



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ
ΚΟΣΜΗΤΟΛΟΓΙΑΣ

ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ - ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ 2012

ΤΕΥΧΟΣ 29

ΤΟ

ΠΕΡΙΟΔΙΚΟ ΚΟΣΜΗΤΟΛΟΓΙΑΣ

ΚΑΛΛΥΝΤΙΚΟ

Αντιγήρανση

Γονίδια και
παχυσαρκία

Νέα στοιχεία για την
Διαχείριση του Βάρους

Έκθεση
ασφάλειας
καλλυντικού
προϊόντος

Νέος κανονισμός
περί καλλυντικών

Bio - Eco
Καλλυντικά

Μέλασμα





1ο ΘΕΜΑΤΙΚΟ ΣΥΜΠΟΣΙΟ

Η Συμβολή Γονιδιακών Αναλύσεων στην Προδιάθεση, Διάγνωση, Πρόγνωση και Ορθή Φαρμακολογική Προσέγγιση Ασθενειών

02 - 03 Μαρτίου 2013

**Συνεδριακό Κέντρο «Αριστοτέλης»
Τμήμα Φυσικής**

Πανεπιστημιόπολη Ζωγράφου

Είσοδος ελεύθερη

Με την Αιγίδα της

 **ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ**

Θα δοθούν μόρια συνεχιζόμενης ιατρικής επιμόρφωσης
Θα χορηγηθούν πιστοποιητικά παρακολούθησης

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΥΜΠΟΣΙΟΥ

Σάββατο 02 Μαρτίου

1^{ος} Κύκλος Καρδιαγγειακό/Αίμα 16:30-18:45

2^{ος} Κύκλος Λοιμώξεις 18:45-19:15

Κυριακή 03 Μαρτίου

3^{ος} Κύκλος Μεταβολικό Σύνδρομο-Διατροφή-Άσθμα 09:30-10:45

4^{ος} Κύκλος Κεντρικό Νευρικό Σύστημα 11:15-13:00

5^{ος} Κύκλος Ορθοπαιδική-Αθλητιατρική 14:00-14:45

6^{ος} Κύκλος Καρκίνος 14:45-15:45

7^{ος} Κύκλος Φαρμακογενετική/Φαρμακογονιδιωματική 16:15-18:15

Live μετάδοση μέσω του site του Συμποσίου www.gonidiakes.gr

Βιβλίο Πρακτικών Συμποσίου

Όσοι σύνεδροι προεγγραφούν μέχρι την 01^η Μαρτίου 2013, θα παραλάβουν δωρεάν το βιβλίο των πρακτικών του Συμποσίου, που θα περιλαμβάνει τα κείμενα όλων των ομιλιών στα ελληνικά και στα αγγλικά. Το Βιβλίο των Πρακτικών θα εκδοθεί από τις εκδόσεις Παρισιάνου.

Όσοι εγγραφούν κατά τη διάρκεια του Συμποσίου (το Σάββατο ή την Κυριακή) θα μπορούν να προμηθευτούν το Βιβλίο των Πρακτικών από το stand του οίκου Παρισιάνου στην προνομιακή τιμή των 20 Ευρώ.

Οργανωτική/Επιστημονική Επιτροπή

Δρακούλης Νικόλαος, MD, PhD	Επικ. Καθηγητής Κλινικής Φαρμακολογίας Ε ΚΠΑ
Κουμάκης Κων/νος, MD, PhD	Νευρολόγος-Ψυχίατρος, Δ/ντής Νευρολογικής Κλινικής «Ευρωκλινική Αθηνών»
Λαμπρινίδης Γεώργιος, MSc, PharmD	Φαρμακοποιός
Λεβάκος Ιωάννης, MD, PhD	Ορθοπαιδικός Χειρουργός, Ειδικός Αθλητίατρος
Λιάπη Χάρις, MD, PhD	Αναπλ. Καθηγήτρια Φαρμακολογίας, Ιατρική Σχολή ΕΚΠΑ
Μανωλόπουλος Ευάγγελος, MD, PhD	Αναπλ. Καθηγητής Φαρμακολογίας, Ιατρική Σχολή, ΔΠΘ
Μπεζιρτζόγλου Ευγενία, MD, PhD	Καθηγήτρια Μικροβιολογίας ΔΠΘ
Ορφανίδου Δώρα, MD, PhD	Αναπλ. Καθηγήτρια Πνευμονολογίας ΕΚΠΑ
Πανίδης Δημήτριος MSc, PharmD	Κλινικός Φαρμακοποιός
Πάντος Κων/νος, MD, PhD	Αναπλ. Καθηγητής Φαρμακολογίας, Καρδιολόγος, Ιατρική Σχολή ΕΚΠΑ
Παπαϊωάννου Νικόλαος, MD, PhD	Αναπλ. Καθηγητής Ορθοπαιδικής, Δ/ντής Εργαστηρίου Έρευνας Μυοσκελετικών Παθήσεων, Ιατρική Σχολή ΕΚΠΑ
Σκλαβούνου Αλεξάνδρα, MD, PhD	Καθηγήτρια, Δ/ντρια Εργαστηρίου Στοματολογίας, Οδοντιατρική Σχολή ΕΚΠΑ
Τουλούμης Χαράλαμπος, MD, PhD	Ψυχίατρος, Συντονιστής-Δ/ντής, 5 ^ο Ψυχιατρικό Τμήμα Εισαγωγών, Ψ.Ν.Α
Τυρπίζης Ι. Σταύρος, MD, MSc, PhD	Χειρουργός Ουρολόγος - Ανδrolόγος, ΕΚΠΑ
Χρούσος Γεώργιος, MD, PhD	Καθηγητής - Δ/ντής Α' Παιδιατρικής Κλινικής ΕΚΠΑ

_περιεχόμενα

σελ

Νομοθετικό πλαίσιο για την
διασφάλιση της ποιότητας
των καλλυντικών 6

Έκθεση ασφάλειας καλλυντικού
προϊόντος 12

Bio-Eco καλλυντικά 22

Comptoir du pastel
Bio-cosmetics 26

Αντιγήρανση και lifestyle 28

Γονίδια και παχυσαρκία 32

Βαριατρική Χειρουργική 36

Η Ακμή και οι βασικοί
χειρισμοί αντιμετώπισής της
σήμερα 40

Μέλασμα 46

B-Γλυκάνες & βιταμίνη D 48

Απόψεις για την παρασκευή Γαλλικών
σκευασμάτων στο εργαστήριο
ενός σύγχρονου φαρμακείου 55

Παρουσίαση Φαρμακείου 60

Συνταγές Ομορφιάς 66

Τα Νέα της ΕΕΚ 68

Βιβλιοπαρουσίαση 74

Δελτία Τύπου 75

Φαρμακεία με εξειδικευμένες
παρασκευές 78

_editorial

Αγαπητοί Συνάδελφοι,



Παρά τη δυσχερή οικονομική συγκυρία και με καθυστέρηση ενός έτους, το περιοδικό «Το Καλλυντικό» συνεχίζει να κυκλοφορεί σε έντυπη μορφή από την εταιρεία New Genomed, ενώ η ηλεκτρονική μορφή του θα είναι όπως πάντα διαθέσιμη από το site της Ε.Ε.Κ.

Στο παρόν τεύχος, το πρώτο του νέου κύκλου της νέας προσπάθειας, παρουσιάζονται ομιλίες από την Ενημερωτική Εκδήλωση με τίτλο: «Νέος Ευρωπαϊκός Κανονισμός για τα Καλλυντικά Προϊόντα» που διεξήχθη στις 6 Ιουνίου 2012 στην Αθήνα, καθώς και από το «Στρογγυλό Τραπέζι» με θέμα: «Ασφάλεια και Ποιότητα Καλλυντικών Προϊόντων» που διεξήχθη στα πλαίσια του 1ου Πανελληνίου Συνεδρίου Φαρμακευτικών Επιστημών, 27-30 Απριλίου 2012 στην Αθήνα.

Επίσης παρουσιάζονται άρθρα, από Μέλη της Εταιρείας, για διάφορα θέματα που ενδιαφέρουν όλους εμάς που ασχολούμαστε με τα καλλυντικά προϊόντα, τόσο ως επιστήμονες, όσο και ως καταναλωτές.

Ελπίζουμε να συνεχίσετε να στηρίζετε έμπρακτα την προσπάθεια της Ελληνικής Εταιρείας Κοσμητολογίας υποβάλλοντας ύλη για δημοσίευση στο περιοδικό μας και συμμετέχοντας στις εκδηλώσεις που διοργανώνουμε.

Λόγω της οικονομικής κρίσης που όλοι μας αντιμετωπίζουμε και σε ένδειξη αλληλεγγύης προς τα μέλη της Ε.Ε.Κ. που τόσα χρόνια στηρίζουν την Εταιρεία μας, το Δ.Σ. αποφάσισε να μειώσει την ετήσια συνδρομή από 40€ σε 20€. Ο νέος τραπεζικός λογαριασμός της Ε.Ε.Κ. στην «Εθνική Τράπεζα» είναι: (No 133/296090-70 Κωδικός: 1).

Επίσης, άλλαξε και αναμορφώθηκε η Ιστοσελίδα μας <http://eek.org.gr>.

Τέλος, σας υπενθυμίζουμε ότι η Ε.Ε.Κ. απέκτησε ομάδα στις ιστοσελίδες κοινωνικής δικτύωσης Facebook (<http://www.facebook.com/groups/331377246884262/>), καθώς και LinkedIn (http://www.linkedin.com/groups?gid=4198751&trk=hb_side_g) στις οποίες όποια μέλη επιθυμούν μπορούν να συζητούν για θέματα σχετικά με τα Καλλυντικά Προϊόντα και να ενημερώνονται σχετικά με τις δραστηριότητες της Ε.Ε.Κ..

Με Συναδελφικούς χαιρετισμούς

Ο Πρόεδρος της Ε.Ε.Κ.

Γεώργιος Θ. Παπαϊωάννου

Ομ. Καθηγητής Πανεπιστημίου Αθηνών

ΕΠΙΣΗΜΟ ΤΡΙΜΗΝΙΑΙΟ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟ
ΤΗΣ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ ΚΟΣΜΗΤΟΛΟΓΙΑΣ
Τεύχος 29 • Ιανουάριος- Δεκέμβριος 2012

Συντακτική επιτροπή / Διοικητικό Συμβούλιο - Ε.Ε.Κ.

