

**ΑΛΕΞΑΝΔΡΕΙΟ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΙΔΡΥΜΑ  
ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ**

**ΣΧΟΛΗ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΩΝ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΠΡΟΝΟΙΑΣ**

**ΤΜΗΜΑ ΑΙΣΘΗΤΙΚΗΣ - ΚΟΣΜΗΤΟΛΟΓΙΑΣ**

ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ:

**Σάπωνες: παραγωγή, ιδιότητες, εφαρμογές**

ΣΠΟΥΔΑΣΤΡΙΑ:

**Παυλίδου Αντιγόνη**

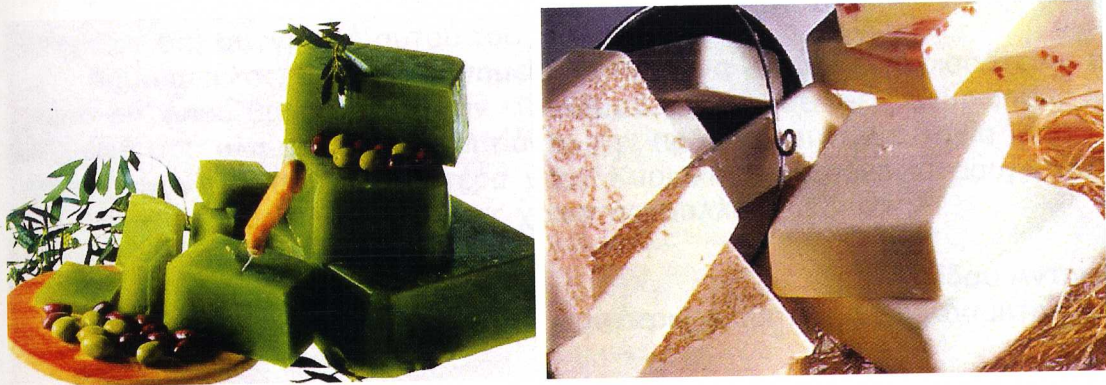
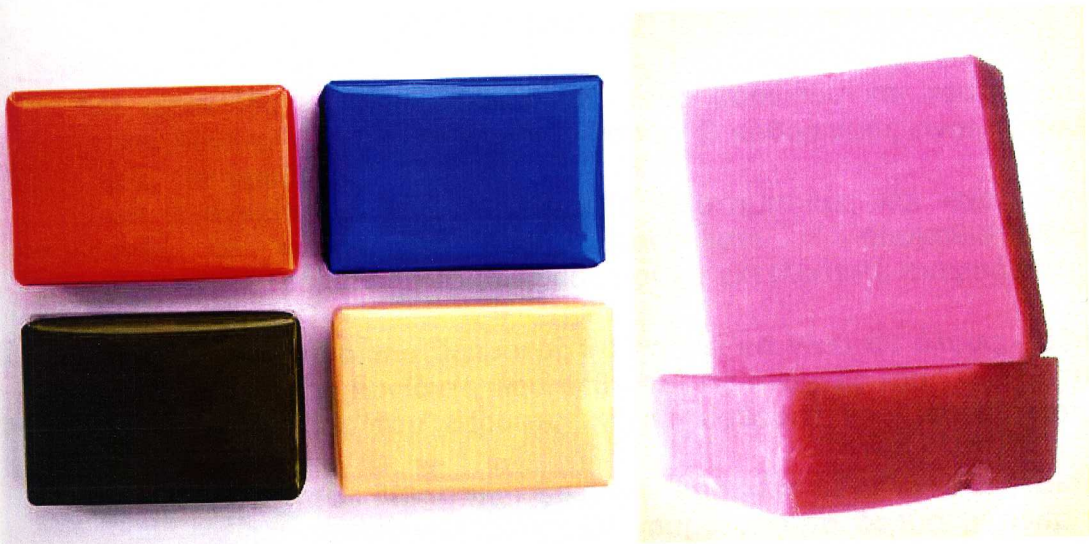
ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ:

**Δρ. Δούκας Χρήστος**

Θεσσαλονίκη

Ακαδημαϊκό Έτος 2004 - 2005







## **ΑΝΤΙ ΠΡΟΛΟΓΟΥ**

Στη φροντίδα και στην περιποίηση του προσώπου και του σώματος συμπεριλαμβάνεται ο σχολαστικός καθαρισμός. Ο καθαρισμός είναι το πρώτο βήμα προς την ομορφιά.

