 Να μην έχουν τοξικές ιδιότητες και μην προκαλούν ερεθισμό ή άλλες παρενέργειες
- 🌍 Να είναι σταθερές χημικές ενώσεις να μπορούν να δράσουν για μεγάλο χρονικό διάστημα και σε υψηλές θερμοκρασίες
- 🌍 Να είναι ανεκτά απ το δέρμα
- 🌍 Να διαλύονται εύκολα σε λίπη και έλαια αλλά και στο νερό

Γενικές Κατηγορίες συντηρητικών

- ★ **Οργανικά οξέα** με το μειονέκτημα ότι είναι δραστικά σε ορισμένη περιοχή pH (ένοικο οξύ, σορβικό οξύ, σακίλικό οξύ κτλ)
- ★ **Αλκοόλες** που πρέπει να χρησιμοποιούνται σε μεγάλη ποσότητα για να δρουν ως συντηρητικά πχ αιθυλική αλκοόλη, προπανόλη κτλ
- ★ **Αλδεΐδες**, όπως φορμαλδεΐδη,
- ★ **Φαινολικά παράγωγα** όπως methylparaben , ethylparaben γενικά τα PARABEN
- ★ **Επιφανειακοενεργές ουσίες**(συνεργητικές ουσίες)που αυξάνουν τη δράση των συντηρητικών πχ. Certmidide , Benzalconium Chloride
- ★ **Άλλα ευρέου φάσματος συνεργηστικά** πχ Bronopol , Quaternium-15 , imidazolidinyl urea

Τον τελευταίο καιρό , ερευνώνται πολλές ουσίες των καλλυντικών σχετικά με την επικινδυνότητά τους .Επίσης δημιουργήθηκαν πολλές καινούριες εταιρίες αποκαλούμενες με «βιολογικά καλλυντικά» η ακόμα διατυμπανίζεται η φράση «στροφή στα σπιτικά καλλυντικά» και «όχι στις χημικές ουσίες των καλλυντικών» και παρουσιάζονται ως αβλαβή καλλυντικά

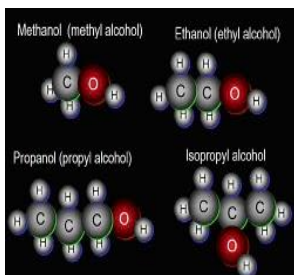
Ας εξετάσουμε κάποια συντηρητικά με βάση το τι γνωρίζουμε για αυτά σήμερα και να πούμε το τι έρευνες διεξάγονται στο τι πιθανών να προκαλούν στον οργανισμό

Οργανικά οξέα

Ορισμένα οργανικά οξέα, όπως το **βενζοϊκό**, το **προπιονικό**, το **σακυλικό** αλλά και διάφορα άλατα τους χρησιμοποιήθηκαν παλαιότερα σαν συντηρητικά, έχουν όμως το μειονέκτημα ότι χρησιμοποιούνται μόνο σε ορισμένες περιοχές. Δεν υπάρχει κάποια αναφορά σχετικά με το αν είναι επιβλαβή στον οργανισμό. Αντιθέτως στην Κοσμετολογία πέρα από την χρήση τους σαν συντηρητικά βρίσκουν και εφαρμογή και σε peeling με οξέα φρούτων και έχουν ευεργετικές δράσεις στο δέρμα.



Αλκοόλες:

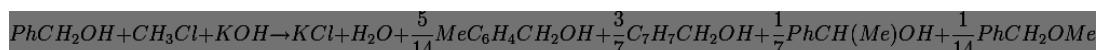


Οι αλκοόλες δρουν σαν συντηρητικά σε συγκέντρωση των 10 % και για αυτό δεν χρησιμοποιούνται. Ισχύοντα τα όποια περιέχουν μεγάλη ποσότητα αλκοόλων δεν χρειάζεται να περιέχουν άλλα συντηρητικά πλέον.

Benzyl Alcohol - Βενζυλική Αλκοόλη

Πετροχημικό συστατικό που χρησιμοποιείται στα καλλυντικά. Απορροφάται από το Δέρμα πολύ εύκολα.

Έρευνες που πραγματοποιούνται σήμερα και τι τείνουν να αποδείξουν συγκεκριμένα για την βενζυλική αλκοόλη:



Ερευνάται ότι μπορεί να προκαλέσει ερεθισμούς στα μάτια, πονοκεφάλους, ναυτία, εμετό, ζαλάδα, πτώση της πίεσης του αίματος, καταστολή του

κεντρικού νευρικού συστήματος και σε ακραίες περιπτώσεις διακοπή της αναπνοής και θάνατο.

Αλδεΐδες:

Φορμαλδεΐδη (E240) :Ένα φθινό συντηρητικό που χρησιμοποιείται στα βερνίκια νυχιών σε σαμπουάν, κοντίσιονερ, τζελ για το ντους ακόμα και σε παιδικά αφρόλουτρα

Έρευνες που πραγματοποιούνται σήμερα και τι τείνουν να αποδείξουν :

Η φορμαλδεΐδη είναι ύποπτη για καρκίνο και μπορεί να πυροδοτήσει αλλεργίες. Η Φορμαλδεΐδη σχηματίζεται φυσικά από την κάπνιση ή την θέρμανση τροφίμων πλούσιων σε πρωτεΐνες. Εμπορικά παρασκευάζεται με χημική σύνθεση από τη μεθανόλη. Η Φορμαλδεΐδη είναι αέριο που χρησιμοποιείται ως συντηρητικό κατά των βακτηρίων. Ως αέριο από μόνο του έχει πολύ σοβαρές παρενέργειες

Το Κέντρο Προστασίας Καταναλωτών προτρέπει σήμερα να μην χρησιμοποιείται τίποτα που περιέχει φορμαλδεΐδη .

Φαινολικά παράγωγα

Για παράδειγμα οι διάφοροι **εστέρες** του **πάρα-υδροξυ-βενζοϊκού οξέος** όπως **methylparaben** , **ethylparaben** , **propylparaben** κ.ά ή και συνδυασμοί τους. Τα **parabens** όπως γενικά ονομάζονται, είναι πλέον τα περισσότερο χρησιμοποιούμενα συντηρητικά στα καλλυντικά. Ανήκουν στην εξής κατηγορία :

Εστέρες του Π-υδροξυβενζοϊκού οξέος :

Οι εστέρες αυτοί εμποδίζουν την ανάπτυξη των μικροβίων και την θανάτωση τους στα προϊόντα στα οποία προστίθενται ,καθώς και προστατεύουν και τον ανθρώπινο οργανισμό από αυτούς ,χωρίς όμως να προκαλούν καμιά βλάβη στον ανθρώπινο οργανισμό.

Έρευνες που πραγματοποιούνται σήμερα και τι τείνουν να αποδείξουν :

Paraben:

Είναι μια χημική ουσία που βρίσκεται στα αποσμητικά μασχάλης και άλλα καλλυντικά, που έχει αποδειχθεί ότι μιμείται τη δράση της θηλυκής ορμόνης του οιστρογόνου, το οποίο μπορεί να οδηγήσει την αύξηση των ανθρώπινων όγκων στήθων.

Ο κ. Philip Harvey εκδότης του «Journal of Applied Toxicology», ο οποίος δημοσίευσε αυτή τη μελέτη αναφέρει: «Από αυτή την έρευνα δεν είναι δυνατό να πούμε με σιγουριά αν τα paraben πραγματικά προκαλούν αυτούς τους όγκους, μα σίγουρα πρέπει να συνδέονται με την συνολική αύξηση των περιπτώσεων καρκίνου του στήθους»... «Δεδομένου ότι, ο καρκίνος του στήθους είναι ο μεγαλύτερος δολοφόνος των γυναικών και ότι ένα μεγάλο ποσοστό γυναικών χρησιμοποιεί αποσμητικά στικ (deodorant)» καταλήγει ο κ. Harvey «πιστεύω ότι θα πρέπει να συνεχίσουμε μεθοδικά τις έρευνες για τα paraben και που αυτά βρίσκονται στο ανθρώπινο σώμα».

Η έρευνα που πραγματοποιήθηκε από τη μοριακή βιολόγο Philippa Darbre στο Πανεπιστήμιο του Reading (Ρέντιγκ) αναφέρει ότι η μορφή των paraben που βρέθηκαν στους όγκους υποδεικνύει ότι προέρχονται από την εφαρμογή στην επιδερμίδα κρέμας, αποσμητικού σώματος ακόμη και αποσμητικού στικ (deodorant) . Η κα. Darbre αναφέρει στο περιοδικό «New Scientist»: «κάποιος θα περίμενε ότι οι όγκοι του στήθους θα αναπτύσσονταν ομοιόμορφα, 20% ποσοστό εμφάνισης σε καθεμιά από τις 5 περιοχές του στήθους. Δυστυχώς τα αποτελέσματα της μελέτης αυτής βοηθούν να εξηγήσουμε γιατί το 60% των περιπτώσεων βρίσκονται στην περιοχή δίπλα από τη μασχάλη».

Ωστόσο ο κ. Chris Flower, γενικός γραμματέας του Συνδέσμου Εμπόρων Ειδών Κοσμετολογίας και Αρωματοποιίας, αμφισβητεί τα ευρήματα της

μελέτης αυτής. Συγκεκριμένα αναφέρει, «Δεν υπάρχουν αποσμητικά στικ και αρώματα σώματος που να περιέχουν parabens» και συνεχίζει, «αν και υπάρχουν (parabens) στις περισσότερες από τις κρέμες και τα είδη κοσμετολογίας, τα ποσοστά ασφαλείας τους είναι τεράστια και δεν επιτρέπουν την ανάπτυξη όγκων».

Σε απάντηση της η κ. Darbre κατέστησε σαφές ότι τα αποσμητικά στικ (deodorant) και τα αποσμητικά σώματος δεν περιέχουν εδώ και λίγο καιρό στις συσκευασίες τους parabens. Σίγουρα είναι πολύ αργότερα από τη μελέτη των δειγμάτων των καρκινικών όγκων.

Μια μικρή έρευνα αγοράς που πραγματοποίησε το περιοδικό «New Scientist» σε τρεις μεγάλες αλυσίδες καλλυντικών και ένα σούπερ μάρκετ στο Ηνωμένο Βασίλειο βρήκε ότι μόνο ένα αποσμητικό στικ (deodorant) περιείχε parabens ενώ τα περισσότερα δεν είχαν το συγκεκριμένο συντηρητικό χημικό. Ωστόσο, πολλά άλλα προϊόντα που χρησιμοποιούνται στην περιοχή της μασχάλης όπως αποσμητικά σώματος, κρέμες αποτρίχωσης και κρέμες ξυρίσματος περιείχαν parabens. Κρέμες σώματος, κρέμες προσώπου, gel καθαρισμού και σαμπουάν βρέθηκαν να περιέχουν parabens.

Οι προηγούμενες δημοσιευμένες μελέτες δείχνουν ότι τα parabens είναι ικανά να απορροφηθούν από το δέρμα και να εισχωρήσουν στο σώμα όπου και ενθαρρύνουν την ανάπτυξη καρκίνου του μαστού.

Ο κ. Flower επιμένει ότι τα επίπεδα απορρόφησης των parabens από το δέρμα είναι πολύ μικρά και καταλήγει ότι μεταβολίζονται από τα κύτταρα του δέρματος. Πρέπει να αναφέρουμε ότι η μελέτη της κα. Darbre δεν περιλαμβάνει τα ποσοστά συγκέντρωσης parabens σε άλλες περιοχές του σώματος ή του στήθους. Η ίδια διαβεβαιώνει ότι εδώ και οκτώ χρόνια έπαψε να χρησιμοποιεί προϊόντα κοσμετολογίας και συνιστά και στις άλλες γυναίκες να κάνουν το ίδιο μέχρι να αποκατασταθεί η «αξιοπιστία» των προϊόντων αυτών. (Πηγή: *Organic Consumers Association*).

Η FDA πάντως επισημαίνει ότι είναι ασφαλής η χρήση τους αν δεν

ξεπερνάει το 25% σε περιεκτικότητα στα συντηρητικά του προϊόντος.

Επιφανειακοενεργές ουσίες:

Χαρακτηριστικό γνώρισμα των ουσιών αυτών είναι ότι το μόριό τους αποτελείται από δύο μέρη ,ένα λιπόφιλο μέρος και ένα υδρόφιλο μέρος .

Οι επιφανειακοενεργές ουσίες αποτελούν τους βασικότερους γαλακτωματοποιητές στην Κοσμετολογία.

Ως προς το δέρμα όταν έρχονται σε επαφή ο γαλακτωματοποιητής μπορεί να δράσει και σαν διαβροχοποιητής και να διευκολύνει τα συστατικά να Εισχωρήσουν στο δέρμα .Συντελούν επίσης ώστε τα γαλακτώματα να Παραμένουν σταθερά και σε μεγάλες θερμοκρασίες

T.E.A.

Η αποκαλούμενη **τριαιθανολαμίνη** . Είναι πυκνόρρευστο και άχρωμο υγρό και διαλύεται εύκολα στο νερό και το οινόπνευμα. Γνωρίζουμε ότι δεν ερεθίζει Το δέρμα και μαζί με το στεατικό οξύ σχηματίζει ιδανική βάση για γαλακτώματα τύπου w/o .Στην κοσμετολογία χρησιμοποιείται μόνο καθαρή αποσταγμένη **τριαιθανολαμίνη** .

Έρευνες που πραγματοποιούνται σήμερα και τι τείνουν να αποδείξουν:

Η TEA προκαλεί αλλεργικές αντιδράσεις, περιλαμβάνοντας προβλήματα στα μάτια, ξηρότητα σε μαλλιά και δέρμα, και μπορεί να είναι τοξική αν απορροφάται στο σώμα για μια μεγάλη χρονική περίοδο.