Γ. Θ. ΠΑΠΑΪΩΑΝΝΟΥ
Σ. ΧΑΤΖΗΑΝΤΩΝΙΟΥ

Ομ. Καθηγητής Φαρμακευτικής,
Επικ. Καθηγήτρια, Τομέας Φαρμ. Τεχνολογίας, Τμ. Φαρμακευτικής, Παν. Πατρών
Α. ΠΑΤΕΡΑ
Χημικός, Διεύθυνση R&D Εταιρεία ARIVITA
Δ. ΜΕΛΙΣΣΟΣ
Κ. ΒΑΣΙΛΑΤΟΥ
Χημικός, qacs
Σ. ΧΑΛΜΠΕΣ
Χημικός, Σύμβουλος Ανάπτυξης και Καινοτομίας Καλλυντικών Προϊόντων Φαρμακοποιός, Προϊστάμενος Τμήματος Αξιολόγησης Καλλυντικών και Τμήματος Αξιολόγησης Εκτελωνισμού, Αναπλ. Διευθυντής Αξιολόγησης Προϊόντων Ε.Ο.Φ.
Π. ΔΑΛΛΑΣ
Επικ. Καθηγητής, Τομέας Φαρμ. Τεχνολογίας, Τμ. Φαρμακευτικής, ΕΚΠΑ

Επιστημονικός Διευθυντής

Γ.Θ. ΠΑΠΑΪΩΑΝΝΟΥ

Ομ. Καθηγητής

Επιστημονική Επιμελήτρια

Σ. ΧΑΤΖΗΑΝΤΩΝΙΟΥ

Επικ. Καθηγήτρια, Τομέας Φαρμ. Τεχνολογίας, Τμ. Φαρμακευτικής, Παν. Πατρών

Επιστημονική επιτροπή

Α. ΚΑΤΣΑΜΠΑΣ
Ν. ΣΤΑΥΡΙΑΝΕΑΣ
Χ. ΑΝΤΩΝΙΟΥ

Καθηγητής Δερματολογίας ΕΚΠΑ
Καθηγητής Δερματολογίας ΕΚΠΑ
Καθηγήτρια Δερματολογίας, Ιατρική Σχολή, ΕΚΠΑ

Κ. ΚΟΥΣΚΟΥΚΗΣ

Καθηγητής Δερματολογίας, Ιατρική Σχολή, ΔΠΘ

Κ. ΔΕΜΕΤΖΟΣ

Καθηγητής Φαρμ. Τεχνολογίας, Τμ. Φαρμακευτικής, ΕΚΠΑ

Β. ΚΕΦΑΛΑ

Καθηγήτρια Τμ. Αισθητικής & Κοσμητολογίας, ΑΤΕΙ Αθήνας

Ε. ΚΙΝΤΖΙΟΥ

Καθηγήτρια Τμ. Αισθητικής & Κοσμητολογίας, ΑΤΕΙ Αθήνας

Ε. ΠΡΩΤΟΠΑΠΠΑ

Καθηγήτρια Τμ. Αισθητικής & Κοσμητολογίας, ΑΤΕΙ Αθήνας

Α. ΚΑΤΣΑΡΟΥ
Α. ΒΑΡΒΑΡΕΣΟΥ

Αν. Καθ. Δερματολογίας, Ιατρική Σχολή Αν. Καθηγήτρια Τμ. Αισθητικής & Κοσμητολογίας, ΑΤΕΙ Αθήνας

Μ. ΡΑΛΛΗΣ

Επικ. Καθηγητής Φαρμ. Τεχνολογίας, Τμ. Φαρμακευτικής, ΕΚΠΑ

Σ. ΠΑΠΑΓΕΩΡΓΙΟΥ

Χημικός Καθηγητής Εφαρμογών, Τμ. Αισθητικής & Κοσμητολογίας, ΑΤΕΙ Αθήνας

Μ. ΜΠΟΥΣΒΑΡΟΣ

Χημικός - Σαπωνοποιός, τ. Διευθυντής QA&R/D, Εταιρεία Παπουτσάνης

ΚΩΔΙΚΟΣ: 7517

ΔΙΕΥΘΥΝΣΕΙΣ ΚΑΤΑ ΝΟΜΟ:

Ιδιοκτησία: Ελληνική Εταιρεία Κοσμητολογίας

ΕΔΡΑ: Τομέας Φαρμακευτικής Τεχνολογίας

Τμήμα Φαρμακευτικής, ΕΚΠΑ, Πανεπιστημιόπολη, 15771 Αθήνα

Τηλ.: 210 7274024, 210 7274275 Fax: 210 7274395, 210 7274027

Genomed

ΕΚΔΟΤΗΣ: NEW GENOMED ΕΠΕ

Ομήρου 70, Ν.Σμύρνη - 17121

Τηλ.: 210 9319050, Fax: 2118002242

genomed@genomed.gr, www.genomed.gr

Διεύθυνση Διαφημιστικού Τμήματος:

Καλύβας Εμμανουήλ

Διαφημιστικό Τμήμα:

Πατερούλακης Δημήτριος

Διεύθυνση Σύνταξης:

Καλύβας Γιάννης

Συντονισμός Ύλης:

Κουρούβανη Ακριβή

Διεύθυνση Προγραμματισμού & Παραγωγής: Ελένη Τζομπανάκη

Επιμέλεια - Συντονισμός Έκδοσης:

Μανουσιάδη Δήμητρα

Εκτύπωση:

Diamond Print S.A



ΝΟΜΟΘΕΤΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ ΓΙΑ ΤΗΝ ΔΙΑΣΦΑΛΙΣΗ ΤΗΣ ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ ΤΩΝ ΚΑΛΛΥΝΤΙΚΩΝ

Στέφανος Χαλμπές

Φαρμακοποιός,

Προϊστ. Τμήματος Αξιολόγησης Καλλυντικών

Προϊστ. Τμήματος Αξιολόγησης Εκτελωνισμού

Αν. Διεύθυνσης Αξιολόγησης Προϊόντων ΕΟΦ

Ομιλία

Ενημερωτική εκδήλωση της Ε.Ε.Κ. με θέμα:

“ Νέος Ευρωπαϊκός κανονισμός για τα Καλλυντικά Προϊόντα”,

6 Ιουνίου 2012, Αθήνα

1. Η πορεία της Ευρ. Ένωσης στην διασφάλιση της ποιότητας και ασφάλειας των Καλλυντικών προϊόντων άρχισε όταν η βιομηχανία των καλλυντικών, εκτός από την ανάπτυξη της, στην Έρευνα και Τεχνολογία προσπαθεί να αναπτύξει και Δεσμούς Εμπιστοσύνης με τους Καταναλωτές οι οποίοι από την πλευρά τους δέχονται πληθώρα πληροφοριών για τα συστατικά, την ασφάλεια και την διατήρηση του περιβάλλοντος.

Η διασφάλιση των ανωτέρω για την ομαλή λειτουργία της Βιομηχανίας αναγκάζει την Ευρωπαϊκή Ένωση στη θέσπιση Κανόνων και Διαδικασιών ώστε τα Καλλυντικά να είναι ποιοτικά και ασφαλή για τον χρήστη (ΦΙΛΟΣΟΦΙΑ ΤΗΣ Ε.Ε.).

2. Η Βασική Οδηγία του Συμβουλίου 76/768/ΕΟΚ. παρέχει σαφή ορισμό του Καλλυντικού και παραρτήματα ΑΡΝΗΤΙΚΟΥ καταλόγου και ΘΕΤΙΚΩΝ καταλόγων των συστατικών με όρους και προειδοποιήσεις χρήσης.

Ως «Καλλυντικό» νοείται κάθε ουσία ή παρασκεύασμα το οποίο προορίζεται να έλθει σε επαφή με διάφορα εξωτε-

ρικά μέρη του ανθρώπινου σώματος (επίδερμίδα, τριχωτά μέρη του σώματος και της κεφαλής, νύχια, χείλη και εξωτερικά γεννητικά όργανα) ή με τα δόντια και το βλεννογόνο 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 τη διατήρησή τους σε καλή κατάσταση.

Αρνητικός Κατάλογος :

Annex II : Κατάλογος περίπου 1380 ουσιών οι οποίες απαγορεύεται να περιέχονται τα καλλυντικά .

Θετικοί Κατάλογοι :

Annex I : Ενδεικτικός Κατάλογος των Καλλυντικών κατά Κατηγορία .

Annex III Part I : Κατάλογος 97 ουσιών που δεν επιτρέπεται να περιέχονται στα καλλυντικά πέραν των προβλεπόμενων όρων και περιορισμών .

Annex III Part 2 : Κατάλογος 60 προσωρινά Αποδεκτών Ουσιών .

Annex IV Part I : Κατάλογος των Χρωστικών Υλών που μπορούν να περιέχονται στα καλλυντικά .

Annex IV Part 2 : Κατάλογος των Προσωρινά Αποδεκτών Χρωστικών Υλών που μπορούν να περιέχονται στα καλλυντικά.

Annex VI Part I : Κατάλογος 57 Αποδεκτών Συντηρητικών.

Annex VII Part I : Κατάλογος 28 Φίλτρων Υπεριωδών Ακτινών που μπορούν να περιέχονται στα καλλυντικά προϊόντα.

Annex VII Part 2 : Κατάλογος Φίλτρων Υπεριωδών Ακτινών που μπορούν να περιέχονται προσωρινά στα καλλυντικά .

Η ψήφιση οδηγιών, τροποποιήσεων αποτέλεσαν τους ουσι

αστικούς πυλώνες ενός Νομοθετικού Πλαισίου το οποίο συνιστά την Κοινοτική Νομοθεσία.

Η κοινή ονοματολογία, τροποποίηση 2006/257, Απόφαση της επιτροπής καταχώρησε μια σειρά ουσιών με την INCI ονομασία και την λειτουργικότητά τους στα Καλλυντικά, ώστε να είναι δυνατή η αναγνωρισιμότητά τους. Η απόφαση αυτή καθορίζει τον τρόπο γραφής των ουσιών στα συστατικά της επισήμανσης ενός Καλλυντικού Προϊόντος για λόγους Δημόσιας Υγείας.

Η 6η τροποποίηση του 1997 και η 7η του 2005 της Βασικής Οδηγίας ξεκαθάρισαν πλήρως τη φιλοσοφία της Ευρωπαϊκής Ένωσης, η οποία στηρίζεται πλέον στην :

α) Ελεύθερη Κυκλοφορία Καλλυντικών (χωρίς κανένα εμπόδιο)

β) Ύπαρξη Φακέλλου Πληροφοριών με έκθεση Αξιολόγησης αυτών, από επιστήμονες ειδικών απαιτήσεων.

γ) Γνωστοποίηση του Καλλυντικού Προϊόντος

Τα καλλυντικά πλέον δεν λαμβάνουν άδεια κυκλοφορίας ούτε και χρειάζονται έγκριση, αλλά υποχρεωτικά γνωστοποιούνται την πρώτη φορά της κυκλοφορίας τους σε Ευρωπαϊκή χώρα από το υπεύθυνο πρόσωπο και διακινούνται σε αυτές μόνο με κατάθεση ετήσιου καταλόγου. Ήδη στον ΕΟΦ από 15-09-2010 υπάρχει η Δυνατότητα και Υποχρέωση Καταχώρησης της Γνωστοποίησης Καλλυντικού Προϊόντος μόνο Ηλεκτρονικά για λόγους ελαχιστοποίησης του Κόστους – Ταξινόμησης – Απλοποίησης κ.α.

Ο φάκελλος πληροφοριών περιλαμβάνει τα ακόλουθα:

1) Ποιοτική και ποσοτική σύνθεση του καλλυντικού προϊόντος.

2) Φυσικοχημικές & Μικροβιολογικές προδιαγραφές (α' υλών και τελικού Προϊόντος – Κριτήρια Καθαρότητας).

3) Μέθοδο Παρασκευής σύμφωνα με GMP.

4) Αξιολόγηση της Ασφάλειας του Τελικού Προϊόντος για την ανθρώπινη υγεία. (Μελέτες – Τοξικολογικά Δεδομένα) Για παιδιά κάτω 3 ετών και για χρήση της εξωτερικής προσωπικής Υγιεινής χρειάζεται ειδική αξιολόγηση.