Είναι αναγκαίος κι επιβεβλημένος ο συστηματικός και σχολαστικός καθαρισμός σε καθημερινή βάση, έτσι ώστε ν' αποκαθίσταται η διαταραγμένη ισορροπία της επιδερμίδας και να εκτελούνται ανεμπόδιστα οι λειτουργίες της.

Η σωστή φροντίδα του δέρματος θα πρέπει να γίνει σε όλους, τρόπος ζωής και να γίνεται με προϊόντα που σέβονται τις ανάγκες του. Το τρίπτυχο της σωστής φροντίδας του δέρματος είναι: καθαρισμός - ενυδάτωση - προστασία.

Η φροντίδα του δέρματος ξεκινάει από έναν καλό και τακτικό καθαρισμό. Με τον καθαρισμό απομακρύνουμε από το δέρμα ρύπους και ιδρώτα κι έτσι μπορούμε στη συνέχεια να εφαρμόσουμε άλλα προϊόντα για ενυδάτωση ή προστασία. Οι επιλογές στη χρήση καθαριστικού ως προς τη μορφή του είναι δύο: σαπούνι σε μπάρα ή υγρό καθαριστικό.

Κίνητρο για τη συγγραφή του βιβλίου αυτού, αποτέλεσε η ιδιαιτερότητα του θέματος και η σπουδαιότητά του στο εξαιρετικά μεγάλης σημασίας κεφάλαιο της υγείας και της ομορφιάς.

Καταβλήθηκε κάθε δυνατή προσπάθεια από μέρους μου, έτσι ώστε να ανταποκριθώ με συνέπεια στις απαιτήσεις του θέματος, έχοντας ως στόχο και σκοπό την κατά το δυνατό ολοκληρωμένη κάλυψη-παρουσίαση-ανάλυσή του.

Ευχαριστώ τον υπεύθυνο καθηγητή μου, κ. Δούκα Χρήστο, για τη βοήθεια και τη συμπαράσταση που μου προσέφερε.

Θεωρώ υποχρέωσή μου, επίσης, να ευχαριστήσω όλους όσους με στήριξαν στη συγγραφή αυτού του βιβλίου.

Άφησα τέλος, σ' αυτό το σημείο, έτσι για να ξεχωρίζει περισσότερο, ένα χώρο απ' όπου θα εκφράσω την ευγνωμοσύνη μου σε τρεις ανθρώπους που στη ζωή μου όλη οραματίζονται πάντα την πρόοδο και την ευτυχία μου. Τον πατέρα μου, Μιχαήλ. Τη μητέρα μου, Κυριακή. Τον αδερφό μου, Παύλο. Τους αγαπάω πάρα πολύ και τους χρωστάω πολλά...