ΧΡΩΜΑΤΑ ΚΑΛΛΥΝΤΙΚΩΝ



Οι χρωστικές ουσίες των καλλυντικών θα πρέπει να τηρούν τις εξής προϋποθέσεις :

- Να είναι σε θέση να δώσουν χρώμα με κατάλληλη ένταση
- Να είναι σταθερές χημικές ουσίες να μην μεταβολίζονται εύκολα από μικροοργανισμούς ,φως , οξειδωση κτλ
- Να μην έχουν τοξικές ιδιότητες και να μην προκαλούν ερεθισμό του δέρματος ή άλλες παρενέργειες

Σύνθετες χρωστικές ουσίες ερεθίζουν το δέρμα ,είναι καρκινογόνες και τοξικές .Η τοξικότητα κάθε χρώματος στα καλλυντικά εξαρτάται από τον βαθμό καθαρότητας του ,δηλαδή σαφή έλεγχο ορισμένων μετάλλων και ριζών καθώς και μέθοδοι ποσοτικού προσδιορισμού τους . Χρώματα που περιέχονται σε στοματικά διαλύματα ,οδοντόκρεμες , λοσιόν προσώπου και κραγιόν χειλιών **δεν** θα πρέπει να περιέχουν

- χρωμικά άλατα
- ενώσεις υδραργύρου
- ελεύθερες αρωματικές αμίνες
- ανώτερους αρωματικούς υδρογονάνθρακες
- πάνω από 0.3% αντιμόνιο ,βάριο, μόλυβδο , κάδμιο , χρώμιο , χαλκό ,
- τάλιο ,ψευδάργυρο ,ενώσεις κυανίου ,και νιτρώδη

Άλλες ουσίες των καλλυντικών που ερευνώνται ακόμα σχετικά με την Επικινδυνότητα τους είναι οι εξής :

Φθαλικοί εστέρες (phthalates), πλαστικοποιούν τα συστατικά (παρόν σχεδόν στα τρία τέταρτα των προϊόντων που εξετάζονται από το Environmental Working Group), μεταξύ άλλων προβλημάτων, έχουν συνδεθεί με γεννητικές ατέλειες στο αναπαραγωγικό σύστημα των αγοριών και τη χαμηλότερη κινητικότητα σπέρματος σε ενήλικα άτομα.

Μόσχοι (musks), χρησιμοποιούνται ως αρώματα τα οποία συσσωρεύονται στο σώμα και έχουν συνδεθεί σε εργαστηριακές μελέτες, με τον ερεθισμό του δέρματος, τη διάσπαση ορμονών και τον καρκίνο.

Τεχνητά αρώματα, τα οποία είναι μεταξύ των κορυφαίων πέντε γνωστών αλλεργιογόνων, και μπορούν να προκαλέσουν άσθμα και επιθέσεις άσθματος.

Methylisothiazolinone (MIT), μια χημική ουσία που χρησιμοποιείται σε σαμπουάν, βαφές μαλλιών κι άλλα καλλυντικά για να αποτρέψει τα βακτηρίδια να αναπτυχθούν, η οποία μπορεί να έχει καταστροφικά αποτελέσματα στο νευρικό σύστημα.

Τολουόλιο (Toluene), γίνεται από την πίσσα πετρελαίου ή άνθρακα και βρίσκεται στα περισσότερα συνθετικά αρώματα. Η χρόνια έκθεση σε αυτό συνδέεται με την αναιμία, τη μικρότερο αριθμό κυττάρων αίματος, το συκώτι ζημιά σε νεφρούς ή συκώτι, ενώ μπορεί να έχει επιπτώσεις σε ένα αναπτυσσόμενο έμβρυο.

Ορυκτέλαιο, παραφίνη, και μαλακή παραφίνη , αυτά τα προϊόντα ντύνουν το δέρμα όπως το πλαστικό, που φράζει τους πόρους και δημιουργεί μια συγκέντρωση τοξινών. Επιβραδύνουν επίσης την κυτταρική ανάπτυξη, που μπορεί να παρουσιάσει πρώιμα σημάδια γήρανσης, ενώ είναι μια πιθανή αιτία καρκίνου και διάσπασης στην ορμονική δραστηριότητα.

Aceton: Το γνωστό «ασετόν» που χρησιμοποιείται ως διαλύτης για τα βερνίκια νυχιών. Προκαλεί ξηροστομία, ζαλάδα, ναυτία, δυσκολία στην ομιλία και σε ακραίες περιπτώσεις κώμα. Λειτουργεί ως κατασταλτικό του κεντρικού νευρικού συστήματος (ΚΝΣ).

BTH: Το BHT στα καλλυντικά θεωρείται εξαιρετικό συντηρητικό , με αντί-οξειδωτικές ικανότητες και καταστροφή των μικροοργανισμών. Ωστόσο η δράση του πρέπει να αναθεωρηθεί γιατί υπάρχουν ενδείξεις ότι ορισμένα άτομα μπορεί να έχουν δυσκολία μεταβολισμού , BHA και BHT, με αποτέλεσμα την επιβάρυνση της υγείας τους , πιθανόν καρκινογενέσεις ,και αλλαγή στην συμπεριφορά .

EDTA Ethylenedinitrilo : Συνθετικό χημικό που χρησιμοποιείται για μαλακτικό νερού και σαν αντιοξειδωτικό. Προκαλεί αλλεργικές αντιδράσεις και είναι τοξικό. Μάλιστα ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας το κατατάσσει στις τερατογενείς ουσίες.

Benzyl Acetate – Οξικό Βενζύλιο .Υπάρχουν σοβαρές ενδείξεις ότι είναι καρκινογόνος ουσία (καρκίνος του παγκρέατος). Προκαλεί ερεθισμούς στα μάτια και το αναπνευστικό σύστημα, βήχα και συστημικές αντιδράσεις. Τοξικό.

Benzyl Alcohol - Βενζυλική Αλκοόλη .Πετροχημικό συστατικό που χρησιμοποιείται στα καλλυντικά. Απορροφάται από το δέρμα πολύ εύκολα.

Μπορεί να προκαλέσει ερεθισμούς στα μάτια, πονοκεφάλους, ναυτία, εμετό, ζαλάδα, πτώση της πίεσης του αίματος, καταστολή του κεντρικού νευρικού συστήματος και σε ακραίες περιπτώσεις διακοπή της αναπνοής και θάνατο.

Mineral Oil – Μεταλλικό Έλαιο. Σε κρέμες χειλιών, ματιών, χεριών, σώματος, υδατικές κρέμες, μείκαπ, προϊόντα μαλλιών κλπ. Καλύπτει το δέρμα με ένα λεπτό (σαν μεμβράνη) στρώμα (κυριολεκτικά), εμποδίζοντας την ικανότητά του να αναπνέει, να αποβάλλει τις τοξικές ουσίες, να ενυδατώνεται και να δημιουργεί νέα υγιή κύτταρα. Συχνές αντιδράσεις είναι μαύρα στίγματα, σπυράκια, αφυδάτωση, φωτοευαισθησία (υπερευαισθησία στον ήλιο – πανάδες), πρόωρη γήρανση του δέρματος. Καρδιολογικές διαταραχές. Αλλεργικές διαταραχές. Διαταραχές στο αμυντικό σύστημα, κατάθλιψη του κεντρικού συστήματος.

ΛΑΝΟΛΙΝΗ-ΒΑΖΕΛΙΝΗ είναι υπεύθυνες για την δημιουργία ακμής από καλλυντικά.

ΣΑΚΙΛΙΚΗ ΟΜΟΜΕΝΘΥΛΗ,ΘΕΙΟΥΧΟ ΚΑΛΙΟ ,ΛΙΘΑΝΘΡΑΚΟΠΙΣΣΑ

δημιουργούν ακμή υπό την μορφή κλειστών λεπτών φαγεσώρων και θυλακικές βλάβες. Βρίσκονται σε τροφές και καλλυντικά και προκαλούν καρκίνο και προβλήματα γονιμότητας στους άνδρες

Ακολουθεί ένα σχετικό άρθρο από την εφημερίδα «Το ΒΗΜΑ»

Πέμπτη 14 Μαΐου 2009

Επικίνδυνες, «καθημερινές» χημικές ουσίες

ΛΟΝΔΙΝΟ

Κορυφαίος βρετανός επιστήμονας υποστηρίζει ότι οι χημικές ουσίες που περιέχονται σε πολλές τροφές, καλλυντικά και προϊόντα καθαρισμού φαίνεται ότι επηρεάζουν αρνητικά τα έμβρυα και ειδικά τα αγόρια, πολλαπλασιάζοντας τις πιθανότητες το παιδί που θα γεννηθεί να εμφανίσει αργότερα στη ζωή του καρκίνο, αλλά και να αντιμετωπίσει σοβαρά προβλήματα γονιμότητας. Η έκθεση του **Ρίτσαρντ Σαρπ**, διευθυντή του Ιατρικού Ερευνητικού Συμβουλίου για τις Ανθρώπινες Αναπαραγωγικές Επιστήμες στο Πανεπιστήμιο του Εδιμβούργου της Σκωτίας και συμβούλου της βρετανικής κυβέρνησης, έχει προκαλέσει αίσθηση, όπως όμως είναι ευνόητο και ανησυχία. Ο βρετανός επιστήμονας αναφέρεται σε ένα πλήθος ουσιών, όπως οι φθαλάτες, η βισφενόλη, διοξίνες PCB, παραβένες και πολλές άλλες.

Σύμφωνα με τον Σαρπ, αυτές οι χημικές ουσίες είτε μπλοκάρουν τη δράση της βασικής ανδρογόνου ορμόνης (τεστοστερόνη) είτε μιμούνται τη δράση της βασικής γυναικείας ορμόνης (οιστρογόνο). Όπως επισημαίνει ο επιστήμονας, μόνη της η κάθε ουσία είναι ακίνδυνη, όμως η παρουσία τους στον οργανισμό αθροιστικά προκαλεί πολύ σοβαρές επιπλοκές κυρίως στο αναπαραγωγικό σύστημα του άνδρα, προκαλώντας προβλήματα που συνδέονται με τη γονιμότητά του, αλλά και καρκίνο στα αναπαραγωγικά όργανα.

«Δεν μπορεί να κάνει κάποιος κάτι για τα χημικά που βρίσκονται στην ατμόσφαιρα, αλλά μπορεί να ελέγξει τον τρόπο ζωής του και το τι καταναλώνει προστατεύοντας έτσι το παιδί του. Δεν γνωρίζουμε επακριβώς τις αλληλεπιδράσεις κάθε χημικής ουσίας με τις ορμόνες αυτό είναι σημαντικό ο καθένας από εμάς να προσπαθεί να αποφεύγει όσο περισσότερο μπορεί την κατανάλωση προϊόντων που περιέχουν χημικές ουσίες. Το μήνυμα που θέλουμε να περάσουμε είναι να αποφεύγετε τις χημικές ουσίες όπως αποφεύγετε το αλκοόλ και τα ναρκωτικά» δήλωσε ο βρετανός επιστήμονας.

Μια νέα αμερικανική κυβερνητική μελέτη, η οποία φιλοξενείται στο επιστημονικό έντυπο «*Journal of the National Cancer Institute*», έδειξε ότι η υπερβολική έκθεση στη χημική ουσία φορμαλδεΐδη- η οποία χρησιμοποιείται κυρίως για την κατασκευή συγκολλημένων προϊόντων ξύλου όπως π.χ. το MDF και το νοβοπάν- αυξάνει σημαντικά τον κίνδυνο θανάτου από καρκίνο του αίματος, κατά 37%. (<http://www.tovima.gr/default.asp?pid=2&ct=33&artid=267993&dt=14/05/2009>)

Οι «ωρολογιακές βόμβες»

Παραβένες Πολύ ισχυρά συντηρητικά. Παρατείνουν τη ζωή των καλλυντικών (βρίσκονται σε σαμπουάν, κρέμες, λοσιόν αποσμητικά κ.ά.).

Φθαλάτες Οικογένεια βιομηχανικών χημικών προϊόντων που χρησιμοποιούνται για να μαλακώσει η πλαστική ύλη. Περνούν στον οργανισμό μέσω των καλλυντικών, μέσω αναθυμιάσεων ή τροφίμων. Έχει απαγορευτεί η χρήση τους εντός της ΕΕ.

Τρικλοζάνη Ευρέως φάσματος εμπορική αντιμικροβιακή ουσία που χρησιμοποιείται στην παρασκευή σαπουνιών, οδοντόπαστων και πάγκων τεμαχισμού τροφών.

PCB Διοξίνες με ιδιαίτερα τοξικά αποτελέσματα στο ενδοκρινολογικό σύστημα. Βρίσκονται σε κυρίως σε ηλεκτρικά κυκλώματα, βαφές και σε δάπεδα. Έχουν απαγορευτεί στην ΕΕ.

Βισφενόλη Α: Χρησιμοποιείται ευρέως σε μπιμπερό, μπουκάλια νερού, στα κουτάκια των αναψυκτικών, καθώς και στην κατασκευή κινητών.

Linuron/Diuron Φυτοφάρμακα εναντίον ζιζανίων, τα οποία περνούν στη διατροφική αλυσίδα.

Vinclozolin Δραστική ουσία σε προϊόντα φυτοπροστασίας που έχει απαγορευτεί στην ΕΕ αλλά εντοπίζεται σε φρούτα και λαχανικά που εισάγονται από άλλες ηπείρους.

PentaBDE Οι **πενταβρωμοδιφαινυλαιθέρες** είναι χημικά που καθυστερούν τη θερμότητα και χρησιμοποιούνται σε πυροσβεστικούς αφρούς και στην κατασκευή καθισμάτων αυτοκινήτων. Έχουν απαγορευτεί στην ΕΕ.

Προχλωράζη, Προσυμιδόνη Φυτοφάρμακα που ίχνη τους εντοπίζονται σε φρούτα, φασόλια και δημητριακά. Η χρήση τους απαγορεύτηκε πριν από έναν χρόνο στην ΕΕ.

ΠΟΙΕΣ ΕΙΝΑΙ ΟΜΩΣ ΣΗΜΕΡΑ ΟΙ ΕΠΙΤΡΕΠΟΜΕΝΕΣ ΟΥΣΙΕΣ ΣΤΑ ΚΑΛΜΥΝΤΙΚΑ ΣΤΗΝ ΕΥΡΩΠΑΙΚΗ ΕΝΩΣΗ;

Ένα μέρος του πινάκα των προσωρινά επιτρεπτών ουσιών στα καλλυντικά και τους περιορισμούς, από την επιτροπή των Ευρωπαϊκών κοινοτήτων (eurolex) που δημοσιεύτηκε στην επίσημη εφημερίδα. Συγκεκριμένα στην «**Επίσημη Εφημερίδα αριθ. L 149 της 03/06/1986 σ. 0038 – 0045**»

Ενδεικτικά είναι τα παρακάτω:

- [Αιθυλική αλκοόλη](#) Μετουσιωτικό της αιθυλικής και της ισοπροπυλικής αλκοόλης, 5 % υπολογισμένη σε % της αιθυλικής αλκοόλης και της ισοπροπυλικής αλκοόλης .
- [Τριχλωροαιθάνιο\(μεθυλοχλωροφόρμιο\)](#) Προωθητικό αέριο στα αεροζόλ, 35 %. Για τα μείγματα με μεθυλενοχλωρίδιο η μέγιστη συγκέντρωση παραμένει καθορισμένη σε 35 % . Να μην ψεκάζεται κοντά σε φλόγα ή σε πυρακτωμένα σώματα .
- [Τριβρωμοσαλικυλανίδιο](#) (Tribomsalan (*)) :Αποσμητικό σαπούνι , 1 % .
- [Τριβρωμοσαλικυλανιλίδιο](#): τουλάχιστον 98,5 %.
- [Άλλα βρωμοσαλικυλανιλίδια](#): μέχρι 1,5 %.
- [Διβρωμοσαλικυλανιλίδια](#): μέχρι 0,1 %
- [Ανόργανο βρώμιο](#): μέχρι 0,1 % εκφραζόμενο σαν Ναβτ .Περιέχει τριβρωμοσαλικυλανιλίδιο /
- [Δίθειο-2,2-δισ πυριδινόδιοξειδίο 1,1](#) (προϊόν προσθήκης με το ένυδρο θεικό μαγνήσιο)
- [Διθειούχος πυριθειόνη + θεικό μαγνήσιο](#) Αποκλειστικά στα παρασκευάσματα για την περιποίηση των μαλλιών που προορίζονται να ξεπλυθούν , 1 % .
- [Σαν συντηρητικό](#): Φαινοξυπροπανόλη // - Αποκλειστικά για τα προϊόντα που ξεπλένονται .Απαγορεύεται στα προϊόντα για την περιποίηση του στόματος , 2,0 % .