5) Όνομα και Διεύθυνση του ή των προσώπων υπεύθυνου για αξιολόγηση.

6) Καταχωρημένα στοιχεία που αφορούν Ανεπιθύμητες Ενέργειες Καταναλωτών.

7) Απόδειξη του προβαλλόμενου κατά την χρήση Αποτελέσματος.

8) Στοιχεία με Δοκιμές στα Ζώα ή Εναλλακτικές μεθόδους που χρησιμοποιεί.

Ωστόσο στο εμπόριο υπάρχουν προϊόντα τα οποία οριακά ξεφεύγουν από την παρούσα Νομοθεσία των απλών Καλλυντικών και τα οποία αποκαλούνται BORDERLINE PRODUCTS. Η αξιολόγησή των, στηρίζεται στην περιεκτικότητα των συστατικών τους, στον τρόπο λειτουργίας τους, στην δράση τους και τον προορισμό χρήσεως.

Πρόκειται για προϊόντα τα οποία ευρίσκονται κάπου μεταξύ ΦΑΡΜΑΚΩΝ – ΒΙΟΚΤΟΝΩΝ ή και MEDICAL DEVICES. Η Ευρ. Ένωση προσπαθεί να κωδικοποιήσει τα ανωτέρω προϊόντα της Αγοράς, κατηγοριοποιώντας τα, κάτι πρακτικά πολύ δύσκολο και χωρίς τέλος, αφού καθημερινά προστίθενται καινούργια.

3. Ποια είναι η εκτίμηση Ασφαλείας των Συστατικών στην Ευρ. Ένωση ;

Για να υπάρχει ασφάλεια και ποιότητα στα Καλλυντικά προϊόντα, τα συστατικά που θα χρησιμοποιηθούν στην σύνθεσή τους, θα πρέπει να είναι μόνο εκείνα του θετικού καταλόγου με όρια και προειδοποιήσεις ή και όσα δεν απαγορεύονται.

Ελέγχονται και παρακολουθούνται από την επιστημονική επιτροπή σε συνεργασία με την Βιομηχανία η οποία και συντάσσει το φάκελλο Ασφαλείας αυτών για Αξιολόγηση. Ακολουθεί, επεξεργασία από ομάδες εργασίας των Κρατών Μελών, με συζητήσεις, προτάσεις, εργασίες και ψήφιση τελικής πρότασης με ενεργό συμμετοχή στην Ευρ. Επιτροπή. Διενεργείτε Δημόσια Διαβούλευση ανάλογα με το θέμα και οικονομικό - περιβαλλοντικής επίπτωσης μελέτη μέχρι να καταλήξει η επιτροπή στο οριστικό σχέδιο διαμόρφωσης της Οδηγίας. Τέλος εκδίδεται Οδηγία με ακριβή στοιχεία Εφαρμογής της με προϋπόθεση την εναρμόνισή της στο Εθνικό Δίκαιο του Κράτους Μέλους.

4. Ποια είναι τα στοιχεία Αξιολόγησης ενός Συστατικού: Η Βαρύτητα και η Μεθοδολογία της Αξιολόγησης Φακέλλου Ασφαλείας ενός συστατικού στηρίζεται στον Υπολογισμό του MOS (MARGIN OF SAFETY) δηλαδή στον λόγο NOAEL/SED και μία σειρά στοιχείων, τα οποία η ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ λαμβάνει σοβαρά υπόψη της.

- Κατηγορία Προϊόντος όπου θα ενταχθεί η ουσία
- Μέθοδο Εφαρμογής (spray, wash off ...)
- Τρόπος Τοποθέτησης
- Συγκέντρωση ουσίας στο τελικό προϊόν
- Ποσότητα προϊόντος που θα χρησιμοποιηθεί.
- Συχνότητα Χρήσης προϊόντος στο χρήστη
- Διάρκεια Χρήσης προϊόντος στο χρήστη
- Περιοχή Εφαρμογής
- Φύση Καταναλωτή (παιδιά, ευαίσθητο άτομο, μόδα, τάση εποχής ...)
- Απορρόφηση
- Κατάποση & κλπ

Ο φάκελλος Ασφαλείας περιλαμβάνει μεταξύ των



άλλων τα ακόλουθα : Toxicological Evaluation & Characterization. Acute / Sub-chronic, Toxicity (Dermal – Oval – Inhalation – Repeat dose). Reproductive Toxicity. Percutaneous absorption. Irritation & Corrosively. Allergenicity & Sensitization / Teratogenicity. Genotoxicity / Carcinogenicity / Mutagenicity

5. Επισήμανση Καλλυντικού Προϊόντος στην Αγορά :

Για λόγους προστασίας του Καταναλωτή υπάρχει η υποχρέωση, η κάθε εταιρεία στον περιέκτη και στην συσκευασία να φέρει επισήμανση με τα ακόλουθα στοιχεία:

α) Υπεύθυνο Πρόσωπο 1ης Παραγωγής ή εισαγωγής στην Ε.Ε, Δ/νση τήρησης Φακέλλου Πληροφοριών και χώρα προέλευσης για εκτός Ε.Ε προϊόντα

β) Βάρος – Όγκος

γ) Χρόνος Διατηρησιμότητας προϊόντος

δ) Προφυλάξεις – Προειδοποιήσεις

ε) Αρ. Παρτίδας ή στοιχεία Αναφοράς

στ) Λειτουργία προϊόντος

ζ) Κατάλογος συστατικών σε φθίνουσα περιεκτικότητα και πανευρωπαϊκά αναγνωρίσιμη ονομασία INCI

η) Τηλεφωνικό Κέντρο Δηλητηριάσεων

Αν είμαστε αλλεργικοί σε μια συγκεκριμένη ουσία η οποία συμπεριλαμβάνεται στη σύσταση ενός καλλυντικού προϊόντος όπως π.χ. στις φράουλες, στη γλουτένη ή στο φιστίκι, τότε θα είμαστε αλλεργικοί και στο συγκεκριμένο καλλυντικό προϊόν.

Για τα αρώματα 26 (αλλεργιογόνες) ουσίες έχουν δηλωθεί ότι μπορεί να προκαλέσουν αλλεργικές αντιδράσεις σε πολύ σπάνιες περιπτώσεις.

Αυτές οι ουσίες δεν είναι ούτε επικίνδυνες, ούτε απαγορευμένες. Αν μια απ' αυτές βρίσκεται σ' ένα καλλυντικό προϊόν αυτή είναι καταγεγραμμένη καθαρότητα στην συσκευασία. Είναι εύκολο λοιπόν ο καταναλωτής ο οποίος ξέρει ότι είναι ευαίσθητος σ' αυτή την ουσία να είναι άμεσα ενημερωμένος για την παρουσία της, ούτως ώστε να αποφύγει να χρησιμοποιεί αυτό το προϊόν.

6. Πώς διενεργείται η επιτήρηση του Νομοθετικού Πλαισίου;

Όλα τα εργαστήρια και εργοστάσια παραγωγής Καλλυντικών εφαρμόζουν σαφείς οδηγίες παραγωγής (GMP), Κανόνες Καλής Παρασκευής Καλλυντικών προϊόντων με

- Υπεύθυνο Πρόσωπο Παραγωγής
- Υπεύθυνο Κυκλοφορίας
- Εργαστήριο με Άδεια Λειτουργίας από ΕΟΦ
- Ολοκληρωμένο Σύστημα ελέγχου

Ο ΕΟΦ με την Πολύπλευρη Δράση του μέσω των Συστηματικών Κατασταλτικών ελέγχων που διενεργούνται από όλες τις Υπηρεσίες του, αποτελεί την μόνη Αρχή της επιτήρησης του Νομοθετικού Πλαισίου εξασφαλίζοντας στον Καταναλωτή Σιγουριά, Ποιότητα και Ασφάλεια από την χρήση τους. Έτσι ενδεικτικά, ο Έλεγχος Κυκλοφορίας προϊόντων παρακολουθεί και ελέγχει την Αγορά ως προς την Νομιμότητα, τις Επισημάνσεις της κυκλοφορίας των καλλυντικών προϊόντων και τις Καταγγελίες – Αναφορές των καταναλωτών λαμβάνοντας άμεσα μετρά.

Η Επιθεώρηση του ΕΟΦ χορηγεί άδειες λειτουργίας στα

εργαστήρια καλλυντικών καθώς και άδειες δυνατότητας μορφών παραγωγής σύμφωνα με τα ισχύοντα από τους κανόνες GMP και επιπλέον διαπιστώνει μέσω αιφνίδιων ελέγχων την ποσότητα των ετοιμών καλλυντικών τα οποία παρήχθησαν στην Ελλάδα.

Τέλος η Αξιολόγηση επεμβαίνει στα Διαφημιστικά Κείμενα για τυχόν Παραπλάνηση Κοινού, αρχειοθετεί ηλεκτρονικά πλέον παρακολουθώντας όλα τα καλλυντικά, τα οποία κυκλοφορούν στην Ελλάδα, χαρακτηρίζει ποια προϊόντα ανήκουν στα καλλυντικά και ελέγχει τους Τεχνικούς Φακέλους Πληροφοριών ως προς την πληρότητα και αλήθεια της διασφάλισης της Υγείας του καταναλωτή, συμμετέχοντας ενεργά στις Ομάδες Εργασίας της Ευρωπαϊκής Ένωσης για την Υιοθέτηση της Ταξινόμησης των πρώτων Υλών προς χρήση στα καλλυντικά προϊόντα.

7. Η απλοποίηση, η ελαχιστοποίηση του κόστους, η καλύτερη επιτήρηση της Αγοράς με ενιαίους Κανόνες και Διαδικασίες και η Διασφάλιση της Δημόσιας Υγείας του Καταναλωτή οδήγησε την Ευρ. Ένωση στην δημιουργία του Κανονισμού Νο 1223/2009, ο οποίος προσπαθεί να κωδικοποιήσει ολόκληρη την επί 35 και πλέον χρόνια υπάρχουσα Νομοθεσία.

Η εφαρμογή του, από 11 Ιουλίου 2013 θα παρέχει πλέον σαφείς και λεπτομερείς ενιαίους κανόνες αλλά κυρίως :

- 1) Περισσότερα στοιχεία Φακέλλου Πληροφοριών και τεκμηρίωση αυτών
 - 2) Επισήμανση για Ναυουλικά
 - 3) Ελεγχόμενους Ισχυρισμούς
 - 4) Ανεπιθύμητες ενέργειες σε Αρχείο, κωδικοποιημένες και στη διάθεση των καταναλωτών
 - 5) Λεπτομερή και εκτεταμένη γνωστοποίηση
- Πιστεύεται ότι έτσι επιτυγχάνεται η Ενιαία Εσωτερική Αγορά και εξασφαλίζεται Υψηλό Επίπεδο Προστασίας της Υγείας του Ευρωπαίου Καταναλωτή.

Αν είμαστε αλλεργικοί σε μια συγκεκριμένη ουσία η οποία συμπεριλαμβάνεται στη σύσταση ενός καλλυντικού προϊόντος όπως π.χ. στις φράουλες, στη γλουτένη ή στο φιστίκι, τότε θα είμαστε αλλεργικοί και στο συγκεκριμένο καλλυντικό προϊόν.