Παυλίδου Αντιγόνη  
φοιτήτρια Αισθητικής και Κοσμητολογίας







## ΣΥΝΟΠΤΙΚΟΣ ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ

➤ Πίνακας περιεχομένων.....	5
➤ Εισαγωγή.....	10
➤ Καθαρισμός: η απαραίτητη κίνηση.....	10
➤ Λίγα λόγια για την ιστορία του σαπουνιού και της καθαριότητας.....	13
➤ Η ιστορία του σαπουνιού.....	14
➤ Μύθοι γύρω από το σαπούνι.....	15
➤ Ορισμός.....	17
➤ Σαπωνοποίηση.....	17
➤ Ξεχωριστή μονάδα παραγωγής σαπουνιού από ελαιόλαδο.....	19
➤ Πως φτιάχνεται το χειροποίητο σαπούνι.....	20
➤ Βασικά στάδια παρασκευής των σαπουνιών.....	22
➤ Ορισμένες συνταγές σαπουνιών.....	22
➤ Σαπούνια για ειδικές χρήσεις.....	32
➤ Καλλυντικά βασισμένα σε φυσικά δερμόφιλα συστατικά.....	36
➤ Βασικά λίπη κι έλαια.....	37
➤ Αποφυγή κι αντικατάσταση συνθετικών συστατικών από ιδιαίτερος ωφέλιμα συστατικά φυσικής προέλευσης.....	42
➤ Φυσική Κοσμητολογία Natural Cosmetology Φ.Κ.....	43
➤ Αιθέρια έλαια Αρωματοθεραπεία (Aromatherapy).....	44
➤ Τα μεγάλα μυστικά της Νεκράς Θάλασσας.....	46
➤ Μαστίχα Χίου: μία παγκόσμια ιδιαιτερότητα.....	48
➤ Η θεραπευτική δύναμη των σπόρων του γκρεϊπφρούτ.....	50
➤ Σαπωνάρια η φαρμακευτική (Saponaria officinal).....	52
➤ Πως δρουν τα σαπούνια.....	52
➤ Μειονεκτήματα σαπουνιών.....	53
➤ Κατηγορίες δερμάτων.....	54
➤ Φυσικά χειροποίητα σαπούνια με θεραπευτικές ιδιότητες.....	56
➤ Διάφορα σαπούνια.....	58
➤ Θα πρέπει να χρησιμοποιούνται ειδικά σαπούνια για την υγιεινή της ευαίσθητης περιοχής;.....	89
➤ Δικλίδα ασφαλείας το πλύσιμο των χεριών.....	90
➤ Πρόληψη της διάρροιας και πλύσιμο των χεριών.....	91
➤ Η καθαριότητα ως πρόληψη Το κοινό σαπούνι ως μέσο πρόληψης στον ιό HIV.....	92
➤ Ετοιμάζονται τα <<σούπερ σαπούνια>>.....	93
➤ Τα αντιβακτηριδιακά σαπούνια δεν υπερέχουν των απλών.....	94
➤ Τα αντιβακτηριδιακά σαπούνια δεν καταπολεμούν τα μικρόβια.....	94
➤ Επικίνδυνα τα αντιβακτηριδιακά σαπούνια στον ήλιο.....	95
➤ Με ποιό τρόπο τα σαπούνια βλάπτουν την επιδερμίδα;.....	95
➤ Κλαδική μελέτη για καλλυντικά.....	96
➤ Κλαδική μελέτη για απορρυπαντικά - σαπούνια.....	97
➤ Βιβλιογραφία.....	99



## ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ

➤	Εισαγωγή.....	10
➤	Καθαρισμός: η απαραίτητη κίνηση.....	10
➤	Λίγα λόγια για την ιστορία του σαπουνιού και της καθαριότητας.....	13
➤	Η ιστορία του σαπουνιού.....	14
➤	Μύθοι γύρω από το σαπούνι.....	15
➤	Ορισμός.....	17
➤	Σαπωνοποίηση.....	17
➤	Ξεχωριστή μονάδα παραγωγής σαπουνιού από ελαιόλαδο.....	19
➤	Πως φτιάχνεται το χειροποίητο σαπούνι.....	20
➤	Βασικά στάδια παρασκευής των σαπουνιών.....	22
➤	Ορισμένες συνταγές σαπουνιών.....	22
	1. Σαπούνι με ζωικό λίπος (βοδινό).....	22
	2. Σαπούνι με ζωικό λίπος (χοιρινό).....	23
	3. Σαπούνι με φυτικό λίπος.....	23
	4. Σαπούνι με γκρέιπ φρουτ.....	23
	5. Σαπούνι με ροδάκινο κι άρωμα γεράνι.....	23
	6. Σαπούνι με άρωμα βατόμουρο.....	24
	7. Σαπούνι με άρωμα φράουλα.....	24
	8. Σαπούνι με χυμό αγγουριού.....	24
	9. Σαπούνι με άρωμα πορτοκαλιού και λεμονιού.....	25
	10. Σαπούνια με λεβάντα και λεμόνι.....	25
	11. Σαπούνι με άρωμα τριαντάφυλλο.....	25
	12. Σαπούνι με ηλιέλαιο.....	26
	13. Σαπούνι με αμύγδαλο, μέλι και κανέλα.....	26
	14. Σαπούνι με κερι μέλισσας, μέλι και hafer.....	26
	15. Σαπούνι με μέλι.....	27
	16. Σαπούνι margor.....	27
	17. Σαπούνι με hafer.....	27
	18. Σαπούνι με χαμομήλι.....	28
	19. Σαπούνι με τσουκνίδα κι ελαιόλαδο.....	28
	20. Σαπούνι με κρόκους αυγού.....	28
	21. Σαπούνι με γάλα κατσίκας.....	28
	22. Σαπούνι με άρωμα δάσους.....	29
	23. Σαπούνι με άρωμα βανίλιας.....	29
	24. Σαπούνι με άρωμα μέντας.....	29
	25. Σαπούνι με λάδι avogado.....	30
	26. Μεσογειακό σαπούνι.....	30
	27. Σαπούνι με σπαθόχορτο.....	30
	28. Σαπούνια με καρυδέλαιο.....	31
	29. Σαπούνια με ελαιόλαδο.....	31
	30. Σαπούνι με γλυκερίνη.....	32
	31. Σαμπουάν με αυγό και λεμόνι.....	32
➤	Σαπούνια για ειδικές χρήσεις.....	32
	1. Ειδικά σαπούνια.....	33
	2. Σαπούνι για την κουζίνα.....	33
	3. Σαπούνι παιδικό.....	33
	4. Σαπούνι αντιηλιακό.....	33
	5. Σαπούνι αρωματικό.....	34