Ουσίες που δρουν ως συντηρητικά:

- Βενζοϊκό οξύ, τα άλατά του και οι εστέρες του (*) // 0,5 % (οξύ)
- Προπιονικό οξύ και τα άλατά του (*) 2 % (οξύ)
- Σαλικυλικό οξύ και τα άλατά του (*) 0,5 % (οξύ). Να μην χρησιμοποιείται σε παρασκευάσματα που προορίζονται για παιδιά κάτω των πέντε ετών, με εξαίρεση τα σαμπουάν. Να μην χρησιμοποιείται για την περιποίηση παιδιών κάτω των τριών ετών.
- Φορμαλδεΰδη και παραφορμαλδεΰδη 0,2 % (πλην προϊόντων για την περιποίηση του στόματος) 0,1 % (για την περιποίηση του στόματος) συγκεντρώσεις εκφρασμένες σε ελεύθερη φορμαλδεΰδη.
Απαγορεύεται στα αεροζόλ, (sprays)
- 2,2-διυδροξυ-3,3,5,5,6,6-εξαχλωροδιαφαινου-λομεθάνιο - (εξαχλωροφαινιο) 0,1 % . Απαγορεύεται στα προϊόντα που προορίζονται για τη φροντίδα παιδιών κάτω των τριών ετών και στα προϊόντα που προορίζονται για την ιδιαίτερη εσωτερική υγιεινή του σώματος
- Ο-φαινυλοφαινόλη και τα άλατά της.
- Άλατα με ψευδάργυρο της πυριδιν-1-οξύ-2-θειόλης (*) (πυριθειόνη ψευδαργύρου) 0,5 % . Επιτρέπονται στα προϊόντα που ξεπλένονται μετά τη χρήση,
- Ανόργανα θειώδη και όξινα θειώδη άλατα (*)

Αναλυτικά και λεπτομερώς θα τα βρείτε στην παρακάτω ιστοσελίδα:

(<http://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=CELEX:31986L0199:EL:HTML>)

Και οι έρευνες θα συνεχίζονται για όλες τις ουσίες των καλλυντικών

Ας δούμε τώρα τα βιολογικά καλλυντικά και ,την αντικατάσταση των χημικών συστατικών με φυτικές ουσίες και τους περιορισμούς που πρέπει να τηρούνται ως προς την χρήση τους

ΒΙΟΛΟΓΙΚΑ ΚΑΛΛΥΝΤΙΚΑ



Με τον όρο βιολογικά καλλυντικά ορίζουμε : εκείνο το καλλυντικό στο οποίο έχει διενεργηθεί ποιοτικός έλεγχος στις πρώτες ύλες κατά τη διάρκεια της παραγωγής του, αλλά και στο τελικό προϊόν πριν και μετά τη συσκευασία του. Οι διεργασίες που ακολουθούνται για την παραγωγή του είναι φιλικές προς το περιβάλλον.

Τα βιολογικά καλλυντικά βασίζονται σε φυτικά συστατικά που προέρχονται από πιστοποιημένες βιολογικές καλλιέργειες (χωρίς εντομοκτόνα, χημικά λιπάσματα, ζιζανιοκτόνα). Στα βιολογικά καλλυντικά δεν συναντάμε χημικά συντηρητικά (όπως παραβένες), γαλακτωματοποιητές (PEG), συνθετικά αρώματα και ζωικά συστατικά.

Στη χώρα μας κυκλοφορούν πιστοποιημένα βιολογικά καλλυντικά τόσο ελληνικής παραγωγής όσο και από άλλες χώρες της Ε.Ε. Τα διάφορα πρότυπα έχουν αρκετές διαφοροποιήσεις μεταξύ τους, αλλά και αρκετά κοινά σημεία, όπως:

- Το ποσοστό των φυτικών συστατικών να είναι τουλάχιστον σε ποσοστό 95%.
- Το υπόλοιπο 5% των συστατικών να είναι χημικής προέλευσης, που όμως να μην είναι τοξικές ούτε αλλεργιογόνες.
- Δεν πρέπει να περιέχουν συστατικά που προέρχονται από γενετικά τροποποιημένους οργανισμούς.
- Δεν πρέπει να έχει πραγματοποιηθεί πειραματικός έλεγχος πάνω σε ζώα
- Είναι υποχρεωτική η αναγραφή όλων των συστατικών στην ετικέτα, καθώς και του ποσοστού συμμετοχής τους στη σύνθεση του προϊόντος.

- 🌍 Τα βιολογικά συστατικά να επισημαίνονται με διάφορους τρόπους (π.χ. με αστερίσκο).
- 🌍 Δεν πρέπει να περιέχουν συστατικά που προέρχονται από ζώα .
- 🌍 Δεν επιτρέπεται η χρήση ακτινοβολίας για την απολύμανση των καλλυντικών.

Μερικές φυτικές ουσίες στα σημερινά καλλυντικά είναι **τα αιθέρια έλαια** ,η **aloe vera** και τα **φύκια** που χρησιμοποιούνται επίσης ως συντηρητικά ,ως αρώματα , ως εκχυλίσματα και ως αντιοξειδωτικές ουσίες . Επίσης η **χέννα** που χρησιμοποιείται σε βαφές μαλλιών και τατουάζ ως χρωστική .

Ένα ενδιαφέρον άρθρο για την στροφή στα φυσικά προϊόντα ως συντηρητικά των καλλυντικών εμφανίζεται στο: pc.chemistry.blogspot.com.

Σύμφωνα με αυτό:

Τα τελευταία χρόνια, μελέτες δείχνουν ότι συστατικά όπως τα αιθέρια έλαια, μπορούν να χρησιμοποιηθούν σαν συντηρητικά, είτε μόνα τους, είτε σε συνδυασμό με κάποιο άλλο συνθετικό συντηρητικό, το οποίο προφανώς θα χρησιμοποιηθεί σε μικρότερη συγκέντρωση στο προϊόν.

Τα τελευταία χρόνια, μελέτες δείχνουν ότι συστατικά όπως τα αιθέρια έλαια, μπορούν να χρησιμοποιηθούν σαν συντηρητικά, είτε μόνα τους, είτε σε συνδυασμό με κάποιο άλλο συνθετικό συντηρητικό, το οποίο προφανώς θα χρησιμοποιηθεί σε μικρότερη συγκέντρωση στο προϊόν.

Ένα άλλο σημαντικό σημείο είναι το ότι το δέρμα αναπτύσσει αμυντικούς μηχανισμούς αποβολής των συνθετικών ουσιών με τις οποίες έρχεται σε επαφή, με επακόλουθο να μην επιτρέπει τη σε βάθος διείσδυση των δραστικών συστατικών του χημικού καλλυντικού προϊόντος.

Έτσι, τελικά γίνεται αναποτελεσματικό. Το δέρμα, όμως, δεν αναπτύσσει το ίδιο εύκολα αμυντικούς μηχανισμούς στα φυσικά προϊόντα, επειδή περιέχουν εξ ολοκλήρου φυσικά συστατικά, με τα οποία, απλούστατα, έχει ξαναέλθει σε επαφή. Έτσι, έχουμε τη μέγιστη δυνατή δράση...

ΤΙ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΠΡΟΣΕΧΟΥΜΕ ΩΣ ΠΡΟΣ ΤΗΝ ΧΡΗΣΗ ΦΥΤΙΚΩΝ ΟΥΣΙΩΝ ΣΤΑ ΚΑΛΛΥΝΤΙΚΑ;

Αρχικά πρέπει οποιοδήποτε καλλυντικό να έχει εγκριθεί από τον ΕΟΦ (Εθνικός Οργανισμός Φαρμάκων)

Οδηγοί χρήσης φυτικών προϊόντων:(οπως εκδόθηκε το 2003 από βοτανολόγους και ιατρούς της εταιρίας **Procurves**)

- Πριν τη λήψη οποιουδήποτε τύπου φυτικού προϊόντος χωρίς γνώση αυτού στο παρελθόν, ενημερωθείτε για τις φαρμακευτικές του δράσεις. Συμβουλευτείτε ένα γιατρό ή έναν ειδικό πριν λάβετε οποιοδήποτε τύπο φυτικού προϊόντος.
- Εάν λαμβάνετε οποιοδήποτε τύπου φάρμακο ή βρίσκεστε υπό ιατρική επίβλεψη, συμβουλευτείτε κάποιον ειδικό πριν κάνετε οποιαδήποτε χρήση οποιουδήποτε προϊόντος. Οι φυτικές δρόγες έχουν καταδείξει πολλά στοιχεία σύμφωνα με τη δράση τους και τη λειτουργία τους. Κάθε άνθρωπος έχει διαφορετική ιδιοσυγκρασία, διαφορετικές ευαισθησίες, αλλεργικές αντιδράσεις και πιθανόν διαφορετικές συνθήκες υγείας.
- Σε μια συγχορήγηση φαρμάκων μπορεί να προκληθούν επιβλαβείς επιδράσεις σε συγκεκριμένες περιπτώσεις. Θα πρέπει να είστε σε επιφυλακή για τις ενδείξεις και αντενδείξεις αυτών , κατά τη διάρκεια της συγχορήγησης. Για παράδειγμα, το coumadin (συστατικό της συνταγής), το ginkgo biloba (φυτικό συστατικό), η aspirin (φάρμακο) και η Βιταμίνη Ε μπορεί να δράσουν αρνητικά στο αίμα, και λαμβάνοντας οποιαδήποτε από αυτά τα προϊόντα μαζί μπορεί να αυξήσουν τον κίνδυνο εσωτερικής αιμορραγίας.

ΝΑ ΜΗ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΕΙΤΕ ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΗΣ ΕΓΚΥΜΟΣΥΝΗΣ Ή ΕΑΝ ΒΡΙΣΚΕΣΤΕ ΥΠΟ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΑΓΩΓΗ ΜΕ ΤΑ ΠΑΡΑΚΑΤΩ ΠΡΟΪΟΝΤΑ

Alkanet, Aloe, Angelica, Γλυκάνισο, Αστέρι γλυκάνισου, Arnica, Ashwaganda, Κριθάρι, Barberry, Βασιλικός, Bitter Melon, Black Cohosh, Bladderwrack, Blessed Thistle, Blood Root, Blue Cohosh, Blue Flag, Blue Vervain, μποραγκο, Buckthorn, παπαρούνα Καλιφόρνιας, Cascara Sagrada, Catnip, Celandine, Σέλινο, Μαϊντανός, Κανέλα, Club Moss, Comfrey, Coltsfoot, Cubeb, Dong Quai, Elecampane, Ephedra, False Unicorn, Fenugreek, Feverfew, Ginger-πιπερόριζα, Golden Seal, Gravel, Guarana, Gymnema, Horehound, Horsetail, Hyssop, Juniper, Lemongrass, Licorice, Lobelia, Lovage, Lungwort, Mace, Motherwort, Mugwort, Muira Puama, Myrrh, Neem, Σταφύλι του Oregon, Osha, Parsley, Pennyroyal, Pleurisy, Prickly Ash, κόκκινο τριφύλλι, Rhodiola, Rosemary, Rue, Sage, Sassafras, Sarsaparilla, Senna, Φασκόμηλο, Spikenard, ρεβέντι της Τουρκίας, Turmeric, Uva Ursi, Vitex, Κάρδαμο, White Sage, Wormwood, Yarrow.

ΟΧΙ ΣΕ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΙΣΤΟΡΙΚΟ ΠΕΤΡΑΣ ΝΕΦΡΩΝ, ΠΑΘΗΣΕΙΣ ΤΟΥ ΗΠΑΤΟΣ, ΔΥΣΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΩΝ ΠΝΕΥΜΟΝΩΝ.

Cubeb, Essiac, Horsetail, Hydrangea, Juniper Berries, Kava Kava, Μαϊντανόριζα, Pennyroyal, Sheep Sorrel, Shepherds Purse, Suma, Sumac, Uva Ursi, Yellowdock, Yohimbe

ΔΕ ΣΥΣΤΗΝΕΤΑΙ ΣΕ ΑΤΟΜΑ ΥΠΟ ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΥΠΕΡΤΑΣΗΣ

Alfalfa, Angelica, Cramp Bark, Cubeb, Dong Quai, Ginkgo, Meadowsweet, Red Clover, Sarsaparilla, Yohimbe

ΔΕ ΣΥΣΤΗΝΕΤΑΙ ΣΕ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΣΤΟΜΑΧΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΡΑΧΕΣ/ΕΛΚΗ, ΣΟΒΑΡΕΣ ΗΠΑΤΙΚΕΣ ΠΑΘΗΣΕΙΣ. ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΠΡΟΚΑΛΕΣΕΙ ΓΑΣΤΡΟΕΙΣΟΦΑΓΙΚΗ ΠΑΛΙΝΔΡΟΜΗΣΗ.

Black Haw, Blue Flag, Chaparral, Club Moss, Crampbark, Devils Claw, Ευκάλυπτος, Elecampane, Essiac, Γεντιανή, Ginger-πιπερόριζα, Licorice Lobelia, Μαϊντανός, Pleurisy, Pygeum, Solomans Seal, Tribulus, Turmeric, Yohimbe

ΟΧΙ ΓΙΑ ΜΑΚΡΟΧΡΟΝΙΑ ΧΡΗΣΗ:

Μύρτιλλα, Καρύδι, Blessed thistle, μποράγκο, Cascara Sagrada, Comfrey, Coltsfoot, Chaparral, Elecampane, Ephedra, λινάρι, Horsetail, Γεντιανή, Goldenseal, Guarana, Juniper berries, Licorice, Lobelia, Lungwort, Mullein, Nettle Root, ρεβέντι, Φασκόμηλο, Σασαφράδες, Sarsaparilla, Senna, Sheep Sorrel, Αγριοκέρασο, Wormwood, Uva Ursi, Yohimbe.