Φαρμακο-Γονιδιωματική



 **Genomed**

Ομήρου 70, Ν.Σμύρνη - GR - 17121
τηλ: 210-9319050
genomed@genomed.gr
www.genomed.gr

ΣΥΝΤΟΝΙΣΤΕΙΤΕ ΣΤ

Die

Το διαδικτυακό κανάλι για την

o www.diettv.gr



ν διατροφή και την υγεία σας!



Έκθεση Ασφάλειας Καλλυντικού Προϊόντος

Στέλλα Ρικανιάδη,
Χημικός-MBA,
Αξιολόγηση Ασφάλειας Καλλυντικών Προϊόντων,
Regulatory Affairs,
FullBeauty R&D cosmetic Services

Ομιλία

Ενημερωτική εκδήλωση της Ε.Ε.Κ. με θέμα:
“Νέος Ευρωπαϊκός κανονισμός για τα Καλλυντικά Προϊόντα”,
6 Ιουνίου 2012, Αθήνα

Η Έκθεση Ασφάλειας Καλλυντικού Προϊόντος αποτελεί το μεγαλύτερο μέρος του τεχνικού φακέλου ενός τελικού προϊόντος. Για πρώτη φορά το Παράρτημα Ι του νέου ευρωπαϊκού κανονισμού 1223/2009 για τα καλλυντικά, δίνει ένα σχέδιο-πρόταση για τη δημιουργία της.

Παράρτημα Ι Κανονισμός (ΕΚ) 1223/2009

Έκθεση Ασφάλειας Καλλυντικού Προϊόντος (CPSR)

ΜΕΡΟΣ Α — Πληροφορίες για την ασφάλεια του καλλυντικού προϊόντος

1. Ποσοτική και ποιοτική σύνθεση του προϊόντος
2. Φυσικοχημικά χαρακτηριστικά και σταθερότητα του καλλυντικού προϊόντος
3. Μικροβιολογική ποιότητα
4. Ξένες προσμείξεις, ίχνη, πληροφορίες για το υλικό συσκευασίας
5. Κανονική και εύλογα αναμενόμενη χρήση
6. Έκθεση στο καλλυντικό προϊόν
7. Έκθεση στις ουσίες
8. Τοξικολογικό προφίλ των ουσιών
9. Ανεπιθύμητες ενέργειες και σοβαρές ανεπιθύμητες ενέργειες
10. Πληροφορίες για το καλλυντικό προϊόν

ΜΕΡΟΣ Β — Εκτίμηση της ασφάλειας του καλλυντικού προϊόντος

1. Συμπέρασμα Εκτίμησης
2. Προειδοποιήσεις και οδηγίες Χρήσεις στην επισήμανση
3. Σκεπτικό
4. Προσόντα του αξιολογητή και έγκριση του μέρους Β

Η Έκθεση Ασφάλειας Καλλυντικού Προϊόντος (ΕΑΚΠ) χωρίζεται σε 2 μέρη: Στο πρώτο μέρος γίνεται μία απλή καταγραφή, μία έκθεση διαφόρων πληροφοριών, που θα χρησιμοποιηθούν για την εκτίμηση ασφάλειας και οι οποίες χωρίζονται σε 10 διαφορετικά σημεία. Στο 2ο μέρος έχουν την εκτίμηση ασφάλειας του καλλυντικού προϊόντος.

ΜΕΡΟΣ Α — Πληροφορίες για την ασφάλεια του καλλυντικού προϊόντος

1. Ποσοτική και ποιοτική σύνθεση του προϊόντος

Η ποιοτική και ποσοτική σύνθεση του προϊόντος, η χημική ταυτότητα των ουσιών (ονομασία INCI, EINECS/ELINCS) καθώς και η προβλεπόμενη λειτουργία τους απεικονίζεται καλύτερα σε πίνακα. Ο συγκεκριμένος πίνακας είναι απλώς ένα παράδειγμα και σε καμία περίπτωση δεν είναι κάποια δεσμευτική φόρμα.

2004). Το προϊόν εκτίθεται σε διαφορετικές θερμοκρασίες, (5°C, 20°C, 40°C...) , για διάστημα 6-12 εβδομάδων. Η κατηγορία και η σύνθεση του προϊόντος θα καθορίσει τις παραμέτρους με τις οποίες διεξάγεται η επιταχυνόμενη γήρανση. Είναι εύλογο να υπάρχουν διαφοροποιήσεις σε αυτό το τεστ, π.χ για προϊόντα που προορίζονται αποκλειστικά για την αγορά της Ελλάδας, ή αποκλειστικά για την αγορά κάποιας Σκανδιναβικής χώρας. Από την επιταχυνόμενη γήρανση προκύπτει και ο εκτιμώμενος χρόνος ζωής του προϊόντος.

Αυτό το τεστ αποτελεί έναν πρόδρομο του ρεαλιστικού τεστ σταθερότητας σε εύλογα αναμενόμενες συνθήκες αποθήκευσης, το οποίο ξεκινάει από τη στιγμή που το προϊόν μπαίνει στην αγορά. Αναμένεται ότι ο πραγματικός χρόνος ζωής του προϊόντος ταυτίζεται με τον εκτιμώμενο, όπως αυτός προκύπτει από την επιταχυνόμενη γήρανση.

Κωδικός	Προμηθευτής	Εμπορική Ονομασία	INCI NAME	CAS/EINECS	Λειτουργία	% (w/w)
1234	Company 1	Glycerine C	GLYCERIN	56-81-5/200-289-5	HUMECTANT	5
1346	Company 2	Preservative Mixture A	Phenoxyethanol	122-99-6/204-589-7	PRESERVATIVE	0.4
			Methyl Paraben	99-76-3 /202-785-7		
			Ethyl Paraben	120-47-8 /204-399-4		
			Propyl Paraben	94-13-3 /202-307-7		
...	...	...	...	...	...	...

Για το **άρωμα** χρειάζεται περιγραφή ονόματος, κωδικός σύνθεσης και ονομασία προμηθευτή. Επίσης στο φάκελο του προϊόντος θα πρέπει να περιλαμβάνεται η δήλωση αλλεργιογόνων και η δήλωση κατά IFRA.

Για τα μίγματα χρειάζεται η αναλυτική συγκέντρωση των επιμέρους συστατικών. Πρέπει επίσης να περιέχονται οι πληροφορίες από όλους τους εγκεκριμένους προμηθευτές.

2. Φυσικοχημικά χαρακτηριστικά και σταθερότητα καλλυντικού προϊόντος και συστατικών

Για κάθε ένα συστατικό και για το τελικό προϊόν πρέπει να υπάρχουν φυσικοχημικά δεδομένα στον φάκελο του καλλυντικού προϊόντος (π.χ: Μορφή, Χρώμα, ΡΗ, Οσμή, Ιξώδες, Πυκνότητα...). 1 Τα φυσικοχημικά αυτά δεδομένα αποτελούν και τις παραμέτρους με τις οποίες ελέγχονται οι πρώτες ύλες και το τελικό προϊόν ανά τακτά χρονικά διαστήματα. Δεν υπάρχει κάποια συγκεκριμένη οδηγία που να υποδεικνύει ποιές παράμετροι θα πρέπει να ελέγχονται. Σε περίπτωση που δεν γίνονται αναλύσεις πρώτων υλών, τα Certificate of Analysis της κάθε πρώτης ύλης και τα φύλλα προδιαγραφών των προμηθευτών θεωρούνται αξιόπιστα έγγραφα και πρέπει να περιλαμβάνονται στο φάκελο του προϊόντος

Η φυσικοχημική σταθερότητα του τελικού προϊόντος ελέγχεται με τα τεστ επιταχυνόμενης γήρανσης (Colipa

Με την εισαγωγή του Χρονικού Διαστήματος μετά το άνοιγμα του περιέκτη (ΡΑΟ), στην επισήμανση, τα πράγματα γίνονται ακόμη πιο πολύπλοκα για τη δημιουργία των κατάλληλων τεστ. Η έλλειψη αλλά και η δυσκολία του να υπάρξει ένα τέτοιο κοινό πρωτόκολλο σταθερότητας, έχει ως αποτέλεσμα κάθε εταιρεία να χρησιμοποιεί εσωτερικά πρωτόκολλα σταθερότητας βασιζόμενη στη μέχρι σήμερα γνώση και εμπειρία.

3. Μικροβιολογική ποιότητα

Μικροβιολογική μόλυνση ενός καλλυντικού προϊόντος μπορεί να συμβεί κατά τη διάρκεια της παραγωγής και της συσκευασίας ή κατά τη διάρκεια χρήσης του από τον καταναλωτή. Στην πρώτη περίπτωση η μικροβιολογική ποιότητα διασφαλίζεται από τον έλεγχο του τελικού προϊόντος μετά από κάθε παραγωγή και συσκευασία. Η δεύτερη αποτρέπει με την διεξαγωγή επιτυχούς δοκιμασίας πρόκλησης (Challenge Test).

Τόσο οι μικροβιολογικές προδιαγραφές των α' υλών, όσο του τελικού προϊόντος και του challenge test, πρέπει να περιέχονται στην έκθεση ασφάλειας καλλυντικού προϊόντος.

Στο κείμενο της νομοθεσίας αναφέρεται ότι «Ιδιαίτερη προσοχή δίνεται σε καλλυντικά που χρησιμοποιούνται γύρω από μάτια, γενικά στους βλεννογόνους, ή σε δέρμα με βλάβες, σε παιδιά ηλικίας κάτω των τριών ετών, σε ηλικιωμένους

και σε άτομα που εμφανίζουν μειωμένη ανοσολογική απόκριση». Σε κάθε περίπτωση είναι στην κρίση και του αξιολογητή ασφάλειας να κρίνει εάν το όριο ασφάλειας που έχει τεθεί είναι αρκετό ή όχι.

Η Επιστημονική Επιτροπή για τη Ασφάλεια του Καταναλωτή (SCCS) προτείνει στα προϊόντα που απαιτείται ιδιαίτερη προσοχή το ολικό αερόβιο φορτίο να μην ξεπερνά τα 100 cfu/gr, ενώ στα υπόλοιπα καλλυντικά προϊόντα τα 1.000 cfu/gr.¹

4. Ξένες προσμίξεις, ίχνη, πληροφορίες για το υλικό συσκευασίας

Η Επιστημονική Επιτροπή για την Ασφάλεια του Καταναλωτή (EEAK) υπογραμμίζει ότι ακόμη και μικρές αλλαγές στην καθαρότητα ορισμένων συστατικών μπορεί να αλλάξουν την τοξικότητά τους. Γι' αυτό είναι σημαντικό να υπάρχουν στοιχεία για την καθαρότητα και τις προσμίξεις που περιέχονται σε κάθε πρώτη ύλη. Σε περίπτωση που οι προσμίξεις περιέχονται στο παράρτημα II της νομοθεσίας θα πρέπει να παρέχεται διευκρίνιση για ποιο λόγο δεν είναι τεχνικά δυνατό να αποφευχθούν.

Σχετικά με το υλικό συσκευασίας, εκτός από την καθαρότητά του, είναι υποχρεωτικό να γίνει τεστ συμβατότητας με το καλλυντικό προϊόν ώστε να διαπιστωθούν πιθανές ασυμβατότητες μεταξύ του προϊόντος και του περιέκτη.