	6.	Σαπούνι για τα χέρια.....	34
	7.	Σαπούνι φυτικό.....	34
	8.	Σαπούνι για peeling.....	34
	9.	Σαπούνια αντισηπτικά.....	35
	10.	Σαπούνια για το μπάνιο.....	36
➤		Καλλυντικά βασισμένα σε φυσικά δερμόφιλα συστατικά.....	36
➤		Βασικά λίπη κι έλαια.....	37
	•	Λίπος του κοκό.....	38
	•	Λίπος του κακάο.....	39
	•	Φοινικέλαιο.....	39
	•	Almond oil (prunus dulcis).....	39
	•	Jojoba oil (simmondsia chinensis).....	39
	•	Αραχιδέλαιο – Φυστικέλαιο.....	39
	•	Ροδακινέλαιο.....	39
	•	Porpy seed oil (έλαιο σπερμάτων παπαρούνας).....	40
	•	Walnut oil (καρυδέλαιο).....	40
	•	Macadamia nut oil (έλαιο καρύδας macadamia).....	40
	•	Ελαιόλαδο.....	40
	•	Grape seed oil.....	40
	•	Λάδι πυρήνων βερίκοκου.....	41
	•	Ρετσινέλαιο.....	41
	•	Σιτέλαιο.....	41
	•	Καροτέλαιο.....	41
	•	Λάδι avogado.....	41
	•	Λανολίνη.....	41
	•	Κερί μέλισσας.....	41
	•	Βούτυρο κακάο.....	41
	•	Seabutter.....	42
	•	Φυτικό λίπος.....	42
	•	Ηλιέλαιο.....	42
	•	Χοιρινό λίπος.....	42
	•	Βοδινό λίπος.....	42
➤		Αποφυγή κι αντικατάσταση συνθετικών συστατικών από ιδιαίτερος ωφέλιμα συστατικά φυσικής προέλευσης.....	42
	•	Αντικατάσταση mineral oil.....	42
	•	Αντικατάσταση προπυλενογλυκόλης.....	42
	•	Αντικατάσταση σιλικονών.....	42
	•	Χρήση ενεργών εκχυλισμάτων.....	43
➤		Φυσική Κοσμητολογία Natural Cosmetology Φ.Κ.....	43
➤		Αιθέρια έλαια Αρωματοθεραπεία (Aromatherapy).....	44
➤		Τα μεγάλα μυστικά της Νεκράς Θάλασσας.....	46
➤		Μαστίχα Χίου: μία παγκόσμια ιδιαιτερότητα.....	48
➤		Η θεραπευτική δύναμη των σπόρων του γκρεϊπφρούτ.....	50
➤		Σαπωνάρια η φαρμακευτική (Saponaria officinal).....	52
➤		Πως δρουν τα σαπούνια.....	52
➤		Μειονεκτήματα σαπουνιών.....	53
➤		Κατηγορίες δερμάτων.....	54
	1.	Φυσιολογικό ή κανονικό δέρμα.....	54
	2.	Ξηρό δέρμα.....	54
	3.	Λιπαρό δέρμα.....	55