ΝΑ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΕΙΤΑΙ ΜΟΝΟ ΥΠΟ ΤΗΝ ΕΠΙΒΛΕΨΗ ΓΙΑΤΡΟΥ ΕΙΔΙΚΟΥ ΣΤΗΝ ΧΡΗΣΗ ΑΥΤΩΝ ΤΩΝ ΟΥΣΙΩΝ:

Calamus, Horse Chestnut, Lobelia, Licorice, Mandrake, Poke, Tonga

ΜΗ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΕΙΤΕ ΑΝ ΕΧΕΤΕ ΚΟΙΛΙΑΚΟΥΣ ΠΟΝΟΥΣ Ή ΔΙΑΡΡΟΙΑ ΚΑΙ ΔΙΑΚΟΨΤΕ ΑΝ ΑΥΤΟΙ ΕΜΦΑΝΙΖΟΝΤΑΙ.

ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΕΙΤΕ ΤΟΝ ΓΙΑΤΡΟ ΣΑΣ ΣΕ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΕΓΚΥΜΟΣΥΝΗΣ, ΝΟΣΗΛΕΙΑΣ, Ή ΑΛΛΗΣ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ. ΜΗΝ ΥΠΕΡΒΕΙΤΕ ΤΗ ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ ΔΟΣΗ.

ΟΧΙ ΓΙΑ ΜΑΚΡΟΧΡΟΝΙΑ ΧΡΗΣΗ.

Aloe, Buckthorn, Cascara Sagrada, Senna, Turkey Rhubarb, Yohimbe

ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΠΡΟΚΑΛΕΣΕΙ ΦΩΤΟΕΥΑΙΣΘΗΣΙΑ ΣΕ ΜΕΡΙΚΕΣ ΠΕΡΙΠΤΩΣΕΙΣ ΥΨΗΛΗΣ ΔΟΣΗΣ. ΑΠΟΦΥΓΕΤΕ ΤΗ ΜΑΚΡΟΧΡΟΝΙΑ ΕΚΘΕΣΗ ΣΤΟΝ ΗΛΙΟ ΕΑΝ ΛΑΜΒΑΝΕΤΕ

Angelica, Celery Seed, Orange Peel, Rue, St. Johns Word

ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΠΡΟΚΑΛΕΣΕΙ ΦΩΤΟΕΥΑΙΣΘΗΣΙΑ ΣΕ ΜΕΡΙΚΕΣ ΠΕΡΙΠΤΩΣΕΙΣ ΥΨΗΛΗΣ ΔΟΣΗΣ. ΑΠΟΦΥΓΕΤΕ ΤΗ ΜΑΚΡΟΧΡΟΝΙΑ ΕΚΘΕΣΗ ΣΤΟΝ ΗΛΙΟ ΕΑΝ ΛΑΜΒΑΝΕΤΕ

Angelica, Celery Seed, Orange Peel, Rue, St. Johns Word

ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΕΙΤΕ ΕΝΑΝ ΕΙΔΙΚΟ ΓΙΑΤΡΟ ΠΡΙΝ ΚΑΝΕΤΕ ΧΡΗΣΗ ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΕΓΚΥΜΟΣΥΝΗΣ, ΝΟΣΗΛΕΙΑΣ, ΥΠΕΡΤΑΣΗΣ, ΚΑΡΔΙΑΚΕΣ Ή ΠΑΘΗΣΕΙΣ ΤΟΥ ΘΥΡΟΕΙΔΗ ΑΔΕΝΑ, ΔΙΑΒΗΤΗ, ΔΥΣΚΟΛΙΑ ΟΥΡΗΣΗΣ ΕΞΑΙΤΙΑΣ ΠΡΟΣΤΑΤΗ, Ή ΕΑΝ ΛΑΜΒΑΝΕΤΕ ΑΝΑΣΤΟΛΕΑ ΜΑΟ Ή ΑΛΛΑ ΦΑΡΜΑΚΑ. ΜΕΙΩΣΤΕ Ή ΔΙΑΚΟΨΤΕ ΤΗ ΧΡΗΣΗ ΣΕ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΝΕΥΡΙΚΟΤΗΤΑΣ, ΤΡΕΜΟΥΛΟΥ, ΥΠΝΗΛΙΑ, ΕΛΛΕΙΨΗ ΟΡΕΞΗΣ Ή ΝΑΥΤΙΑ. ΜΗΝ ΥΠΕΡΒΕΙΤΕ ΤΗ ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ ΔΟΣΗ. ΝΑ ΦΥΛΑΓΕΤΑΙ ΜΑΚΡΙΑ ΑΠΟ ΠΑΙΔΙΑ.

(Ephedra, St. Johns Wort, Yohimbe)

ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΕΙΤΕ ΕΝΑΝ ΕΙΔΙΚΟ ΓΙΑΤΡΟ ΠΡΙΝ ΚΑΝΕΤΕ ΧΡΗΣΗ ΕΑΝ ΕΧΕΤΕ ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙ ΗΠΑΤΙΚΗ Η ΝΕΦΡΙΚΗ ΑΝΕΠΑΡΚΕΙΑ. ΔΙΑΚΟΨΤΕ ΤΗ ΧΡΗΣΗ ΣΕ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΝΑΥΤΙΑΣ, ΠΥΡΕΤΟΥ, ΚΟΥΡΑΣΗΣ Ή ΙΚΤΕΡΟΥ (ΝΥΧΤΕΡΙΝΗ ΔΙΟΥΡΗΣΗ, ΚΙΤΡΙΝΟ ΧΡΩΜΑ ΤΩΝ ΜΑΤΙΩΝ):

Boldo, Chaparral

Τα αιθέρια έλαια ως συντηρητικά.

Τι έχει καταγραφεί μέχρι τώρα:



Τα αιθέρια έλαια είναι πτητικές, ελαιώδης ουσίες που παράγονται από κάποια φυτά και είναι υπεύθυνα για την χαρακτηριστική τους οσμή. Λαμβάνονται από τα αντίστοιχα φυτά με την τεχνική της απόσταξης.

Κύρια συστατικά τους είναι τα μονοτερπένια (μόρια με 10 άτομα άνθρακα) και τα σεσκιτερπένια (μόρια με 15 άτομα άνθρακα), περιέχουν όμως και άλλα παράγωγα (φαινυλοπροπανοειδή, θειούχες ή αζωτούχες ενώσεις, αλεικυκλικούς υδρογονάνθρακες κ.α.). Λόγω της χαρακτηριστικής τους ευχάριστης οσμής, τόσο τα ίδια τα φυτά, όσο και τα αρωματικά τους συστατικά βρίσκουν εφαρμογή από την αρχαιότητα στην αρωματοθεραπεία. Σήμερα, είμαστε σε θέση να γνωρίζουμε τις αντιμικροβιακές και αντιμικροβιακές δράσεις ορισμένων αιθέριων ελαίων, με αποτέλεσμα τα έλαια αυτά να βρίσκουν εφαρμογές στην ιατροφαρμακευτική και την αρωματοθεραπεία. Δεν προκαλούν εθισμό και δεν έχουν καταγραφεί παρενέργειες.

Τα αιθέρια έλαια έχουν αντιμικροβιακές ιδιότητες, και ως εκ τούτου θα μπορούσαν να αποτελέσουν φθηνή και ασφαλή εναλλακτική λύση για την συντήρηση των καλλυντικών, έναντι των συνθετικών συντηρητικών.

Η ερευνητική ομάδα βιοτεχνολογίας φυσικών προϊόντων του Πανεπιστημίου Fort Hare της νοτίου Αφρικής χρησιμοποίησε μια σειρά αιθέριων ελαίων ως φυσικά συντηρητικά σε μια υδατική κρέμα.

Πρόκειται για τα αιθέρια έλαια που προέρχονται από 2 γηγενή φυτά της νοτίου Αφρικής, *Artemisia afra* και *Pteronia incana* καθώς και 2 δυο μεσογειακά αρωματικά φυτά, τα οποία ευδοκιμούν στην ίδια χώρα, και είναι τα *Lavandula officinalis* και *Rosmarinus officinalis*. Με εξαίρεση τα *Pseudomonas aeruginosa* strains, τα έλαια επέδειξαν αξιοσημείωτη αντιμικροβιακή δράση έναντι όλων των κοινών οργανισμών, συμπεριλαμβανομένων και των βακτηρίων και μυκήτων.

Τα αποτελέσματα της έρευνας κατέδειξαν τα αιθέρια έλαια θα μπορούσαν

να προταθούν ως υποψήφια μελλοντικά συντηρητικά ανάλογων καλλυντικών προϊόντων. Το έλαιο από το φυτό *Artemisia afra* ήταν το πιο αποτελεσματικό στην μείωση του μικροβιακού φορτίου μιας υδατικής κρέμας εντός 2-7 ημερών. Όταν μάλιστα χρησιμοποιήθηκαν μεγαλύτερες συγκεντρώσεις ελαίου παρατηρήθηκε ότι εκτός από συντηρητικό, το συστατικό αυτό θα μπορούσε να χρησιμοποιηθεί ταυτόχρονα και ως άρωμα του προϊόντος.

Όπου δοκιμάστηκαν τα αιθέρια έλαια ως συντηρητικά έδειξαν ικανότητα μείωσης του μικροβιακού φορτίου, αν και η μείωση αυτή ποικίλει ανάλογα με το είδος του μικροοργανισμού, την συγκέντρωση του ελαίου που χρησιμοποιήθηκε καθώς και από τον χρόνο επώασης.

Η μέχρι τώρα αποκτηθείσα γνώση γύρω από το θέμα των συντηρητικών, θεωρητική και πειραματική μαζί με μια πιο ευρεία οικολογική θεώρηση του όλου θέματος μπορούν να αποτελέσουν ένα καλό εφαλτήριο για την παραγωγή ολοένα και πιο αποτελεσματικών και ασφαλών συντηρητικών.

Βασικές προϋποθέσεις για την χρήση αιθέριων ελαίων

- 🌍 Τα αιθέρια έλαια δεν πρέπει ποτέ να χρησιμοποιούνται αυτούσια, παρά μόνο αναμεμειγμένα με κάποιο άλλο απλό λάδι. Και αυτό επειδή είναι μεγάλης συγκεντρώσεως και μπορούν να προκαλέσουν αλλεργίες.
- 🌍 Ιδιαίτερα πρέπει να προσεχθεί η χρήση τους στο πρόσωπο και σε ευαίσθητα γενικά δέρματα όπου η ποσότητα του απλού λαδιού θα πρέπει να είναι μεγαλύτερη από την κανονική αναλογία της μείξης.
- 🌍 Θα πρέπει επίσης να γνωρίζουμε ότι τα αιθέρια έλαια εξατμίζονται πολύ εύκολα. Επίσης όταν έρχονται σε επαφή με το φως καταστρέφονται τα πτητικά αρώματα τους και οξειδώνονται.

ΑΦΙΕΡΩΜΑ ΣΤΗΝ ALOE VERA



Τα συντηρητικά των καλλυντικών και οι προοπτικές του

31 Διεθνές συνέδριο Υγείας, Αισθητικής (2008)

Comite International D'Esthetique Et De Cosmetologie (CIDESCO)

Η **Αλόη Βέρα**, χάρη στην περιεκτικότητα της σε θρεπτικά συστατικά και τις αντιοξειδωτικές της ιδιότητες, βοηθά κατ' αρχήν στην πρόληψη των τραυματισμών στους επιθήλιους ιστούς και έπειτα στη γρήγορη επούλωση τους, αν τραυματιστούν. Τα αντιοξειδωτικά πολεμούν τις «ελεύθερες ρίζες», τις ασταθείς ενώσεις που δημιουργεί ο μεταβολισμός μας και βρίσκονται στους περιβαλλοντικούς παράγοντες μόλυνσης. Οι ελεύθερες ρίζες θεωρούνται υπεύθυνες για ασθένειες, όπως κάποιες μορφές καρκίνων, αλλά και την επιτάχυνση της διαδικασίας της γήρανσης.

Το επιθήλιο είναι ένα στρώμα κυττάρων που καλύπτει το σώμα ή επενδύει μια κοιλότητα που συνδέεται μαζί του. Το μεγαλύτερο επιθήλιο είναι το δέρμα μας, αλλά στον οργανισμό μας συμπεριλαμβάνεται και το έντερο, οι βρόγχοι και το γεννητικό σύστημα. Γι αυτό κάνει τόσο καλό στο κατεστραμμένο δέρμα αλλά και στο ερεθισμένο έντερο ή το άσθμα.

Επίσης η Αλόη έχει αντιμικροβιακή δράση διότι καταστρέφει πολλούς μικροοργανισμούς όπως ιούς, βακτηρίδια και ζυμομύκητες. Σε πειράματα που έχουν διεξαχθεί στο εργαστήριο σε πολυάριθμους μικροοργανισμούς έχει αποδειχθεί ότι το ζελέ της Αλόης Βέρα μπορεί να σκοτώσει ή να εμποδίσει την αναπαραγωγή αρκετών μικροοργανισμών όπως:

- ✓ Πυογόνου στρεπτόκοκκου
- ✓ Χρυσίζοντος σταφυλόκοκκου
- ✓ Κολοβακτηριδίου
- ✓ Μυκοβακτηριδίου της φυματίωσης
- ✓ Candida albicans
- ✓ Propionibacterium acnes

Όπως σημειώνει η Dr Sims :

<< Η Αλόη Βέρα είναι βακτηριοκτόνος ουσία σε 6 είδη βακτηριδίων, ιδιαίτερα στις πιο κοινές μολύνσεις σταφυλόκοκκου και στρεπτόκοκκου. Είναι έγκαιρα αποτελεσματική στη χρήση της σε εγκαυματίες ασθενείς. Σε συγκέντρωση 80% είναι γενικά ιοκτόνος. Είναι ιοκτόνος σε στελέχη του απλού έρπητα. Σε συγκέντρωση 80 % είναι μυκητοκτόνος ενάντια σε μύκητες, τριχομονάδες και κάντιντα.>>

Πώς κάνει καλό η Aloe Vera;

Η φυσική αντιφλεγμονώδης και αντιμικροβιακή δράση της Αλόης Βέρα συνδυάζεται με τα θρεπτικά της συστατικά, για να προωθήσει την ανάπτυξη των κυττάρων και συνεπώς την επούλωση. Ωστόσο, η Αλόη δεν βοηθά μόνο ανθρώπους που έχουν κάποιο πρόβλημα. Οι περισσότεροι άνθρωποι που χρησιμοποιούν Αλόη αναφέρουν μια γενική αίσθηση βελτίωσης της υγείας τους. Οι πιο πολλοί δηλώνουν πως τους κάνει πιο ήρεμους και με λιγότερο άγχος. Αυτή η δήλωση σχετίζεται με την επίδραση της Αλόης στο ανοσοποιητικό σύστημα, το οποίο εναρμονίζεται και λειτουργεί πιο ομαλά, ενισχύοντας με αυτόν τον τρόπο το σώμα μας απέναντι στις εξωτερικές επιθέσεις.