5. Κανονική και εύλογα αναμενόμενη χρήση

Το σκεπτικό βασίζεται στις προειδοποιήσεις ή οδηγίες χρήσεις που υπάρχουν στην ετικέτα.

Για παράδειγμα, σε μία κρέμα προσώπου μπορεί να αναγράφεται: «Απλώστε μία ποσότητα αποφεύγοντας την περιοχή των ματιών πρωί και βράδυ με απαλές κινήσεις μέχρι να απορροφηθεί».

Με βάση αυτό το σκεπτικό της κανονικής και εύλογα αναμενόμενης χρήσης θα προχωρήσει η έκθεση καλλυντικού προϊόντος.

6. Έκθεση στο καλλυντικό προϊόν

(Για πρακτικούς λόγους από εδώ και πέρα θα αναφερόμαστε στην κρέμα ημέρας με την παραπάνω κανονική και εύλογα αναμενόμενη χρήση)

Η έκθεση στο καλλυντικό προϊόν έχει άμεση σχέση με κανονική και εύλογα αναμενόμενη χρήση και υπολογίζεται κατά περίπτωση για κάθε προϊόν λαμβάνοντας υπόψη:

- Το σημείο ή τα σημεία εφαρμογής (π.χ πρόσωπο)
- Την επιφάνεια

εφαρμογής (Mean Exposure Skin surface area/ product Bremmer et al.2005)²

- Εφαρμοζόμενη ποσότητα του προϊόντος : ~0,8γρ (πίνακας SCCNFP/0321/02; Hall et al.2007, 2011)³
 - Τη διάρκεια και συχνότητα χρήσης (παραμένον, 2 φορές τη μέρα)
 - Την κανονική και εύλογα αναμενόμενη οδό ή οδούς έκθεσης (δέρμα)
 - Τον πληθυσμό ή πληθυσμούς-στόχους (υγιείς, ενήλικες)
- Για τον υπολογισμό έκθεσης λαμβάνονται υπόψη οι τοξικολογικές επιδράσεις που πρέπει να εξεταστούν. (π.χ ανά μονάδα δερματικής επιφάνειας ή ανά μονάδα βάρους). Η πιθανότητα δευτερογενούς έκθεσης από διαφορετικές οδούς λαμβάνεται υπόψη (π.χ. ακούσια εισπνοή αερολυμάτων, ακούσια κατάποση προϊόντων για χείλη) . Ιδιαίτερη προσοχή δίνεται σε κάθε πιθανή επίπτωση στην έκθεση λόγω μεγέθους σωματιδίων.
- Συνεπώς με ένα απλό υπολογισμό, η ημερήσια έκθεση στην κρέμα προσώπου είναι
- $$2 * 0,8\text{γρ} * 100\% = 1,6\text{γρ/ημέρα.}$$

Στις βασικές κατηγορίες καλλυντικών προϊόντων, επειδή υπάρχει αρκετή εμπειρία σχετικά με τις ημερήσιες δόσεις έκθεσης, υπάρχει ήδη ο πίνακας [SCCNFP/0321/02; Hall et al.2007, 2011] ο οποίος μας δίνει έτοιμη την σχετική ημερήσια έκθεση, έχοντας ήδη συμπεριλάβει τη μονάδα σωματικού βάρους (mg/kg/bw/day).

Έτσι, για μια κρέμα ημέρας η υπολογιζόμενη σχετική ημερήσια έκθεση είναι

$$A = 24.14 \text{ (mg/kg/bw/day).}$$


7. Έκθεση στις ουσίες

Βασίζόμενοι στην ημερήσια έκθεση του προϊόντος (1,54γρ για κρέμα ημέρας σύμφωνα με τον πίνακα [SCCNFP/0321/02; Hall et al.2007, 2011]) και τη συγκέντρωση κάθε συστατικού στο τελικό προϊόν, υπολογίζεται η έκθεση κάθε συστατικού.

8. Τοξικολογικό προφίλ των ουσιών

Η ΕΑΚΠ περιέχει όλα τα διαθέσιμα τοξικολογικά στοιχεία για κάθε πρώτη ύλη για όλα τα τοξικολογικά τελικά σημεία. Ιδιαίτερη έμφαση πρέπει να δίνεται στην τοπική τοξικότητα (ερεθισμός δέρματος και ματιών), ευαισθητοποίηση δέρματος και στη περίπτωση απορρόφησης υπερωδών ακτίνων, στη φωτοεπαγόμενη τοξικότητα. Ο αξιολογητής συγκεντρώνει όλα τα τοξικολογικά στοιχεία που αφορούν όλα τα συστατικά της συνταγής και κάνει από την αρχή μία αξιολόγηση κινδύνου για κάθε ένα συστατικό ξεχωριστά, υπολογίζοντας τις συστηματικές επιδράσεις καθώς και τα περιθώρια ασφαλείας (MoS) τα οποία βασίζονται στο επίπεδο της μη παρατηρούμενης παρενέργειας. (NOAEL: No Adverse Effect Level). Οι περισσότερες από αυτές τις πληροφορίες μας παρέχονται από τους παραγωγούς των πρώτων υλών. Είναι σημαντικό να γνωρίζουμε ότι υπάρχουν συστατικά με άφθονα τοξικολογικά στοιχεία, όπως υπάρχουν πάρα πολλά με ελλιπή πληροφόρηση, όπως είναι τα φυτικά εκχυλίσματα ή ουσίες με EINECS.

Ιδιαίτερη σημασία πρέπει να δίνεται σε κάθε πιθανή περίπτωση στο τοξικολογικό προφίλ, οφειλόμενη σε:

- Μέγεθος σωματιδίων, συμπεριλαμβανομένων και νανουλικών.
- Ξένες προσμίξεις.
- Αλληλεπίδραση ουσιών.

Όλες οι πηγές πρέπει να καθορίζονται με σαφήνεια.

Παράρτημα Ι Κανονισμός (ΕΚ) 1223/2009

Έκθεση Ασφάλειας Καλλυντικού Προϊόντος
ΜΕΡΟΣ Α — Πληροφορίες για την ασφάλεια του καλλυντικού προϊόντος

8. Τοξικολογικό προφίλ των ουσιών
(υπολογισμός περιθωρίου ασφαλείας)

Περιθώριο Ασφάλειας = $\frac{\text{NOAEL}}{\text{SED}}$
MoS

Συστημική Δόση Έκθεσης

$$\text{SED} = \frac{A(\text{mg/kg bw/day}) \times C(\%)}{100} \times \frac{\text{DAP}(\%)}{100}$$

MoS ≥ 100

NOAEL: Non Observed Adverse Effect Level, (Επίπεδο μη παρατηρούμενης παρενέργειας)

SED: Systemic Exposure Dosage (Συστημική Δόση Έκθεσης)

A= η ημερήσια δόση έκθεσης του τελικού προϊόντος εκφρασμένη σε (mg/kg/bw/day), όπως φαίνεται στον πίνακα [SCCNFP/0321/02; Hall et al.2007, 2011].

C= η % συγκέντρωση του συστατικού στο τελικό προϊόν
Da=Dermal Absorption: (Διαδερμική Απορρόφηση): εάν δεν υπάρχουν συγκεκριμένα δεδομένα, η τιμή της υπολογίζεται ως 100.

Όταν το περιθώριο ασφαλείας είναι μεγαλύτερο ή ίσο με το 100, τότε το συστατικό θεωρείται ασφαλές.

9. Ανεπιθύμητες ενέργειες και σοβαρές ανεπιθύμητες ενέργειες

Ένα λεπτομερές και πρακτικό σύστημα παραπόνων είναι απαραίτητο σε κάθε εταιρεία. Κάθε παράπονο πρέπει να εξετάζεται, να αξιολογείται και να αρχειοθετείται. Το προσωπικό που θα ασχολείται με τα παράπονα πρέπει να είναι εκπαιδευμένο και να ξεχωρίζει μία ανεπιθύμητη ενέργεια από μία σοβαρή ανεπιθύμητη ενέργεια. Θα μπορούσαν να υπάρχουν ερωτηματολόγια για τα προϊόντα που θα βοηθούσαν σε αυτή την κατεύθυνση, ώστε να λαμβάνονται ακριβείς πληροφορίες από τους καταναλωτές. Καλό θα ήταν να ξεχωρίζει κανείς τα παράπονα σε δύο κατηγορίες: εύλογα αναμενόμενη χρήση και μη αναμενόμενη χρήση. Οι ευθύνες πρέπει ξεκάθαρα να προσδιορίζονται και να λαμβάνονται τα κατάλληλα μέτρα (πχ. μπορεί να χρειαστεί αξιολόγηση από δερματολόγο, ή άλλο γιατρό). Είναι σημαντικό κάθε παράπονο να καταγράφεται από την αρχή έως το τέλος του.

Σύμφωνα με το νέο κανονισμό, υπάρχει υποχρέωση να γνωστοποιούνται στις αρχές κάθε κράτους οι σοβαρές ανεπιθύμητες ενέργειες.

Ως «σοβαρή ανεπιθύμητη ενέργεια» νοείται ανεπιθύμητη ενέργεια η οποία έχει ως αποτέλεσμα προσωρινή ή μόνιμη λειτουργική ανικανότητα, αναπηρία, νοσηλεία σε νοσοκομείο, συγγενείς ανωμαλίες ή άμεσο κίνδυνο για τη ζωή ή θάνατο.

Στην Έκθεση Ασφάλειας Καλλυντικού Προϊόντος προτείνεται να υπάρχει μία σύντομη περιγραφή του συστήματος παραπόνων και ένας σύντομος πίνακας όπου θα αναγράφονται τα παράπονα και η διαδικασία παρακολούθησής τους.

10. Πληροφορίες για το καλλυντικό προϊόν

Εδώ περιέχεται κάθε είδους δοκιμή ασφαλείας ή αποτελεσματικότητας, του τελικού προϊόντος, μελέτες που έχουν γίνει σε εθελοντές ή ευρήματα εκτιμήσεων κινδύνου που έχουν διεξαχθεί σε άλλα σχετικά πεδία.