4.	Μικτό δέρμα.....	56
➤	Φυσικά χειροποίητα σαπούνια με θεραπευτικές ιδιότητες.....	56
➤	Διάφορα σαπούνια.....	58
1.	Σαπούνι Κρέμα Καραμελέ.....	58
2.	Σαπούνι Μεσόγειος.....	58
3.	Σαπούνι Χρυσασλλίς.....	59
4.	Σαπούνι Βαλκυρία.....	59
5.	Σαπούνι με πρόπολη.....	59
6.	Σαπούνι με χαβιάρι.....	59
7.	Σαπούνι αλάτων.....	59
8.	Σαπούνι λάσπης.....	60
9.	Σαπούνι Villanova.....	60
10.	Σαπούνια από ελαιόλαδο.....	61
	• Φυσικό σαπούνι ελαιολάδου με μέλι.....	61
	• Φυσικό σαπούνι ελαιολάδου με μαστίχα.....	62
	• Φυσικό σαπούνι ελαιολάδου με φύκια.....	62
	• Φυσικό σαπούνι ελαιολάδου με χαμομήλι.....	62
	• Φυσικό σαπούνι ελαιολάδου με λεβάντα.....	62
	• Φυσικό πράσινο ή άσπρο σαπούνι ελαιολάδου.....	62
	• Φυσική πράσινη σκόνη σαπουνιού.....	62
	• Φυσική άσπρη σκόνη σαπουνιού.....	63
	• Φυσική πράσινη ή άσπρη σαπουνόμαζα.....	63
11.	Σαπούνια με μαστίχα.....	63
	• Σαπούνι για την κυτταρίτιδα και το τοπικό πάχος με μαστίχα και θαλασσινά καφέ φύκια.....	65
	• Σαπούνι προσώπου για λάμψη με μαστίχα και χιώτικο τσάι βουνού.....	66
	• Σαπούνι για την κυτταρίτιδα και το τοπικό πάχος με μαστίχα, κουκούτσια αμυγδάλου, αγριοκάστανο και φύκια.....	66
	• Σαπούνι teens για φρεσκάδα στο σώμα με μαστίχα, φρέσκο χυμό και φέτες χιώτικου μανταρινιού.....	66
	• Σαπούνι teens για καθαρισμό και φρεσκάδα προσώπου με μαστίχα και φρέσκο χιώτικο γάλα.....	66
	• Σαπούνι σώματος- relaxing με μαστίχα, χιώτικο γιασεμί και νερό από την ιαματική πηγή 'Αγιάσματα Κεράμου'..	66
	• Αγνό σαπούνι για λιπαρά δέρματα με μαστίχα, φασκόμηλο και νερό από την ιαματική πηγή 'Αγιάσματα Κεράμου'.....	66
	• Αγνό σαπούνι προσώπου-σύσφιξη με μαστίχα και χιώτικο αγιόκλημα.....	66
	• Αγνό σαπούνι αποσμητικό με μαστίχα και γνήσιο, αυτοφυές φασκόμηλο.....	66
	• Σαπούνι σώματος-relaxing με μαστίχα, γνήσια λεβάντα κι ελαιόλαδο.....	67
	• Σαπούνι σώματος-τονωτικό με μαστίχα, αγνό ελαιόλαδο κι αγνό χαμομήλι.....	68
	• Σαπούνι Λευκό Μυροβόλος με μαστίχα κι άρωμα μαστίχας.....	69
	• Σαπούνι Θαλασσί Μυροβόλος με μαστίχα και δροσερό άρωμα Αιγαίου.....	69