Η Αλόη Βέρα δεν είναι πανάκεια για όλες τις ασθένειες και δεν επιδρά μαγικά στον οργανισμό. Ενεργεί στον επιθήλιο ιστό και το ανοσοποιητικό σύστημα. Αυτό υποστηρίζεται από πάρα πολλές ανέκδοτες αποδείξεις, καθώς πολλές χιλιάδες ανθρώπων ανά τους αιώνες έχουν αναφέρει οφέλη της Αλόης σε διάφορα δερματικά προβλήματα, όπως το έκζεμα, η ψωρίαση, η ακμή, τα εγκαύματα, ακόμη και τσιμπήματα ή κοψίματα. Πολλοί ακόμη έχουν δει ανακούφιση σε προβλήματα του εντέρου, όπως κολίτιδα ή εκκολπωματώση του εντέρου.

Επίσης, προβλήματα όπως το άσθμα, η αρθρίτιδα και το σύνδρομο χρόνιας κόπωσης, έχουν βελτιωθεί μετά από συστηματική λήψη Χυμού Αλόης

Βέρα. Συνεπώς, η Αλόη Βέρα παίζει ένα συμπληρωματικό ρόλο στην αντιμετώπιση πολλών ασθενειών.

Είναι πολύ σημαντικό όμως, οι άνθρωποι να συμβουλευούνται τον γιατρό τους όταν υπάρχουν αμφιβολίες, σχετικά με τη διάγνωση μιας πάθησης ή όταν η περίπτωση τους δεν δείχνει σημάδια βελτίωσης. Η αυτοδιάγνωση μπορεί να είναι πολύ επικίνδυνη, καθώς πολλές σοβαρές παθήσεις μπορεί να μιμούνται τα συμπτώματα πιο απλών παθήσεων.

Οι ειδικοί βοτανολόγοι επισημαίνουν ότι η μακροχρόνια χρήση ή υπερδοσολογίας της aloe vera είναι ικανή να προκαλέσει

- ★ Εμφάνιση καρκίνου του στόματος
- ★ Κοιλιακό άλγος
- ★ Ναυτία
- ★ Διάρροια
- ★ Εμετό
- ★ Διαταραχές ηλεκτρολυτών



ΑΦΙΕΡΩΜΑ ΣΤΑ ΦΥΚΙΑ



Τα φύκια: Σύμφωνα με το European Food Information Council (EUFIC) αποτελούν εξαιρετική πηγή διαιτητικών ινών, ανόργανων στοιχείων και φυτοθρεπτικών συστατικών. Άρθρο που δημοσιεύτηκε στην εφημερίδα ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ αναφέρει ότι : Καθώς τα φύκια αποτελούνται από νερό και ζουν μέσα σ' αυτό, περιέχουν όλα τα συστατικά του : **12 μέταλλα, πάνω από 60 ιχνοστοιχεία, πρωτεΐνες, αμινοξέα, λιπίδια και όλες σχεδόν τις βιταμίνες**, σε συγκέντρωση τέτοια που αφομοιώνονται εύκολα από τον ανθρώπινο οργανισμό.

Η τελευταία αυτή ιδιότητα ήταν που κίνησε εδώ και αρκετά χρόνια το ενδιαφέρον της βιομηχανίας καλλυντικών και έβαλε τα φύκια κάτω από το μικροσκόπιο των κοσμητολόγων. Μέχρι σήμερα έχουν μελετηθεί πάνω από 500 είδη και οι ανακαλύψεις που ήρθαν στο φως ήταν κάτι παραπάνω από εντυπωσιακές.

Ο πράσινος χρυσός της κοσμετολογίας

🌿 **Αντιγήρανση:** Μια από τις πρώτες διαπιστώσεις των ερευνητών ήταν πως τα φύκια αποτελούν ένα ιδανικό αντιγηραντικό συστατικό. Η εξήγηση ήταν απλή. Το μοριακό βάρος των θρεπτικών τους συστατικών είναι μικρό, γεγονός που τους επιτρέπει να διαπεράσουν τη βασική στιβάδα της επιδερμίδας -το «φυσικό φράγμα» που εμποδίζει πολλές καλλυντικές συνθέσεις να δράσουν σε βάθος- και να ενισχύσουν τον ρυθμό ανανέωσης των κυττάρων και των ιστών, να ενεργοποιήσουν τη σύνθεση κολλαγόνου και να αναστείλουν τη δράση των ελεύθερων ριζών.

🌿 **Αντιοξειδωτική προστασία:** Ορισμένα είδη φυκιών που ζουν κοντά

στην επιφάνεια της θάλασσας και στα βράχια των ακτών, για να αντιμετωπίσουν τις στρεσογόνες επιθέσεις της υπεριώδους ακτινοβολίας και να προστατευτούν, παράγουν ισχυρές αντιοξειδωτικές και αντιφλεγμονώδεις ουσίες. Επομένως, η παρουσία τους στη φόρμουλα μιας καλλυντικής κρέμας βελτιώνει την ανεκτικότητα της επιδερμίδας απέναντι στις ακτίνες UV αυξάνοντας την παραγωγή μελανίνης και την προστατεύει αποτελεσματικά από τη μόλυνση, τους ρύπους και τις ελεύθερες ρίζες.

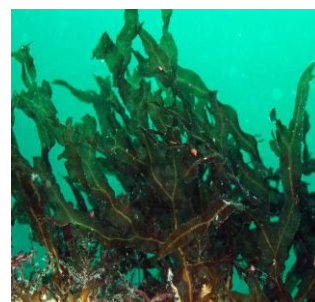
- **Απώλεια βάρους:** Τα φύκια είναι πλούσια σε ιωδίνη, ένα ιχνοστοιχείο που σύμφωνα με μελέτες ενεργοποιεί τον μεταβολισμό, οξυγονώνει τα κύτταρα, διευκολύνει τη διάσπαση των λιπών και εμποδίζει την κατακράτηση νερού από τους ιστούς. Για τον λόγο αυτόν, αρκετά συμπληρώματα διατροφής που υποβοηθούν την απώλεια βάρους είναι εμπλουτισμένα με εκχυλίσματα φυκιών.
- **Δράση κατά της κυτταρίτιδας:** Η μεγάλη περιεκτικότητα πολλών φυκιών (λαμινάρια, σπιρουλίνα κ.ά.) σε μέταλλα οδήγησε τους κοσμητολόγους στην αξιοποίηση των θαλάσσιων εκχυλισμάτων και στις καλλυντικές συνθέσεις για την καταπολέμηση της κυτταρίτιδας. Συμπλέγματα μετάλλων συμβάλλουν στην αποτοξίνωση της επιδερμίδας, τονώνουν τη λεμφική κυκλοφορία και ενεργοποιούν τη διαδικασία της λιπόλυσης.

Τα φύκια που έχουν επιλεγεί για τις ειδικές τους ιδιότητες και χρησιμοποιούνται στα προϊόντα περιποίησης είναι :

ΚΑΦΕ ΦΥΚΙΑ

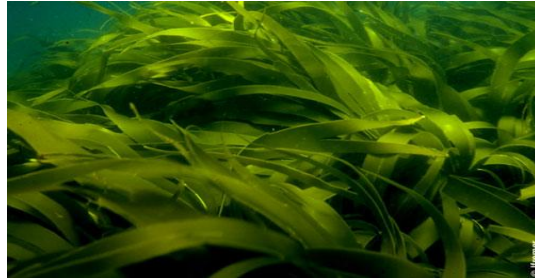
Πλούσια σε **ιώδιο** ,**βιταμίνες** , **αμινοξέα** ,**φυτοορμόνες** .

Περιέχουν το ένζυμο **φυτίνη** η οποία διεγείρει τους ιδρωτοποιούς αδένες και κατά συνέπεια βοηθάει την εφίδρωση



Με την χρήση τους επιτυγχάνεται :

- ✓ Ενεργοποίηση την τοπικής μικροκυκλοφορίας αίματος χάρη στην ενεργή διείσδυση θαλάσσιων ολιγοστοιχείων
- ✓ Επιτάχυνση του μεταβολισμού των κυττάρων
- ✓ Συγκεκριμένη δράση στις λιποαποθηκευτικές περιοχές



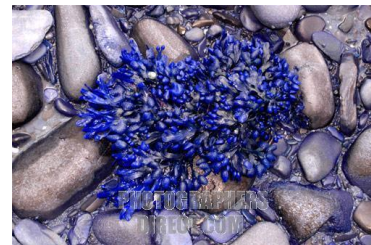
ΦΥΚΙΑ LAMINAIRES:

Πλούσια σε βιταμίνες , αμινοξέα ,φυτοορμόνες , ιχνοστοιχεία ,και ο κύριος ρόλος του είναι να ρυθμίζει τον θυρεοειδή αδένα και τον μεταβολισμό γενικώς

Τρεις κατηγορίες ολιγοστοιχείων αλληλοαντιδρούν και έχουν απισχναντική δράση ,ενεργειακή και αναδομητική.

- ✓ **Φώσφορος** : προσφέρει ενέργεια ,επιτρέπει την αποθήκευση ενέργειας και την χρησιμοποίησή της από τα κύτταρα .
- ✓ **Μαγνήσιο** : ενεργοποιεί το σχηματισμό αμινοξέων και την σύνθεση DNA ,αναδομητική και συσφικτική δράση
- ✓ **Ιώδιο** : ενεργοποιεί το μεταβολισμό των κυττάρων και την αποβολή άχρηστων ουσιών . Επιταχύνει τις ανταλλαγές και με αποβολή άχρηστων ουσιών . Επιτυγχάνει τις ανταλλαγές και με τον τρόπο αυτό έχει απισχναντική δράση πάνω στους ιστούς

ΜΠΛΕ ΦΥΚΙΑ (λειχήνα – λιθοθάμνη)



Λίνες που βρίσκονται σε ορισμένες λίμνες . Προκαλούν μεγάλο ενδιαφέρον γιατί

Δοκιμασμένα τα ανθρώπινα κύτταρα ,ενεργοποιούν το μεταβολισμό των κυττάρων ,την ανανέωση των ιστών και αναπρογραμματίζουν τη δράση της επιδερμίδας . Πλούσια σε βιταμίνες B12 ,καροτίνη , και βιταμίνη E .

ΚΟΚΚΙΝΑ ΦΥΚΙΑ



Η θαλάσσια λειχήνα είναι πλούσια σε ψευδάργυρο που έχει επουλωτική δράση και προστατεύει τις ευαίσθητες επιδερμίδες . Επίσης είναι πλούσια σε πρωτεΐνες που ενυδατώνουν και λειαίνουν την επιδερμίδα . Η λιθοθάμνη αποτελείται κυρίως από μεταλλικά άλατα και ολιγοστοιχεία , πλούσια σε μαγνήσιο ,σίδηρο και ασβέστιο . Τα στοιχεία αυτά είναι αναδομητικά και έχουν ενυδατικές και συσφικτικές ιδιότητες .

Γενικά τα κόκκινα φύκια είναι πλούσια σε βιταμίνες φυτοβλέννες και είναι γνωστά για τις ενυδατικές , θρεπτικές , μαλακτικές και απαλυντικές τους ιδιότητες .



ΦΥΚΙΑ ULVE

Το μαρούλι της θάλασσας .Βρίσκεται στα βράχια των ακτών .Πλούσια σε βιταμίνη E και σίδηρο ,συμβάλλουν στη σύσφιξη των ιστών , βελτιώνοντας τη μικροκυκλοφορία και πλούσια σε ψευδάργυρο που εξυγιαίνει το δέρμα .

Η θεραπεία με φύκια μπορεί να βοηθήσει σε πολυάριθμες διαταραχές λόγω της πλούσιας σύστασης και προπαντός λόγω απουσίας τοξικότητας των βιομηχανοποιημένων φυκιών .

Σήμερα στα εργαστήρια αισθητικής χρησιμοποιούνται τα φύκια με διάφορες μεθόδους και τρόπους . Γίνονται π.χ. ζεστά μπάνια με φύκια ,για να

προκληθεί αγγειοδιαστολή. Ακόμη χρησιμοποιούνται ταυτόχρονα με την ηλεκτροθεραπεία ή σε μορφή καταπλάσμάτων σε συνδυασμό με τις θερμαινόμενες κουβέρτες. (πηγή : *Ηλεκτροθεραπεία ,Αισθητική σώματος 2* , Δερβίσογλου Κυριακή)

Οι αισθητικές περιποιήσεις με φύκια και γενικότερα η χρήση των φυκιών αντενδείκνυται σε περιπτώσεις

- Παθήσεις του θυρεοειδούς αδένος
- Ευρυαγγείες
- Πρησμένα πόδια
- Υπέρταση
- Κατακράτηση υγρών από τους ιστούς
- Φλεβίτη
- Κατά τη διάρκεια υψηλού πυρετού ρευματικής αιτιολογίας

- ★ Μερικά φύκια όμως είναι και δυνατά ερεθιστικά στο δέρμα . Για παράδειγμα, το συστατικό **Φυκοκυανίνη σε μπλε-πράσινη άλγη** δίνει την υποψία του αλλεργιογόνου και ότι μπορεί να προκαλέσει οξεία δερματίτιδα και προβλήματα στην όραση ,βάση των ερευνών γι'αυτό και θα ήταν καλό για την ώρα να αποφεύγεται η χρήση του σε περίπτωση που περιέχεται σε κάποιο καλλυντικό σκεύασμα . (Πηγή: *Σύγχρονα θέματα στη Μοριακή Βιολογία, Ιανουάριος 2002, σελίδες 1-11*)

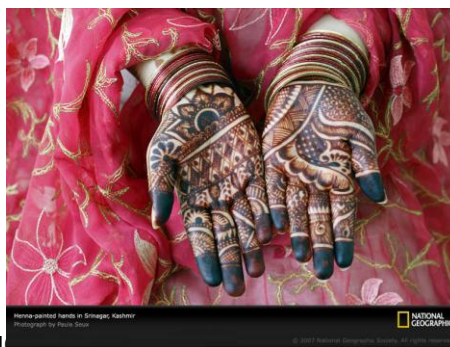
ΑΦΙΕΡΩΜΑ ΣΤΗΝ ΧΕΝΝΑ



Η Φυσική Χέννα :

Το χρώμα της φυσικής χέννας κυμαίνεται από πράσινο καφέ μέχρι καφέ, όπως επισημαίνει ο ΕΟΦ η χρήση της είναι απόλυτα ασφαλής εκτός από σπάνιες αλλεργικές αντιδράσεις. Ένας περιορισμός που υπάρχει από τον ΕΟΦ και όλες τις ευρωπαϊκές χώρες είναι η αποφυγή της χρωματισμένης χέννας. Το προϊόν που περιέχει χρωματισμένη χέννα, πρέπει να αναγράφει και τον τόπο προέλευσης του και να είναι εγκεκριμένο από κάποιον Επίσημο Φορέα.