Product type	Estimated daily amount applied	Relative amount applied (mg/kg bw/day)	Retention factor ¹	Calculated daily exposure (g/day)	Calculated relative daily exposure (mg/kg bw/day)
Bathing, showering					
Shower gel	18.67 g	279.20	0.01	0.19	2.79
Hand wash soap ²	20.00 g	-	0.01	0.20 ³	3.33
Hair care					
Shampoo	10.46 g	150.49	0.01	0.11	1.51
Hair conditioner ²	3.92 g	-	0.01	0.04	0.60
Hair styling products	4.00 g	57.40	0.1	0.40	5.74
Semi-permanent hair dyes (and lotions) ²	35 ml (per application)	-	0.1	Not calculated	-
Oxidative/permanent hair dyes ²	100 ml (per application)	-	0.1	Not calculated ⁴	-
Skin care					
Body lotion	7.82 g	123.20	1.0	7.82	123.20
Face cream	1.54 g	24.14	1.0	1.54	24.14
Hand cream	2.16 g	32.70	1.0	2.16	32.70
Make-up					
Liquid foundation	0.51 g	7.90	1.0	0.51	7.90
Make-up remover ²	5.00 g	-	0.1	0.50	8.33
Eye shadow ²	0.02 g	-	1.0	0.02	0.33
Mascara ²	0.025 g	-	1.0	0.025	0.42
Eyeliner ²	0.005 g	-	1.0	0.005	0.08
Lipstick, lip salve	0.057 g	0.90	1.0	0.057	0.90
Deodorant					
Deodorant non-spray	1.50 g	22.08	1.0	1.50	22.08
Deodorant aerosol spray (ethanol-based) ⁵	1.43 g	20.63	1.0	1.43	20.63
Deodorant spray (not ethanol-based)	0.69 g	10.00	1.0	0.69	10.00
Oral hygiene					
Toothpaste (adult)	2.75 g	43.29	0.05	0.138	2.16
Mouthwash	21.62 g	325.40	0.10	2.16	32.54

ΜΕΡΟΣ Β — Εκτίμηση της ασφάλειας του καλλυντικού προϊόντος

1. Συμπέρασμα Εκτίμησης

Ο αξιολογητής ασφάλειας καλείται να αξιολογήσει όλες τις παραπάνω πληροφορίες και να καταλήξει σε μία τεκμηριωμένη και σαφή δήλωση ασφάλειας του τελικού προϊόντος. Όλη αυτή η άσκηση απαιτεί αρκετή εμπειρία και μεγάλη δόση κοινής λογικής από τον αξιολογητή

ασφάλειας! Στην καλύτερη περίπτωση μπορεί να στηριχθεί σε in vitro/in vivo μελέτες του τελικού προϊόντος, οι οποίες ωστόσο δεν είναι εύκολο να είναι διαθέσιμες για κάθε προϊόν. Για προϊόντα που ήδη κυκλοφορούν στην αγορά για κάποιο χρονικό διάστημα, τα αρχεία του συστήματος παραπώνων παίζουν σημαντικό ρόλο στην αξιολόγηση. Σε αυτό το σημείο αναφέρεται μόνο το τελικό συμπέρασμα. Η αιτιολόγηση αναφέρεται σε ξεχωριστό σημείο.

Foltène® PHARMA



**ΟΛΟΚΛΗΡΩΜΕΝΗ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗ ΦΡΟΝΤΙΔΑ
ΓΙΑ ΤΑ ΜΑΛΛΙΑ,
ΤΙΣ ΒΛΕΦΑΡΙΔΕΣ ΚΑΙ ΤΑ ΝΥΧΙΑ**

Αγωγή & Αφρός κατά της Τριχόπτωσης

Η αποτελεσματικότητα των προϊόντων

Foltène® PHARMA

έγκειται στα πατενταρισμένα, ενεργά
συστατικά **Tricosaccaride®** και **Tricalgoxyl®**,
τα οποία αναπτύχθηκαν μετά από πολυετείς
έρευνες στα εργαστήρια της εταιρείας.

 Gerolymatos International®

Τηλ.: 210 3500800
www.gerolymatos-otc.com



για γυναίκες

για άνδρες

Ο αξιολογητής μπορεί να αποδώσει με διαφορετικούς τρόπους το συμπέρασμα. Μπορεί λαμβάνοντας υπόψη όλα τα παραπάνω :

- να εκτιμήσει ότι το προϊόν δεν εμπεριέχει κανένα πρόβλημα για την ανθρώπινη υγεία κάτω από κανονική και εύλογα αναμενόμενη χρήση, με βάση την πιο πρόσφατη επιστημονική γνώση
- να υποδείξει κάποιες τροποποιήσεις, πριν δώσει την τελική του έγκριση. (Αλλαγές στον τρόπο χρήσης, στο ποσοστό κάποιων ουσιών, στην ετικέτα...)
- βασισμένος κυρίως σε παρενέργειες ή σε συστατικά ή σε δεδομένα του τελικού προϊόντος να αξιολογήσει ότι η ασφάλεια του καλλυντικού προϊόντος δεν μπορεί να διασφαλιστεί.

Το συμπέρασμα εκτίμησης συνοδεύεται από την υπογραφή του εκτιμητή.

2. Προειδοποιήσεις και οδηγίες Χρήσεις στην επισήμανση

Εδώ περιλαμβάνονται όλες οι υποχρεωτικές προειδοποιήσεις και οδηγίες που συμπεριλαμβάνονται στα παραρτήματα της νομοθεσίας καθώς και άλλες οδηγίες που πιθανόν να προστεθούν από τον αξιολογητή ασφάλειας, όπως « Χρήση Εξωτερική », «Να φυλάσσετε μακριά από παιδιά», «Να αποφεύγεται η χρήση στην περιοχή γύρω από τα μάτια».

3. Σκεπτικό

Σε αυτήν την παράγραφο αιτιολογείται το επιστημονικό σκεπτικό το οποίο οδήγησε στο συμπέρασμα εκτίμησης. Η αιτιολόγηση βασίζεται στις πληροφορίες του μέρους Α.

- Υπολογίζονται και συζητούνται τα περιθώρια ασφαλείας.
Γίνεται ειδική αξιολόγηση για καλλυντικά προϊόντα τα οποία απευθύνονται σε παιδιά κάτω των 3 ετών και προϊόντα που προορίζονται για την υγιεινή των ευαίσθητων περιοχών.
- Εκτιμούνται πιθανές αλληλεπιδράσεις ουσιών που περιέχει το καλλυντικό προϊόν
- Η εξέταση ή η μή εξέταση κάποιων τοξικολογικών ουσιών πρέπει να δικαιολογηθεί.
- Εξετάζονται και οι επιπτώσεις της σταθερότητας στην ασφάλεια του καλλυντικού προϊόντος .
- Το σκεπτικό δεν είναι κάτι διαφορετικό από τον τρόπο με τον οποίο μέχρι τώρα οι αξιολογητές κατέληγαν στο συμπέρασμα ασφαλείας

ας του καλλυντικού προϊόντος. Η διαφορά στην παρούσα Έκθεση Ασφάλειας είναι ότι το σκεπτικό πρέπει να δημοσιοποιείται.

4. Προσόντα του αξιολογητή και έγκριση του μέρους Β

Σύμφωνα με το κείμενο του κανονισμού:

«Η αξιολόγηση ασφάλειας διενεργείται από πρόσωπο που είναι κάτοχος πτυχίου ή άλλου τίτλου που απονέμεται μετά την ολοκλήρωση πανεπιστημιακού κύκλου θεωρητικών και πρακτικών σπουδών, στη φαρμακευτική, τοξικολογία, ιατρική ή συναφές γνωστικό αντικείμενο, ή κύκλου αναγνωριζόμενου ως ισοδύναμου από κράτος μέλος.»

Εδώ συμπεριλαμβάνονται:

- Ονοματεπώνυμο και διεύθυνση του αξιολογητή ασφάλειας
- Απόδειξη προσόντων
- Ημερομηνία και υπογραφή του αξιολογητή ασφάλειας

Σύμφωνα με το νέο Κανονισμό 1223/2009 από 11 Ιουλίου του 2013 όλα τα προϊόντα τα οποία βρίσκονται στην αγορά θα πρέπει να περιλαμβάνουν τουλάχιστον όλα τα παραπάνω στην Έκθεση Ασφαλείας τους.

Αξίζει να σημειωθεί ότι η Έκθεση Ασφάλειας είναι μία δυναμική συλλογή δεδομένων και χρειάζεται συνέχεια να ανανεώνεται για όποια αλλαγή συμβαίνει. Ιδιαίτερη προσοχή πρέπει να δίνεται σε σημαντικές αλλαγές, για τις οποίες πρέπει να ενημερώνεται ο αξιολογητής ασφάλειας ώστε να επικαιροποιεί την τροποποιημένη Εκτίμηση Ασφάλειας.



Αναφορές-Πηγές:

1. Πηγές: SCCS/1416/11: The SCCS Notes of Guidance for the Testing of Cosmetic Ingredients and their Safety Evaluation
2. Mean Exposure Skin surface area/ product Bremmer et al.2005, Table 2
3. SCCNFP/0321/02; Hall et al.2007, 2011, Table 3
4. Safety Assessment of Cosmetics in Europe, Vera Rogiers & Marleen Pauwels



33 ΧΡΟΝΙΑ ΠΡΑΣΙΝΗ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗ

natural serum

*πολύτιμες σταγόνες ομορφιάς
για άμεσα αποτελέσματα!*



Αυτές τις σταγόνες περιμένει η επιδερμίδα σας για να αναγεννηθεί

Τα APIVITA natural serum, με την υψηλότερη συγκέντρωση φυσικών δραστικών συστατικών, συνδυάζουν την απόλυτη δύναμη της φύσης και της επιστήμης και αποδεικνύουν την αποτελεσματικότητά τους με 14 κλινικές και εργαστηριακές μελέτες. Με φυσική σύσταση έως 98%, υαλουρονικό οξύ και βιοδραστική αλόη, σταθερή μορφή Βιταμίνης C, Βιο-ρεσβερατρόλη, και βασιλικό πολτό εγκλωβισμένο σε λιπосώματα

Προσφέρουν

- Άμεση ενυδάτωση από την πρώτη εφαρμογή.
- Λάμψη και ομοιόμορφο χρωματικό τόνο.
- Μείωση της επιφάνειας των ρυτίδων έως και 77%.
- Αύξηση της σφριγηλότητας της επιδερμίδας και επαναφορά του περιγράμματος.

Για μέγιστα αποτελέσματα εναλλάξτε τους ορούς ανάλογα με τις ανάγκες της επιδερμίδας σας και χρησιμοποιήστε τους καθημερινά πριν την κρέμα προσώπου.

ΧΩΡΙΣ PARABENS, SILICONES, PROLYLENE GLYCOL, MINERAL OILS, PHTHALATES



Πάντα στη
καρδιά
της διατροφικής
εξειδίκευσης

Κάντε κλικ... για την διατροφή και την υγεία σας!
www.medidiatrofi.gr

Υπηρεσίες Διατροφής & Διαιτολογίας



website : www.medidiatrofi.gr

email : info@medidiatrofi.gr

Το [MediDiatrofi.gr](http://www.MediDiatrofi.gr), αποτελεί ένα σύγχρονο portal ενημέρωσης για θέματα Υγείας.

Άριστοι επιστήμονες και επαγγελματίες, του χώρου της διατροφής, της ιατρικής, της ψυχολογίας, της γενετικής, των τροφίμων, της μαγειρικής, της άθλησης, αποτελούν επιστημονικούς συνεργάτες του portal αυτού, και οι οποίοι προσπαθούν με το καλύτερο δυνατό τρόπο να ενημερώσουν το κοινό για ζητήματα που τους αφορούν.

Το [MediDiatrofi.gr](http://www.MediDiatrofi.gr), βασικό στόχο ίδρυσης και λειτουργίας του, έχει την ενημέρωση για θέματα υγείας αλλά και την ανάπτυξη συνεργασίας μεταξύ επαγγελματιών υγείας και την δραστηριοποίηση όλων μαζί στα πλαίσια μίας εγγενούς συνεργασίας για την παραγωγή του καλύτερου δυνατού αποτελέσματος.