•	Σαπούνι Πράσινο Μυροβόλος με ελαιόλαδο, μαστίχα κι άρωμα μαστίχας.....	70
12.	Σαπούνι Toning.....	70
13.	Σαπούνι Clear Face.....	70
14.	Σαπούνι με φύκια.....	70
15.	Σαπούνι Μυρτίλλη.....	71
16.	Σαπούνι Απολλώνια.....	71
17.	Σαπούνι Aurora.....	72
18.	Σαπούνι κανέλας.....	72
19.	Σαπούνι πορτοκαλιού.....	72
20.	Σαπούνι λεμονιού.....	73
21.	Σαπούνι με ανθόγαλο.....	73
22.	Σαπούνι κιτρονέλλας.....	74
23.	Σαπούνι τριαντάφυλλου.....	74
24.	Σαπούνι πράσινου μήλου.....	74
25.	Σαπούνι γκρέιπ φρουτ.....	74
26.	Σαπούνι ανανά.....	75
27.	Σαπούνι βερίκοκου.....	75
28.	Σαπούνι ροδάκινου.....	75
29.	Σαπούνι μέντας.....	75
30.	Σαπούνι λεβάντας.....	75
31.	Σαπούνι περγαμόντου.....	76
32.	Σαπούνι με πατσουλί.....	76
33.	Σαπούνι φράουλας.....	76
34.	Σαπούνι ευκάλυπτου.....	76
35.	Σαπούνι με μαγγάνιο.....	77
36.	Σαπούνι με πολυφρουκτόλη.....	78
37.	Σαπούνι με σανταλόξυλο.....	78
38.	Σαπούνι με άσπρο τσάι.....	78
39.	Σαπούνι με μαύρο τσάι.....	78
40.	Σαπούνι με πράσινο τσάι.....	78
41.	Σαπούνι κόκκινων σταφυλιών.....	79
42.	Σαπούνι με μελίλοτο.....	79
43.	Σαπούνι με ρίγανη.....	79
44.	Σαπούνι με εκχύλισμα αλπικών βρύων και γλυκόριζας.....	79
45.	Σαπούνι με πραγματικό βούτυρο karite.....	79
46.	Σαπούνι με κενταύριο.....	80
47.	Σαπούνι αγριοκυπάρισσου.....	80
48.	Σαπούνι με aloe vera.....	81
49.	Σαπούνι με χαμομήλι.....	81
50.	Σαπούνι με εκχύλισμα πράσινου μαρουλιού της θάλασσας (ulva lactuca).....	82
51.	Σαπούνι με βιταμίνη C.....	82
52.	Σαπούνι με χαλκό.....	82
53.	Σαπούνι με μαγνήσιο.....	82
54.	Σαπούνι με ανθόνερο.....	82
55.	Σαπούνι με θαλασσινό νερό.....	83
56.	Σαπούνι με ιαματικό νερό.....	83
57.	Σαπούνι με λάδι Αβογκάντο και καλέντουλας.....	84
58.	Σαπούνι Ylang-Ylang.....	84
59.	Σαπούνι με τσαγιόδεντρο.....	84
60.	Σαπούνι με μελισσόχορτο.....	85



61.	Σαπούνι με αμαμελίδα.....	85
62.	Σαπούνι Vetiver.....	85
63.	Σαπούνι με ελαστίνη και κολλαγόνο.....	85
64.	Σαπούνι με καρνοσίνη.....	85
65.	Σαπούνι με σεντέλα (centella asiatica).....	85
66.	Σαπούνι δεντρολίβανου.....	86
67.	Σαπούνι Λουΐζα.....	86
68.	Σαπούνι Αφροδίτη.....	86
69.	Σαπούνι με κισσό.....	87
70.	Σαπούνι Ιπποκράτης.....	87
71.	Σαπούνι Αίολος.....	87
72.	Σαπούνι Κυβέλη.....	87
73.	Σαπούνι Αθηνά.....	87
74.	Σαπούνι με γεράνι.....	88
75.	Σαπούνι αγνό και φυσικό από λάδι ελιάς κι εκχύλισμα σκυλλοκρεμμύδας από το Ρέθυμνο της Κρήτης.....	88
➤	Θα πρέπει να χρησιμοποιούνται ειδικά σαπούνια για την υγιεινή της ευαίσθητης περιοχής;.....	89
➤	Δικλίδα ασφαλείας το πλύσιμο των χεριών.....	90
➤	Πρόληψη της διάρροιας και πλύσιμο των χεριών.....	91
➤	Η καθαριότητα ως πρόληψη Το κοινό σαπούνι ως μέσο πρόληψης στον ιό HIV.....	92
➤	Ετοιμάζονται τα <<σούπερ σαπούνια>>.....	93
➤	Τα αντιβακτηριδιακά σαπούνια δεν υπερέχουν των απλών.....	94
➤	Τα αντιβακτηριδιακά σαπούνια δεν καταπολεμούν τα μικρόβια.....	94
➤	Επικίνδυνα τα αντιβακτηριδιακά σαπούνια στον ήλιο.....	95
➤	Με ποιό τρόπο τα σαπούνια βλάπτουν την επιδερμίδα;.....	95
➤	Κλαδική μελέτη για καλλυντικά.....	96
➤	Κλαδική μελέτη για απορρυπαντικά - σαπούνια.....	97
➤	Βιβλιογραφία.....	99