Δελτίο τύπου του ΕΟΦ επισημαίνει:



«Το καλοκαίρι τα τατουάζ από μαύρη χέννα αποτελούν μια επαναλαμβανόμενη απειλή για την υγεία. Προσφέρονται στο κοινό κατά τις υπαίθριες φιέστες και στις τουριστικές περιοχές. Τα τατουάζ μαύρης χέννας μπορούν να προκαλέσουν αλλεργικές αντιδράσεις. Για να επιτευχθεί το έντονο μαύρο χρώμα του τατουάζ και να έχει μεγαλύτερη διάρκεια προστίθεται μεγάλη συγκέντρωση χρωστικών ουσιών. Αυτές οι ψηλές συγκεντρώσεις χρωστικών πυροδοτούν αλλεργικές αντιδράσεις.

Για σοβαρά περιστατικά χρειάζεται επείγουσα ιατρική φροντίδα και εισαγωγή στο νοσοκομείο. Μόνιμη ζημιά στο δέρμα, αλλεργική εξ επαφής, δερματίτιδα, και ανάπτυξη πολυευαισθησίας, είναι οι μη αναστρέψιμες για το υπόλοιπο της ζωής.

Ανεπιθύμητες συνέπειες του τατουάζ μαύρης χέννας:

Σοβαρές αλλεργικές αντιδράσεις με μόνιμη βλάβη είναι συχνό φαινόμενο μετά την εφαρμογή του τατουάζ μαύρης χέννας. Τα συμπτώματα εμφανίζονται μετά από λίγες (3-12) μέρες. Η καλύτερη συμβουλή είναι να αποφεύγεται εντελώς το τατουάζ μαύρης χέννας.

ΣΩΣΤΗ ΧΡΗΣΗ ΤΩΝ ΚΑΛΛΥΝΤΙΚΩΝ

Όσο και αν παραμένουν κάποιες ουσίες ύποπτες στα καλλυντικά μας πρέπει και εμείς ως καταναλωτές και πάνω απ' όλα ως αισθητικοί να γνωρίζουμε την σωστή χρήση και διαχείριση των καλλυντικών μας.

Τα καλλυντικά αλλοιώνονται και λήγουν όπως και τα τρόφιμα έστω και αν σε ορισμένα παραλείπεται να αναγράφεται η ημερομηνία λήξης τους. Επίσης τα καλλυντικά αν δεν χρησιμοποιούνται σωστά φιλοξενούν ένα τεράστιο αριθμό βακτηρίων και μικροοργανισμών που δεν θα καταφέρει το ίδιο το καλλυντικό να τους εξουδετερώσει και κατά συνέπεια βλάπτουν το δέρμα μας και προκαλούν γενικά ανεπιθύμητες παρενέργειες.

Μύκητες, βακτήρια ,παθογόνοι μικροοργανισμοί μεταδίδονται από τα χέρια μας και τον ατμοσφαιρικό αέρα στα καλλυντικά μας και έπειτα στο δέρμα μας.

Γιατί συμβαίνει αυτό;

Σύμφωνα με έρευνα που έγινε σε ένα νέο τμήμα του Πανεπιστημίου του Κολοράντο οι μικροοργανισμοί χρησιμοποιούν τις παλάμες (λόγω του σμήγματος μας) ως λιμάνι , ιδιαίτερα δε οι γυναικείες παλάμες είναι πολύ πιο επιρρεπείς στα βακτήρια σε σύγκριση με τις αντρικές παλάμες. Η εξήγηση είναι ότι *το pH του δέρματος* παίζει σημαντικό ρόλο στην αύξηση του αριθμού των βακτηρίων στις γυναικείες παλάμες . Επιπλέον, ο ιδρώτας που παράγεται από τις γυναίκες είναι περισσότερος από ότι στους άνδρες. Μια και οι γυναίκες κάνουν συχνότερη χρήση στις καλλυντικές κρέμες έτσι έχουμε περισσότερα βακτήρια για το δέρμα.

Πάνω από 150 διαφορετικά είδη βακτηρίων βρέθηκαν στα ανθρώπινα χέρια. Όμως, τα βακτήρια για τα χέρια δεν είναι επικίνδυνα για την υγεία και, επιπλέον, ορισμένα από τα οποία έχουν προστατευτικό ρόλο κατά των παθογόνων παραγόντων, έτσι τουλάχιστον υποστηρίζουν οι ερευνητές. Πάντως **ΕΠΙΒΑΛΛΕΤΑΙ** να πλένουμε πολύ καλά τα χέρια μας πριν έρθουμε σε επαφή με τα καλλυντικά μας.

Διατηρήστε τα καλλυντικά σας πάντα φρέσκα.

Κάποια προϊόντα μένουν φρέσκα και ασφαλή περισσότερο από κάποια άλλα και αυτό εξαρτάται τόσο από τον τύπο του όσο και από τον τρόπο που το χρησιμοποιείτε και το αποθηκεύετε. Εδώ θα σας δώσουμε μερικές συμβουλές για να είναι τα προϊόντα που χρησιμοποιείτε πάντα φρέσκα και... ετοιμοπόλεμα!

- 🌍 Πρώτα απ' όλα προσπαθήστε να μη χρησιμοποιείτε τα δάχτυλά σας για να εφαρμόσετε το make up παρά μόνο αν αυτός είναι ο ενδεδειγμένος τρόπος χρήσης του προϊόντος και αφού πλύνετε τα χέρια σας.
- 🌍 Με τα δάχτυλά σας μπορείτε να κάνετε διορθωτικές κινήσεις αφού έχετε εφαρμόσει το make up με το ειδικό σφουγγαράκι, ενώ δεν πρέπει να έρθουν σε επαφή με το προϊόν στη συσκευασία του και να του μεταφέρουν διάφορους μικροοργανισμούς που θα το καταστήσουν ακατάλληλο σε σύντομο χρονικό διάστημα.
- 🌍 Μετά από τη χρήση κάθε προϊόντος θα πρέπει να κλείνετε καλά τη συσκευασία του, ώστε να μην παίρνει αέρα και φως με αποτέλεσμα να ξεραίνεται, να αλλοιώνεται και γενικότερα να καταστρέφεται ακόμη και το χρώμα του προϊόντος. Βλάπτει σοβαρά την «υγεία» τους! Πρέπει να έχετε υπόψη σας ότι ορισμένα καλλυντικά έχουν ιδιαίτερες απαιτήσεις στη φύλαξή τους. Γι' αυτό προσέξτε. Η ζέστη επηρεάζει σοβαρά τα καλλυντικά, καθώς και οι ακραίες αλλαγές της θερμοκρασίας. Το ιδανικότερο περιβάλλον φύλαξης είναι σε θερμοκρασία δωματίου ή ελαφρώς πιο δροσερό.
- 🌍 Βασική προϋπόθεση είναι να διατηρείτε πεντακάθαρα τα σφουγγαράκια, βουρτσάκια και πινέλα που χρησιμοποιείτε στο μακιγιάζ.

- Αν κάποιο προϊόν σας μυρίσει περίεργα ή έχει αλλάξει η υφή του και η όψη του, είναι καλύτερα να το πετάξετε γιατί μπορεί να σας δημιουργήσει κάποιο δερματολογικό πρόβλημα.
- Τα ξηρά ή σε μορφή πούδρας καλλυντικά όπως η σκιά ματιών, διαρκούν περισσότερο από τα προϊόντα σε ρευστή μορφή όπως ένα υγρό make up.

<u>Ενδεικτικά η διάρκεια ζωής των καλλυντικών μας</u>	
Πούδρα	2 χρόνια
ΦΟΝ ΒΤΕ ΤΕΝ	12-18 μήνες
Ρουζ	Σε μορφή σκόνης μέχρι 2 χρόνια. Τα προϊόντα με κρεμώδη υφή 12-18 μήνες, επειδή έχουν πιο ευπαθή συστατικά
Eyeliner και lipliner	2 χρόνια
Σκιές ματιών	Τα προϊόντα σε μορφή σκόνης αντέχουν δύο χρόνια, ενώ οι σκιές σε κρεμώδη μορφή αλλοιώνονται σε 12-18 μήνες
Κονσίλερ	12-18 μήνες
Μάσκαρα	3-6 μήνες
Lipsticks και Lipgloss	2 χρόνια
Αρώματα	12-18 μήνες

Πηγή:

(http://newsimg.bbc.co.uk/media/images/45168000/jpg/_45168474_hand_cred226.jpg)

Η διάρκεια ζωής των καλλυντικών για την περιοχή των ματιών είναι μικρότερη από ό,τι άλλων καλλυντικών. Ορισμένοι ειδικοί συστήνουν την αντικατάσταση της μάσκαρα κάθε 3 μήνες. Αν η μάσκαρα ξεραθεί, καλύτερα να την πετάξουμε.

Ανάμεσα στα καλλυντικά, που, πιθανόν, έχουν μια ιδιαίτερα μικρή διάρκεια ζωής, είναι σίγουρα όλα τα "φυσικά προϊόντα", που περιέχουν φυτικές ουσίες. Οι Καταναλωτές και οι κατασκευαστές καλλυντικών πρέπει, απαραίτητα, να λαμβάνουν υπόψη τους τον αυξημένο κίνδυνο ανάπτυξης βακτηρίων σε προϊόντα που περιέχουν μη παραδοσιακά συντηρητικά, ή σε αυτά που δεν περιέχουν καθόλου συντηρητικά.

Πως θα παρατηρήσετε την αλλοίωση του καλλυντικού σας:

Στην κοσμετολογία, κατά την παρασκευή ενός καλλυντικού προϊόντος, χρησιμοποιούνται διάφορα συντηρητικά που θα το προφυλάξουν από πιθανή μόλυνση από μικροοργανισμούς ή αλλοίωση και θα παρατείνουν τη διάρκεια ζωής του καλλυντικού.

Τι ακριβώς όμως είναι η αλλοίωση;

Η αλλοίωση είναι οποιαδήποτε αλλαγή της σύστασης του καλλυντικού, συνοδεύεται με εμφάνιση μικροβιακού πληθυσμού και μπορεί να παρατηρηθεί με :

- ★ **Μεταβολή του ιξώδους.** Το ιξώδες εκφράζει το πόσο ρέει ένα προϊόν. Εάν, για παράδειγμα, η κρέμα σας γίνει πιο αραιή, ή το γαλάκτωμά σας πιο παχύρευστο να είστε επιφυλακτικοί με τη χρήση τους.
- ★ **Τάγγιση.** Η τάγγιση είναι η οξείδωση του προϊόντος και μπορεί να προκληθεί από τον αέρα, το φως, τη θερμοκρασία κ.α. Πως θα την παρατηρήσετε; Μικρές σταγόνες ελαιώδους συνήθως ουσίας θα εμφανιστούν στην επιφάνεια του προϊόντος και κυρίως κοντά στα τοιχώματα του περιέκτη.

- ★ **Αναστροφή του προϊόντος.** Αφορά στην σύσταση του προϊόντος. Συγκεκριμένα είναι αλλαγή των φάσεων του (λιπαρή και υδατική) και παρατηρείται με σταγόνες υδαρούς ή ελαιώδους αντίστοιχα ουσίας στην επιφάνεια του υλικού.
- ★ **Δυσσομμία.** Εάν παρατηρήσετε αλλαγή στην οσμή του προϊόντος και ιδιαίτερα εάν αυτή είναι άσχημη, αποφύγετε να το χρησιμοποιήσετε.
- ★ **Αλλαγή χρώματος.** Εάν παρατηρήσετε αλλαγή στο συνολικό χρώμα του προϊόντος ή εμφάνιση μικρών έντονα χρωματισμένων κηλίδων σε αυτό, αποφύγετε τη χρήση του.
- ★ **Θολερότητα.** Η μεταβολή αυτή αφορά υγρά τα οποία από διαυγή μπορούν να γίνουν θολά.
- ★ **Μεταβολή του pH.** Η μεταβολή αυτή είναι δύσκολο να γίνει αντιληπτή από τον καταναλωτή αφού το pH μπορεί να μετρηθεί μόνο χημικά. Εντούτοις, εάν κατά τη χρήση του προϊόντος αισθανθείτε τσούξιμο ή κνησμό, σκουπίστε και ξεπλύνετε το δέρμα σας με άφθονο νερό.

Προφυλάξτε τα καλλυντικά σας από την αλλοίωση.

Για να παρατείνετε τη διάρκεια ζωής των καλλυντικών σας προϊόντων και να προστατέψετε το δέρμα σας από δυσάρεστες καταστάσεις, μάθετε πως να προφυλάσσετε τα καλλυντικά από αλλοίωση :

- ✓ Πλένετε τα χέρια σας πριν χρησιμοποιήσετε το καλλυντικό. Είναι γνωστό ότι τα χέρια είναι φορείς μικροοργανισμών που μπορεί να μολύνουν το προϊόν. Ιδιαίτερα εάν ο περιέκτης είναι βάζο, οπότε και τα χέρια σας θα έρθουν σε επαφή με ολόκληρο το προϊόν.
- ✓ Λαμβάνετε, εφόσον είναι εφικτό, το προϊόν από τον περιέκτη του με τη βοήθεια σπάτουλας, την οποία θα πλένετε μετά τη χρήση και θα

φυλάτε σε καθαρό μέρος.