Η δημιουργία του στηρίχτηκε σε ένα δυνατό κορμό επιστημόνων υγείας και στην συνέχεια ανέπτυξε ένα μεγάλο δίκτυο συνεργατών εντός και εκτός Ελλάδος το οποίο κινήθηκε σε τομείς υπηρεσιών υγείας.

Το αποτέλεσμα ήταν, η εμπειρία με την επιστημονική κατάρτιση και την διάθεση για καλή συνεργασία, να φτάσει το [MediDiatrofi.gr](http://www.MediDiatrofi.gr), μέσα σε ένα μικρό χρονικό διάστημα να λαμβάνει όλο και υψηλότερη θέση στην αξιοπιστία των πολιτών αλλά να αποτελεί και έναν φερέγγυο και αξιόλογο συνεργάτη ούτως ώστε να συνεργαστούν μαζί του και άλλες επαγγελματικές και επιστημονικές ομάδες.

Το [MediDiatrofi.gr](http://www.MediDiatrofi.gr) απαριθμεί σήμερα περισσότερους από 90 επιστημονικούς συνεργάτες! Σε σύντομο χρονικό διάστημα ξεπέρασε κάθε προσδοκία και όσον αναφορά τον αριθμό επιστημονικών άρθρων που έχουν δημοσιευτεί (πάνω από 400 άρθρα), αλλά και όσον αναφορά την επισκεψιμότητά του (κατά μέσο όρο, περίπου 25.000 μοναδικοί επισκέπτες κάθε μήνα).

Πλέον, στόχος του [MediDiatrofi.gr](http://www.MediDiatrofi.gr) είναι να αναπτύξει ακόμα περισσότερο τις δραστηριότητές του, προσδοκώντας την αρτιότερη και εγκυρότερη ενημέρωση του κοινού σε όλα τα επιστημονικά θέματα που άπτονται της υγείας και της διατροφής!

Επικοινωνήστε και εσείς στο info@medidiatrofi.gr για να συμμετέχετε σε αυτήν την προσπάθεια!



bio-eco

καλλυντικά

Άννα Πατέρα

Χημικός,
Διεύθυνση R&D
APIVITA

Ομιλία

Στρογγυλό τραπέζι με θέμα: "Ασφάλεια και Ποιότητα
Καλλυντικών Προϊόντων",
1^ο Πανελλήνιο Συνέδριο Φαρμακευτικών Επιστημών,
27-30 Απριλίου, Αθήνα.

Τα ζητήματα της ασφάλειας και της ποιότητας των φυσικών και βιολογικά-οικολογικά πιστοποιημένων καλλυντικών είναι πολύπλοκα και απασχολούν όχι μόνο τις εταιρείες παραγωγής αλλά και τους επιστήμονες και τους καταναλωτές. Μία δεκάλεπτη παρουσίαση μπορεί μόνο να αγγίξει μερικά από τα



ζητήματα αυτά. Τα κύρια ερωτήματα είναι το ποια είναι τα φυσικά καλλυντικά, πώς ορίζονται και πώς πιστοποιούνται. Αφού δοθούν κάποιες απαντήσεις, θα γίνει μια παρουσίαση κάποιων από τα ζητήματα ασφάλειας και ποιότητας που απασχολούν ειδικά την κατηγορία αυτή των καλλυντικών.

Καταρχήν η αγορά των φυσικών και bio-eco καλλυντικών σήμερα είναι αναπτυσσόμενη και μάλιστα με πολύ γρηγορότερους ρυθμούς από την αγορά των συμβατικών καλλυντικών. Ο ρυθμός ανάπτυξής της είναι διψήφιος - 15% - κάθε χρόνο από το 2005 έως το 2010. Ειδικά στην Ευρώπη η ανάπτυξη το 2010 ήταν 14% σε σχέση με το 2009, ενώ αυξήθηκαν και τα λανσαρίσματα νέων προϊόντων που ισχυρίζονται ότι είναι φυσικά. Το μερίδιο αγοράς των φυσικών καλλυντικών έφτασε το 6,5% των συνολικών πωλήσεων καλλυντικών, το 2011. Μεγαλύτερη αγορά είναι η Βόρεια Αμερική, ενώ στην Ευρώπη είναι η Γερμανία και ακολουθούν Ιταλία, Γαλλία και Αγγλία.

Για το μέλλον αναμένεται παγκόσμια να συνεχιστεί η ανάπτυξη με διψήφιο ποσοστό ως το 2015. Τα στοιχεία αυτά προέρχονται από την εταιρεία Kline. Άλλες εταιρείες δίνουν διαφορετικά νούμερα και διαφορετικά ποσοστά ανάπτυξης γιατί κατηγοριοποιούν με διαφορετικό τρόπο τα προϊόντα. Αλλά όλες συμφωνούν ότι η κατηγορία αυτή είναι το μέλλον.

Για ποιο λόγο όμως αυξάνονται τα φυσικά καλλυντικά? Σε ποια ανάγκη των καταναλωτών απαντούν?

Ζούμε σήμερα στην κοινωνία του φόβου. Φοβόμαστε τις κλιματικές αλλαγές και την περιβαλλοντική ρύπανση που αλλάζουν τον τρόπο ζωής μας και την καθημερινότητα. Φοβόμαστε τις νέες ασθένειες. Πάσχουμε όλο και περισσότερο από παχυσαρκία, από αλλεργίες, από τοξικοεξάρτηση σε διάφορες ουσίες.

Έχουμε επομένως ανάγκη να ξαναπάρουμε τη ζωή μας στα χέρια μας. Απαιτούμε ηθική συμπεριφορά προς τους ανθρώπους και το περιβάλλον. Αναγνωρίζουμε την αξία της υγείας και της ευεξίας και περιμένουμε να ζήσουμε μακρύτερες ζωές με καλύτερο βιοτικό επίπεδο. Για τους λόγους αυτούς, θέλουμε να γνωρίζουμε τι βάζουμε Μέσα, Γύρω και Πάνω στο σώμα μας. Απαιτούμε περισσότερο φυσικά και πιο ασφαλή προϊόντα. Επιπλέον, η αειφόρος ανάπτυξη, για την οποία όλοι συζητούν, λαμβάνει υπόψιν όχι μόνο την οικονομία αλλά και την κοινωνία και το περιβάλλον. Εάν δεν διατηρηθεί το φυσικό περιβάλλον και εάν δεν διατηρηθούν οι πηγές ενέργειας και πρώτων υλών θα φτάσουμε σε ένα όριο πέρα από το οποίο ούτε η κοινωνία, ούτε η οικονο-

μία θα μπορούν να αναπτύσσονται και να δημιουργούν αξία. Ένα άλλο σημείο επιρροής και διαμόρφωσης συνείδησης του σύγχρονου καταναλωτή, είναι μέσα από το διαδίκτυο, μέσα από τα δεκάδες μέσα κοινωνικής δικτύωσης, τα blogs, τα εξειδικευμένα sites, από όπου λαμβάνει άπειρη πληροφόρηση που μερικές φορές αδυνατεί να αφομιώσει.

Μέσα από όλες αυτές τις επιρροές και μέσα στη συνεχιζόμενη οικονομική, πολιτική και πολιτιστική κρίση, ο σύγχρονος καταναλωτής ψάχνει αξία για τα χρήματά του και θεωρεί την αποτελεσματικότητα δεδομένη. Αλλά αυτό δεν του αρκεί. Απαιτεί ένα διαφορετικό, μοναδικό προϊόν - φτιαγμένο ειδικά για εκείνον - που θα του προσφέρει μια εμπειρία και μια αίσθηση συμμετοχής στον κοινό σκοπό.

Αυτό περιμένει από το φυσικό προϊόν. Ποιό είναι όμως το φυσικό προϊόν? Πώς ορίζεται? Πώς ξεχωρίζει από το συμβατικό καλλυντικό?

Ακόμη δεν έχει γίνει εφικτό να καθιερωθεί ένας ορισμός που να γίνεται αποδεκτός από όλους τους εμπλεκόμενους φορείς ώστε να δημιουργείται στο καταναλωτή μια σαφής εικόνα.

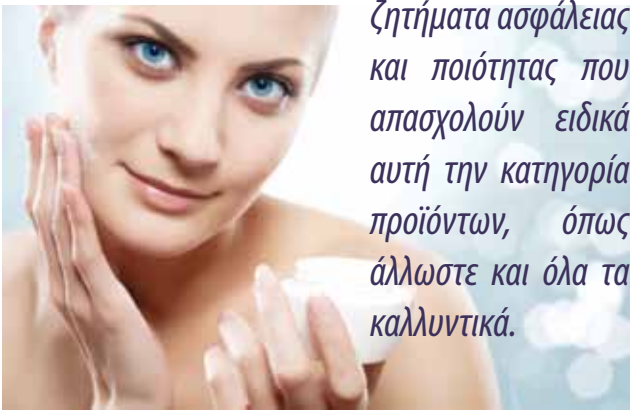
Ένα παράδειγμα για τον τρόπο με τον οποίο θα μπορούσε κανείς να κατατάξει τα προϊόντα που ισχυρίζονται φυσικότητα με τον ένα ή τον άλλο τρόπο είναι βάζοντας τα σε μια κλίμακα:

- ⊙ Περισσότερο φυσικά θεωρούνται όσα είναι πιστοποιημένα από έναν ανεξάρτητο φορέα.
- ⊙ Κατόπιν, τα προϊόντα που τα περισσότερα συστατικά που περιέχουν είναι φυσικής προέλευσης και πολλά από τα φυτικά συστατικά είναι βιολογικής καλλιέργειας.
- ⊙ Ακολουθούν τα προϊόντα που περιέχουν μεν δραστικά συστατικά φυσικής προέλευσης αλλά ταυτόχρονα περιέχουν λιγότερα ή περισσότερα συνθετικά έκδοχα.
- ⊙ Στο χαμηλότερο σημείο αυτής της ποιοτικής κατάταξης τοποθετούνται τα λεγόμενα ψευδοφυσικά προϊόντα τα οποία περιέχουν μόνο ένα πολύ μικρό ποσοστό συστατικών φυσικών προέλευσης.



Η πιστοποίηση είναι το μέσο για να καταταχτεί ένα προϊόν στο υψηλότερο σημείο αυτής της κλίμακας αλλά και άλλων που έχουν διαμορφωθεί από διάφορες εταιρείες έρευνας αγοράς με διαφορετικά κριτήρια. Υπάρχουν πολλοί ιδιωτικοί φορείς ανά τον κόσμο που βάσει δικών τους πρότυπων πιστοποιούν τα καλλυντικά ως φυσικά, βιολογικά-οικολογικά κλπ. Επιπλέον των παραπάνω προτύπων δίνονται και άλλες πιστοποιήσεις που αφορούν στον τρόπο παραγωγής του προϊόντος, στη συνολική επίπτωση του στο περιβάλλον (μετρώντας τον κύκλο ζωής του), στην επίδραση του στην κοινωνία (Fair Trade, Fair for Life). Παρότι πολλοί από αυτούς τους φορείς έχουν κοινό στόχο, δεν έχουν καταφέρει ακόμα να δημιουργήσουν ένα κοινό πρότυπο το οποίο θα ακολουθείται από όλους, θα εγκρίνεται από τις δημόσιες αρχές και θα βοηθά στον καταναλωτή να επιλέξει μεταξύ προϊόντων που μετρώνται με τα ίδια μέτρα και σταθμά. Η σύγχυση επιτείνεται και οι εταιρείες σε πολλές περιπτώσεις αναπτύσσουν δικά τους πρότυπα φυσικότητας, τα οποία επικοινωνούν στον καταναλωτή και ακολουθούν οι ιδίες.