- ✓ Προτιμάτε συσκευασίες σε σωληνάρια που προφυλάσσουν το προϊόν από τον αέρα και τα χέρια μας.
- ✓ Κλείνετε τη συσκευασία του προϊόντος αμέσως μετά τη χρήση. Το οξυγόνο του αέρα που θα έρθει σε επαφή με το προϊόν μπορεί να το οξειδώσει.
- ✓ Φυλάσσετε τα καλλυντικά σε σκιερό μέρος. Το φως μπορεί να προκαλέσει οξείδωση του προϊόντος.
- ✓ Φυλάσσετε τα καλλυντικά σε δροσερό μέρος. Και η θερμοκρασία μπορεί να προκαλέσει οξείδωση του προϊόντος.
- ✓ Φυλάσσετε τα καλλυντικά σε ξηρό μέρος. Η υγρασία μπορεί και αυτή να προκαλέσει οξείδωση του προϊόντος.
- ✓ Διατηρείτε τη συσκευασία του καλλυντικού καθαρή.
- ✓ Ελέγχετε τακτικά την ημερομηνία λήξης του προϊόντος και αποφύγετε να το χρησιμοποιήσετε μετά το πέρας αυτής.
- ✓ Ενημερωθείτε από την εταιρία καλλυντικών για τη διάρκεια ζωής του προϊόντος (από τη στιγμή που θα ανοιχτεί). Πολλές φορές δεν ξεπερνά τους 12 μήνες ενώ κάποια ευπαθή συστατικά δεν αντέχουν παραπάνω από 3 μήνες!

Ο πιο συνηθισμένος τραυματισμός από καλλυντικά, προέρχεται από το γρατσούνισμα των ματιών με το βουρτσάκι της μάσκαρα. Αν ο τραυματισμός δεν θεραπευθεί μπορούν να προκληθούν μολύνσεις στα μάτια. Τέτοιες μολύνσεις μπορούν να προκαλέσουν πληγές στον κερατοειδή, απώλεια βλεφαρίδων, ή ακόμη και τύφλωση.

Το άπλωμα του make-up μπορεί, επίσης, να οδηγήσει σε σοβαρά προβλήματα. Το βουρτσάκι ή το σφουγγαράκι, με το οποίο απλώνουμε το make-up, παίρνει από το δέρμα βακτήρια τα οποία μολύνουν τα καλλυντικά, όταν τα τοποθετούμε ξανά μέσα στη συσκευασία. Σε επόμενη χρήση του make-up, μπορεί να προκληθούν μολύνσεις στο δέρμα.

Ποιές προφυλάξεις πρέπει να παίρνουμε;

Δεν πρέπει να οδηγούμε και να βάζουμε καλλυντικά. Αυτό, όχι μόνον κάνει την οδήγηση επικίνδυνη, αλλά σε περίπτωση γρατσουνίσματος του βολβού του ματιού, μπορεί να μολυνθεί το τραύμα και να οδηγήσει ακόμη και σε τύφλωση.

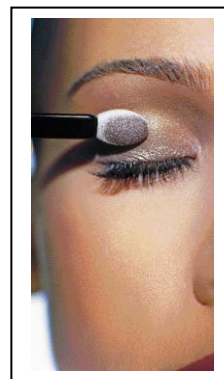


- ❖ Δε μοιραζόμαστε τα καλλυντικά μας.
- ❖ Πάντα, χρησιμοποιούμε καινούριο εργαλείο (βουρτσάκι, σφουγγαράκι, βαμβάκι, κ.λπ.), όταν δοκιμάζουμε προϊόντα, σε καταστήματα καλλυντικών.
- ❖ Καθαρίζουμε τα καπάκια των συσκευασιών και τα χέρια μας με οινόπνευμα, πριν χρησιμοποιήσουμε τα καλλυντικά στο δέρμα μας.
- ❖ Δεν ακουμπάμε τα εργαλεία του μακιγιάζ στο καπάκι των συσκευασιών. Έτσι, μεταφέρονται βακτήρια από το πρόσωπο στο καπάκι και από το καπάκι στο πρόσωπο του επόμενου χρήστη του καλλυντικού.
- ❖ Δεν προσθέτουμε υγρό, σε ένα προϊόν, για να επαναφέρουμε την αρχική πυκνότητά του. Προσθέτοντας άλλα υγρά είναι πιθανόν είτε να εισαχθούν βακτήρια είτε αυτά να αναπτυχθούν ανεξέλεγκτα.
- ❖ Σταματάμε, αμέσως, να χρησιμοποιούμε κάθε προϊόν, το οποίο προκαλεί αλλεργική αντίδραση.

- ❖ Πετάμε τα καλλυντικά, αν αλλάξει το χρώμα τους ή η μυρωδιά τους.
- ❖ Τα συντηρητικά των καλλυντικών αλλοιώνονται με το χρόνο και ίσως να μην μπορούν να καταπολεμήσουν τυχόν βακτήρια.
- ❖ Εάν παρουσιαστεί κάποια μόλυνση, δε χρησιμοποιούμε κανένα μακιγιάζ και πετάμε όλα τα προϊόντα που χρησιμοποιούσαμε, όταν πρωτοεμφανίστηκε.
- ❖ Διατηρούμε τα καλλυντικά μακριά από τον ήλιο. Το φως και η ζέστη μπορεί να αλλοιώσουν τα συντηρητικά, που περιέχονται σ' αυτά.
- ❖ Διατηρούμε τις συσκευασίες των καλλυντικών καλά κλειστές, όταν δεν κάνουμε χρήση.
- ❖ Δε χρησιμοποιούμε προϊόντα ομορφιάς σε σπρέι, κοντά σε φωτιά ή ενώ καπνίζουμε, γιατί μπορεί να υπάρξει ανάφλεξη. Τα σπρέι μαλλιών και οι πούδρες μπορεί να προκαλέσουν βλάβη στον πνεύμονα, αν εισπνέονται, καθημερινά.
- ❖ Δεν αφήνουμε τα καλλυντικά μας να σκονίζονται ή να γεμίζουν βρωμιά ή χώμα.
- ❖ Διατηρούμε τις συσκευασίες καθαρές.
- ❖ Τα καλλυντικά πρέπει να φυλάσσονται σε θερμοκρασίες δωματίου. Τα καλλυντικά που παραμένουν για μεγάλα χρονικά διαστήματα σε ζεστά αυτοκίνητα, για παράδειγμα, είναι πιο ευαίσθητα στην αλλοίωση των συντηρητικών τους.
- ❖ Να είμαστε ιδιαίτερα προσεκτικοί, ώστε να διατηρούμε τα καλλυντικά, μακριά από παιδιά, καθώς αρκετές εκθέσεις έχουν συνδέσει τα καλλυντικά με δηλητηριάσεις μικρών παιδιών.

Ποιες προφυλάξεις πρέπει να παίρνουμε, όταν χρησιμοποιούμε καλλυντικά ματιών;

Αν χρησιμοποιούμε καλλυντικά ματιών, η FDA (Αμερικανική Υπηρεσία Διατροφής και Φαρμάκων) μας προτρέπει να ακολουθούμε τις παρακάτω συμβουλές ασφάλειας:



- ❖ Είναι επικίνδυνο να κοιμόμαστε, χωρίς να έχουμε καθαρίσει τα μάτια μας, από το μακιγιάζ. Αν η μάσκα μπει στα μάτια μας, κατά την διάρκεια του ύπνου, είναι πιθανό να ξυπνήσουμε με φαγούρα στα μάτια, ή με μάτια κόκκινα. Έχουν αναφερθεί μολύνσεις ματιών από καλλυντικά που δεν αφαιρέθηκαν, πριν τον ύπνο. Για αυτό αφαιρούμε πάντα τα καλλυντικά από τα μάτια μας, (και όχι μόνον), πριν κοιμηθούμε.
- ❖ Αν κάποιο καλλυντικό ματιών προκαλεί ερεθισμό, σταματάμε αμέσως να το χρησιμοποιούμε. Αν ο ερεθισμός επιμένει, επισκεπτόμαστε ένα γιατρό.
- ❖ Αποφεύγουμε να χρησιμοποιούμε καλλυντικά ματιών, αν έχουμε μόλυνση στα μάτια ή εάν το δέρμα, γύρω από τα μάτια, είναι ερεθισμένο. Περιμένουμε να θεραπευτούμε και μετά από λίγες μέρες, χρησιμοποιούμε ξανά μακιγιάζ ματιών. Πετάμε όλα τα καλλυντικά ματιών, που χρησιμοποιούσαμε όταν πάθαμε τη μόλυνση.
- ❖ Στα χέρια μας υπάρχουν βακτήρια που, αν μπουν στα μάτια, μπορεί να προκαλέσουν μόλυνση. Πρέπει να πλένουμε τα χέρια μας, πριν βάλουμε τα καλλυντικά των ματιών και φροντίζουμε να είναι καθαρό κάθε εργαλείο, που χρησιμοποιούμε στην περιοχή των ματιών.
- ❖ Δε μοιραζόμαστε, ποτέ σκιές ματιών, eye-liner, μάσκαρα, κ.λπ.

- ❖ Δε χρησιμοποιούμε παλιές συσκευασίες καλλυντικών για τα μάτια. Πετάμε τη μάσκα 3 μήνες, μετά την αγορά της και ιδιαίτερα αν έχει ξεραθεί.
- ❖ Όταν βάζουμε ή βγάζουμε καλλυντικά ματιών, πρέπει να είμαστε προσεκτικοί ώστε να μην τραυματίσουμε το βολβό του ματιού ή άλλη ευαίσθητη περιοχή.
- ❖ Δε χρησιμοποιούμε καλλυντικά κοντά στα μάτια μας, αν δεν προορίζονται ειδικά για αυτήν τη χρήση. Για παράδειγμα, δε χρησιμοποιούμε ένα μολύβι χειλιών σα μολύβι ματιών. Μπορεί να μεταφέρουμε βακτήρια από το στόμα στα μάτια ή τα προσθετικά χρώματος του μολυβιού χειλιών να μην είναι αποδεκτά, για χρήση στην περιοχή των ματιών. Αποφεύγουμε τα προσθετικά χρώματος, που δε συστήνονται για χρήση στην περιοχή των ματιών, όπως "μόνιμους χρωματισμούς βλεφαρίδων".
- ❖ Ένας σημαντικός παράγοντας στην προστασία του καλλυντικού μας από την αλλοίωση και την μόλυνση του είναι η συσκευασία του.
- ❖ Έρευνα που πραγματοποιήθηκε από την AEM(applied and environmental microbiology) σε λοσιόν που συσκευάστηκε με τρεις διαφορετικούς τρόπους (βιδωτό καπάκι ,αντλία ,flip cap) έδειξε ότι η λοσιόν προστατεύεται καλύτερα αν χρησιμοποιείται καπάκι flip cap, ενώ αν ο τρόπος κλεισίματος είναι με βιδωτό καπάκι τότε είναι πολύ πιο επιρρεπής σε μικρόβια μια και προσφέρει ελάχιστη ως μηδαμινή προστασία.

Αυτή είναι η σωστή χρήση των καλλυντικών μας ,και οι μέχρι σήμερα ασφαλείς ή βλαβερές ουσίες των καλλυντικών.

ΣΩΣΤΗ ΧΡΗΣΗ ΚΑΛΛΥΝΤΙΚΩΝ ΣΕ ΠΕΡΙΠΤΩΣΕΙΣ ΑΚΜΗΣ



Μερικοί λόγοι που προκαλούν την εμφάνιση της ακμής είναι η κληρονομικότητα, η αυξημένη έκκριση σμήγματος, οι ορμονικές διαταραχές (τιμές ανδρογόνων), οι κλιματολογικές συνθήκες (θερμές, υγρές περιοχές), οι διατροφικές συνήθειες και η χρήση κάποιων φαρμακευτικών ουσιών π.χ. ανδρογόνα, λίθιο.

Η βαρύτητα τη ακμής έχει πολλές φορές σχέση με την λιπαρότητα του δέρματος.

Η μη σωστή χρήση καλλυντικών μπορεί να επιβαρύνει την κατάσταση. Για παράδειγμα τα λιπαρά καλλυντικά που δημιουργούν συνθήκες αποκλεισμού και έντονη εφίδρωση του δέρματος, επιβαρύνουν. Επιπλέον, το ίδιο προκαλεί και η έντονη τριβή και πίεση του δέρματος κατά τον καθαρισμό και την αφαίρεση του μακιγιάζ.

Τα καλλυντικά προϊόντα που χρησιμοποιούνται κατά της ακμής ταξινομούνται σε τέσσερις μεγάλες κατηγορίες:

1. Προϊόντα καθαρισμού, όπως σαπούνια (δερματολογικά, στερεά, αντισηπτικά), γαλακτώματα, λοσιόν με αλκοόλη ή νερό αμαμελίδας.
2. Προϊόντα βελτιωτικά εμφάνισης όπως make-up, πούδρες, καλυπτικά sticks με καολίνη και ταλκ που τα κάνουν ειδικά για λιπαρό δέρμα.
3. Προϊόντα περιποίησης δέρματος όπως λεπτόρρευστες κρέμες και stick χειλιών, ιδιαίτερα όταν το δέρμα ξηραίνεται υπερβολικά από φαρμακευτική θεραπεία. Αντιηλιακά με χημικά φίλτρα διότι αυτά είναι λιγότερο λιπαρά από τα φυσικά και μάσκες που απορροφούν το σμήγμα με φυτικά εκχυλίσματα, ταλκ, καολίνη και άλλες συναφείς ουσίες που απαλλάσσουν από την λιπαρότητα.

4. Προϊόντα μετά-θεραπευτικά όπως κρέμες απολέπισης. Βασικό στην επιλογή των προϊόντων της ακμής είναι να μην περιέχουν ακμογόνα συστατικά π.χ. βαζελίνη, λανολίνη, παράγωγα ορυκτών ελαίων.

Ποιο συγκεκριμένα ουσίες καλλυντικών που πρέπει να αποφεύγονται τελείως σε δέρματα με ακμή είναι : λανολίνη , βαζελίνη ,βούτυρο κακάο , σαλικυλική ομομενθύλη , χρήση ανιονικών σαμπουάν με θειούχα αλκάλια η φαρμακευτικών με λιθανθρακόπισσα .

Επίσης, σημαντικό είναι τα προϊόντα αυτά να έχουν pH κοντινό με του δέρματος (5-6) και να μην περιέχουν αλλεργιογόνους ουσίες. Επιπροσθέτως, προσοχή οι πούδρες να είναι ματ και όχι μεταλλικές ή ιριδίζουσες και τα υπόλοιπα προϊόντα μακιγιάζ να είναι oil-free(χωρίς λιπαρά).

Χρειάζεται ιδιαίτερη προσοχή στην αντιμετώπιση της ακμής, όπως επίσης και στην επιλογή των καλλυντικών και στον τρόπο χρήσης τους. Γι' αυτό και είναι απαραίτητη η συμβουλή ειδικού.

ΑΝΤΗΛΙΑΚΑ ΚΑΛΛΥΝΤΙΚΑ



Αντηλιακά προϊόντα ονομάζονται τα κοσμητολογικά προϊόντα που εμποδίζουν την διείσδυση της ηλιακής ακτινοβολίας το δέρμα (υπεριώδης , ορατή , υπέρυθρη) και αποτρέπουν ή ελαχιστοποιούν τις βλαπτικές συνέπειες της ακτινοβολίας αυτής άμεσες ή όψιμες ,στον ανθρώπινο οργανισμό . Αποτελούνται από ένα μόνο φίλτρο ή από τον συνδυασμό οργανικών αντηλιακών φίλτρων , και ανόργανων φωτοανακλαστικών , που είναι ενσωματωμένα σε ένα κοσμητολογικό έκδοχο . Το έκδοχο μπορεί να έχει μορφή κρέμας , αλοιφής , ελαίου , σπρέι, λοσιόν, γέλης , στικ. Τα αντηλιακά σε μορφή γαλακτώματος ή κρέμας θεωρείται ότι παρέχουν καλύτερη προστασία από τα αντηλιακά λάδια .

Στη σύνθεση ενός σύγχρονου αντηλιακού ενσωματώνονται επίσης :

- Υγραντικά και βοηθητικά της επιδερμίδας , όπως καροτέλαιο , κηρώδεις ουσίες ,αλόη , εκχυλίσματα κ.α.
- Παράγοντες κατά των ελευθέρων ριζών , όπως βιταμίνη C και E , ουσίες χηλικοποίησης του σιδήρου , φλαβονοειδή , κ.α.
- Παράγοντες που επιταχύνουν την σύνθεση της μελανίνης ,οι οποίοι ενδείκνυται μόνο για άτομα με σκουρόχρωμο τύπο δέρματος που παράγουν ευμελανίνες
- Αντιφλεγμονώδεις παράγοντες (18β γλυκυρρετινικό, biolysat hafnia ,εκχυλίσματα centella asiatica)των οποίων η χρήση είναι αμφιλεγόμενη στα αντηλιακά.

(Γεώργιος Γραμματικόπουλος ,Φωτογήρανση Φωτοπροστασία)



Το **Κέντρο Προστασίας Καταναλωτών** το καλοκαίρι του 2008 ανακοινώνει τα εξής :

Διαλέγουμε το Σωστό Αντηλιακό

05.06.08

Γιατί είναι σημαντικό να χρησιμοποιούμε αντηλιακό;

Πριν λίγα χρόνια, όλοι αποδεχόμασταν ότι το φωτεινό αστέρι της ημέρας, με το φως του και τη ζέση του, ήταν μόνον πηγή ζωής, για τη γη μας. Όμως, οι άνθρωποι "φροντίσαμε" να καταστρέψουμε τη "φυσική ασπίδα" και να μετατρέψουμε αυτό το αγαθό και σε εχθρό. Τα τελευταία χρόνια, η υπεριώδης ακτινοβολία του ηλίου θεωρείται επικίνδυνη, για την υγεία μας. Η υπεριώδης ακτινοβολία UVA προκαλεί πρόωρη γήρανση του δέρματος, επηρεάζει το ανθρώπινο ανοσοποιητικό σύστημα και αποτελεί σημαντικό παράγοντα κινδύνου, για τον καρκίνο του δέρματος. Η ακτινοβολία UVB προκαλεί τα γνωστά μας εγκαύματα. Ωστόσο, ο αποκαλούμενος "συντελεστής ηλιακής προστασίας (SPF)" προστατεύει, μόνον από τα εγκαύματα, από τον ήλιο (ακτινοβολία UVB).

Διαλέγοντας και χρησιμοποιώντας αντηλιακό

Η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, στις 22 Σεπτεμβρίου 2006, απηύθυνε, στη βιομηχανία, σύσταση, για την αποτελεσματικότητα των αντηλιακών. Από το καλοκαίρι του 2007, τα αντηλιακά έπρεπε να φέρουν, στη σήμανσή τους, συγκεκριμένες προειδοποιήσεις και συμβουλές, για τη σωστή χρήση τους. Επίσης, έπρεπε να αποσυρθούν, από την αγορά, τα αντηλιακά, που έφεραν παραπλανητική σήμανση. Δυστυχώς, η βιομηχανία πήρε παράταση άλλο ένα χρόνο. **Από φέτος, όμως, πρέπει όλες οι βιομηχανίες να προσαρμόσουν τη σήμανση των αντηλιακών, στις νέες απαιτήσεις.**

Στην ετικέτα των αντηλιακών, υπάρχει ο δείκτης προστασίας, γνωστός και ως SPF (Sun Protection Factor). Τα αντηλιακά εμποδίζουν τη διείσδυση των επικίνδυνων ακτίνων, **αλλά κανένα δε μπορεί να προσφέρει πλήρη προφύλαξη.** Ακόμα και αυτά με τον μεγαλύτερο δείκτη, επιτρέπουν ελάχιστη έκθεση, στις ακτινοβολίες UVA και UVB. Ας διαλέξουμε τον κατάλληλο δείκτη

προστασίας, για την επιδερμίδα μας, με τη βοήθεια των παρακάτω δεδομένων:

- ❖ Ο δείκτης προστασίας 6 είναι ο μικρότερος δείκτης, ο οποίος προσφέρει κάποια προστασία. Αντηλιακά, με μικρότερους δείκτες δεν πρέπει να προτιμώνται.
- ❖ Δείκτες 6-10 προσφέρουν χαμηλή προστασία
- ❖ Δείκτες 15-25 προσφέρουν μέτρια προστασία.
- ❖ Δείκτες 30-50 προσφέρουν υψηλή προστασία.

Παρά τους συχνούς ισχυρισμούς, όπως π.χ. "sunblocker" και "ολική προστασία", κανένα αντηλιακό προϊόν δε μπορεί να παράσχει πλήρη προστασία, από την ηλιακή ακτινοβολία. Οι Καταναλωτές πιστεύουμε ότι οι υψηλοί δείκτες προστασίας, μας παρέχουν ασφάλεια. Όμως, ένα αντηλιακό, με δείκτη 15, απορροφά το 93% της UVB ακτινοβολίας και ένα άλλο, με δείκτη 30, απορροφά το 97% της UVB ακτινοβολίας. Τελικά, δείκτες, πάνω από 50, δεν αυξάνουν, ιδιαίτερα, την προστασία μας, από την ηλιακή ακτινοβολία. Ισχυρισμοί, για πλήρη προστασία ενηλίκων, μωρών και μικρών παιδιών, δε λένε την αλήθεια. Αντίθετα, όλα τα αντηλιακά πρέπει να φέρουν προειδοποιητική σήμανση ότι δεν παρέχουν 100% προστασία.

Η ορθή επάλειψη του προϊόντος είναι εξίσου σημαντική, με την επιλογή του ίδιου του προϊόντος. Παραδείγματος χάρη, προκειμένου να επιτευχθεί η προστασία, που επισημαίνεται, με το "συντελεστή ηλιακής προστασίας", απαιτείται ποσότητα 2mg/cm². Η ποσότητα, για να καλυφθεί όλο το σώμα, μπορεί να ανέρχεται στο ένα τρίτο μιας μικρής φιάλης αντηλιακού. Ισχυρισμοί ότι δε χρειάζεται επανάληψη της επάλειψης δεν είναι αληθινά.

Η σήμανση των αντηλιακών πρέπει να περιλαμβάνει προειδοποιήσεις, όπως:

- ★ Μη μένετε στον ήλιο, πολλή ώρα, ακόμα και αν φοράτε αντηλιακό. Η υπερβολική έκθεση, στον ήλιο, αποτελεί απειλή, για την υγεία.
- ★ Κρατάτε τα μωρά και τα μικρά παιδιά, μακριά από τον ήλιο.

- ★ Η χρήση μειωμένης ποσότητας αντηλιακού μειώνει την προστασία.

Η νέα σήμανση πρέπει να περιλαμβάνει την τυποποιημένη σφραγίδα UVA, δηλώνοντας ένα ελάχιστο όριο προστασίας, από την ακτινοβολία UVA, το οποίο αυξάνεται, παράλληλα με την αύξηση του δείκτη ηλιακής προστασίας και βασίζεται, σε τυποποιημένη μέθοδο δοκιμής.

Οι Καταναλωτές πρέπει, οπωσδήποτε να χρησιμοποιούμε αντηλιακά προϊόντα. Είναι σημαντικό να γνωρίζουμε ότι τα αντηλιακά προϊόντα αποτελούν ένα μόνον από τα μέτρα, για την προστασία, από την υπεριώδη ακτινοβολία του ηλίου. **Έτσι, πρέπει να:**

- ✓ Προτιμήσουμε αδιάβροχα αντηλιακά, ειδικά, αν παραμένουμε αρκετή ώρα, μέσα στη θάλασσα ή στην πισίνα.
- ✓ Χρησιμοποιούμε αρκετή ποσότητα αντηλιακού, σε τακτά χρονικά διαστήματα.
- ✓ Επαναλαμβάνουμε τη χρήση αντηλιακού, μετά την κολύμβηση, το σκούπισμα του σώματος με πετσέτα, μετά από παιχνίδι ή άσκηση, ακόμα και αν είμαστε κάτω από την ομπρέλα.
- ✓ Αυξήσουμε την ποσότητα, τη συχνότητα και το δείκτη προστασίας, για τα παιδιά μας. Τα παιδιά έχουν πιο ευαίσθητη επιδερμίδα.
- ✓ Φορέσουμε αντηλιακό, 30 λεπτά, πριν "βγούμε" στον ήλιο.
- ✓ Να αποφεύγουμε την έκθεση στον ήλιο, από τις 10 π.μ. μέχρι τις 4 μ.μ., ειδικά τους καλοκαιρινούς μήνες.

Πρέπει να είμαστε, ιδιαίτερα, προσεκτικοί, εάν:

- ★ Έχουμε ανοιχτόχρωμη επιδερμίδα, ξανθά, κόκκινα ή καστανόξανθα μαλλιά, γαλάζια ή γκρίζα μάτια, φακίδες ή καψίματα, πριν το μαύρισμα.
- ★ Είμαστε πολλή ώρα σε ανοιχτούς χώρους.
- ★ Υποβληθήκαμε, πρόσφατα, σε θεραπεία, για καρκίνο του δέρματος.

- ★ Υπάρχει κληρονομική προδιάθεση, για καρκίνο του δέρματος, ιδιαίτερα μελάνωμα.
- ★ Εργαζόμαστε και κινούμαστε, σε κλειστούς χώρους, καθ' όλη την διάρκεια της εβδομάδας (οι πολλές συνεχόμενες ώρες ηλιοθεραπείας το Σαββατοκύριακο θα μας βλάψουν).
- ★ Ζούμε ή κάνουμε διακοπές, σε μεγάλα ύψη, όπως βουνά (η υπεριώδης ακτινοβολία του ήλιου αυξάνεται κατά 4 έως 5%, για κάθε 300 μέτρα, πάνω από το επίπεδο της θάλασσας).
- ★ Κάνουμε διακοπές, κοντά στον Ισημερινό.
- ★ Πάσχουμε, από κάποιες συγκεκριμένες ασθένειες, όπως "ερυθηματώδης λύκος".
- ★ Κάνουμε κάποια θεραπευτική αγωγή, που περιλαμβάνει έστω ένα από τα παρακάτω φάρμακα:
 - Παρασκευάσματα, για την ακμή
 - Αντιβιοτικά, που περιέχουν τετρακυλίνη
 - Αντιισταμινικά
 - Αντισυλληπτικά, που περιέχουν οιστρογόνο
 - Μη στεροειδή, αντιφλεγμονώδη φάρμακα
 - Ηρεμιστικά ή παρασκευάσματα για την ναυτία
 - Φάρμακα, που περιέχουν σουλφαμιδίνη
 - Αγχολυτικά
 - Διουρητικά
 - Φάρμακα για τον διαβήτη

Όταν, κάνουμε κάποια θεραπεία, πρέπει να συμβουλευτούμε το γιατρό μας, πριν ξεκινήσουμε για διακοπές, γιατί κάποια φάρμακα γίνονται επικίνδυνα, σε συνδυασμό, με την έκθεση στο ήλιο.

Τα μωρά και τα παιδιά είναι ιδιαίτερα ευαίσθητα στην έκθεση στον ήλιο. Μελέτες δείχνουν ότι ένα ή περισσότερα ηλιακά εγκαύματα, στο παιδί ή στον έφηβο, αυξάνουν το ποσοστό της εμφάνισης μελανώματος, που είναι μια πολύ συνηθισμένη και θανατηφόρα μορφή καρκίνου του δέρματος.

Η φθορά της επιδερμίδας, από την έκθεση, στον ήλιο, γίνεται, σταδιακά, ανεξάρτητα από το αν προκαλείται ηλιακό έγκαυμα. Ας είμαστε λοιπόν, προσεκτικοί.

- ❖ Πρέπει να προστατευόμαστε από ουσίες που αποδεδειγμένα είναι βλαβερές για τον οργανισμό μας και να χρησιμοποιούμε ουσίες οι οποίες , τουλάχιστον μέχρι σήμερα, θεωρούνται ασφαλείς.
- ❖ Προστατεύοντας τα καλλυντικά μας προστατεύουμε το δέρμα μας και την υγεία μας.



Βιβλιογραφία :

«Αποτρίχωση 1» Ιωάννα Λεονταρίδου,
«Αισθητική Σώματος 1» Άννα Σαββίδου
«Δερματολογία 1 & 2» Αλεξάνδρα Ηλίου,
«Κοσμετολογία 1,2&3» Δούκας Χρηστός
«Φωτογήρανση και Φωτοπροστασία» Γεώργιος Γραμματικόπουλος

Διαδίκτυο:

pmchemistry.blogspot.com

www.cosmeticsdesign-europe.com

<http://panacea.med.uoa.gr/topic.aspx?id=869>

<http://fe-mail.gr>, <http://www.lifeinbalance.gr>

<http://www.colorado.edu/news> Ιστοσελίδα του ΕΟΦ

<http://www.syl.com>

<http://www.medinfo.gr>

<http://www.ygeianet.gov.gr>

<http://aem.asm.org/cgi/content/abstract/56/5/1476>

<http://stanford.wellsphere.com/skin-beauty-article/parabens-in-cosmetics/546317>

http://newsimg.bbc.co.uk/media/images/45168000/jpg/_45168474_hand_cred_226.jpg

http://www.consumeraffairs.com/news04/2007/08/old_makeup.html

«Τα συντηρητικά των καλλυντικών και οι προοπτικές τους».
31 Διεθνές συνέδριο Υγείας, Αισθητικής (2008)
www.safecosmetics.org

εφημερίδες «Το ΒΗΜΑ»
και «ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ»

Φωτογραφίες από το διαδίκτυο.