Ο ορισμός και η πιστοποίηση των φυσικών και βιολογικών-οικολογικών καλλυντικών δεν έχει ξεκαθαρίσει ακόμα όπως είδαμε. Και υπάρχουν ήδη



ζητήματα ασφάλειας και ποιότητας που απασχολούν ειδικά αυτή την κατηγορία προϊόντων, όπως άλλωστε και όλα τα καλλυντικά.

Ασφάλεια για τον καταναλωτή των φυσικών προϊόντων σημαίνει δύο πράγματα. Πρώτον: ότι είναι ασφαλές για το περιβάλλον, δηλαδή δεν το επιβαρύνει. Αποκλείονται λοιπόν συστατικά όπως οι σιλικόνες που δεν βιοαποικοδομούνται γρήγορα, τα απειλούμενα προς εξαφάνιση φυτικά είδη, τα είδη από μη ανανεώσιμες πηγές, συστατικά που απαιτούν μεγάλες ποσότητες ενέργειας για την παραγωγή τους, γενετικά μεταλλαγμένα συστατικά. Αποκλείονται τα περισσότερα αρώματα καλλυντικών που περιέχουν πολυκυκλικές μάζες και νιτρομάσκες. Αποκλείονται συσκευασίες που δεν ανακυκλώνονται ή που είναι πολύ ενεργοβόρες για την παραγωγή ή τη διακίνησή τους. Άρα

ήδη μειώνονται πολύ οι επιλογές του παραγωγού. Δεύτερη απαίτηση του καταναλωτή των φυσικών καλλυντικών όσον αφορά στην ασφάλεια είναι να μην περιέχει αυτές που θεωρεί επικίνδυνες πρώτες ύλες. Η απαίτηση αυτή περιπλέκει ακόμα περισσότερο την κατάσταση. Ας πάρουμε για παράδειγμα τα συντηρητικά parabens. Έχουν κατηγορηθεί ότι προκαλούν ανεπιθύμητες ενέργειες στον άνθρωπο. Οι επιστήμονες όμως διαχάζονται. Οι μεγαλύτεροι δημόσιοι φορείς, στην Ευρώπη και την Αμερική, υπερασπίζονται την ασφάλεια των parabens για χρήση στα καλλυντικά προϊόντα στα όρια που δίνει η νομοθεσία. Ωστόσο σε ορισμένες χώρες της Ευρώπης, απαγορεύτηκε η χρήση των parabens στα βρεφικά προϊόντα. Το Isobutylparaben έχει επίσης απαγορευτεί. Οι οργανισμοί πιστοποίησης φυσικών και bio-eco καλλυντικών σταμάτησαν να αποδέχονται τη χρήση τους στα καλλυντικά που πιστοποιούν. Τελικά, έχει γίνει συνείδηση στους ψαγμένους καταναλωτές ότι πρόκειται για επικίνδυνα συστατικά. Έτσι, ακόμα και μεγάλες εταιρείες τα αντικαθιστούν με άλλα συντηρητικά, τα οποία μπορεί να έχουν γνωστές ανεπιθύμητες ενέργειες αλλά δεν έχουν την κακή φήμη των parabens.

Είναι αυτός ο σωστός τρόπος να διασφαλιστεί η ασφάλεια του καταναλωτή? Προφανώς όχι. Η σωστή διαδικασία είναι η χρήση απόλυτα ασφαλών συντηρητικών μετά από κατάλληλες μελέτες και τεστ ικανότητας και ασφάλειας, κάτι που απαιτεί χρόνο και κόστος.

Ένα άλλο, πιο πρόσφατο παράδειγμα, είναι τα νανο-υλικά. Ακόμα δεν υπάρχει εμπεριστατωμένη άποψη για την ασφάλειά τους, ούτε ακόμα και για τον ίδιο τον ορισμό και την ταυτοποίησή τους. Τα μόνα δύο φυσικά και αποδεκτά ως φυσικά αντιηλιακά φίλτρα που χρησιμοποιούνται παγκόσμια, είναι το διοξείδιο του τιτανίου και το οξείδιο του ψευδαργύρου, που είναι και τα δύο νανο-υλικά. Πότε είναι πιο ασφαλής ο καταναλωτής? Όταν χρησιμοποιεί συνθετικά αντιηλιακά, φυσικά αντιηλιακά ή καθόλου αντιηλιακά? Στην ποιότητα των καλλυντικών του, ο καταναλωτής δεν κάνει κανένα συμβιβασμό. Το προϊόν που αγοράζει πρέπει να έχει τα χαρακτηριστικά που ζητά ώστε να είναι ευχάριστο στη χρήση, πρέπει να είναι αποτελεσματικό και να κάνει αυτά που υπόσχεται και ταυτόχρονα πρέπει να είναι ασφαλές για το περιβάλλον και ασφαλές για χρήση από τον άνθρωπο. Αυτή είναι μια ισορροπία πολύ δύσκολη για να επιτευχθεί.

Ευτυχώς για εμάς, η τεχνολογία των φυσικών συστατικών εξελίσσεται και σήμερα υπάρχουν πολλά εναλλακτικά συντηρητικά, γαλακτωματοποιητές, έλαια που αντικαθιστούν τα αντίστοιχα συνθετικά πλήρως και ως προς την ασφάλεια και ως προς την αποτελεσματικότητα, ώστε να μπορούμε να παράγουμε ποιοτικά φυσικά καλλυντικά.

Calmo®

BALSAMCARE

Πρόληψη Κατάκλισης

Αντιμετώπιση της **Κατάκλισης**
σημαίνει **Πρόληψη**

Η **Calmo Balsamcare** είναι εξαιρετικά δραστική στην πρόληψη της κατάκλισης. Χάρη στην πλούσια πατενταρισμένη της σύνθεση περιποιείται αποτελεσματικά το δέρμα. Τα φυσικά συστατικά της καλύπτουν όλα τα σημεία.

Το βαλσαμέλαιο, η λεβάντα και το χαμομήλι εξαλείφουν τους ερεθισμούς. Η ενυδατική φόρμουλα της ευσερίνης κρατά το δέρμα ενυδατωμένο και απαλό.

Η αντισηπτική δράση του οξειδίου του ψευδαργύρου και του tea tree ενισχύουν το δερματικό φραγμό, προφυλάσσοντας από μικρομολύνσεις και προστατεύουν από την επίδραση των ούρων και των κοπράνων. Η πανθενόλη αναπλάθει το δέρμα.

Έτσι το δέρμα παραμένει υγιές, ελαστικό, με αποτέλεσμα να είναι πολύ δύσκολο να αναπτυχθούν έλκη. Έχει δοκιμαστεί σε πληθώρα ασθενών με πολύ καλά αποτελέσματα.



Calmo®
BALSAMCARE
Πρόληψη Κατάκλισης



Σύνδεσμος

ΑΝΩΝΥΜΗ ΕΙΣΑΓΟΓΙΚΗ ΕΜΠΟΡΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ
ΠΑΡΑΒΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΩΝ & ΚΑΛΥΠΤΙΚΩΝ ΠΡΟΪΟΝΤΩΝ

Ψαρών 17 & Αιγίνης 12, Τ.Κ. 131 22 Ίλιον - Αθήνα
Τ: 210 2693600, F: 210 2693603, E: info@syndesmossa.com
www.syndesmossa.com

Υπεύθυνος κυκλοφορίας

“Comptoir du Pastel” bio-cosmetics

Ομορφιά & Υγεία

Στη Νότια Γαλλία στην περιοχή της Τουλούζης έχει αναπτυχθεί τα τελευταία χρόνια η παραγωγή φυσικών καλλυντικών με την ονομασία “Comptoir du Pastel”.

Η Γαλλική εταιρεία << Cocagne et Compagnie>> προσφέρει μια μοναδική σειρά φυσικών καλλυντικών με βάση τα εκχυλίσματα του θρυλικού φυτού “παστέλ”, στα Λατινικά “Isatis Tinctoria” (που προέρχεται από τη λέξη “isadso” (ίαση) που σημαίνει θεραπεία), το οποίο ευδοκίμει στην Νότια Γαλλία.

Από τα εκχυλίσματα των αποξηραμένων σπόρων του φυτού “παστέλ” εξάγεται το λάδι “παστέλ” το οποίο χρησιμοποιείται σήμερα από τους Γάλλους στην κοσμητολογία. Το λάδι “παστέλ” είναι πλούσια φυσική πηγή βασικών λιπαρών οξέων με μεγάλο ποσοστό σε Ω3, 6 & 9 και έχει την δύναμη να επαναφέρει την φυσική ασπίδα προστασίας της επιδερμίδας, ώστε το δέρμα να ξαναβρεί την υγεία και την λάμψη του.

Τα Ω3, 6 & 9 είναι απαραίτητα για την καλή λειτουργία των κυττάρων της επιδερμίδας μας. Η έλλειψη τους προκαλεί διαταραχή και μειωμένη ικανότητα προσαρμογής του δέρματος στις εξωτερικές αντιδράσεις όπως ξηρότητα, δυσανεξία, ερεθισμό και γήρανση. Τα λιπαρά οξέα Ω3, 6 & 9 δεν παράγονται από τον οργανισμό και για τον λόγο αυτό είναι απαραίτητη η συμπληρωματική λήψη τους είτε με τη μορφή συμπληρωμάτων διατροφής είτε με την μορφή εξειδικευμένων δερμοκαλλυντικών. Με τις θρεπτικές τους ιδιότητες βοηθούν στην βαθιά θρέψη, συμβάλλουν στην αντιγήρανση, αποκαθιστούν και επαναφέρουν την ελαστικότητα του δέρματος και ειδικότερα το πολύ ξηρό & ώριμο δέρμα σε γυναίκες και άνδρες, ενώ ταυτόχρονα προκαλούν τη σύνθεση ουσιών που έχουν αντιφλεγμονώδη και επουλωτική δράση. Σε μελέτες & άρθρα του 2006, αναφέρεται ότι τα παράγωγα του φυτού “παστέλ” (Isatis Tinctoria) θα μπορούσαν να χρησιμοποιηθούν για την πρόληψη του καρκίνου, καθώς από την σύνθλιψη των σπόρων του παράγεται glucobrassicin σε υψηλά επίπεδα. Οι αξιολογές θεραπευτικές ιδιότητες του φυτού “παστέλ” αποτελούν συνεχές

αντικείμενο έρευνας, ενώ μέχρι σήμερα η θεραπευτική του χρήση προτείνεται μόνο υπό την επίβλεψη θεράποντα ιατρού. (Βιβλιογραφία: HERB DRUGS AND PHARMACEUTICALS, ESCOP MONOGRAPHS, THE COMPLETE GERMAN COMMISSIONS E MONOGRAPHS, Academie de Pastel, Toulouse France).

Τα φυσικά καλλυντικά “Comptoir du Pastel” δημιουργήθηκαν από ομάδα Γάλλων επιστημόνων & Φαρμακοποιών που συμμετέχουν στην εταιρεία. Ύστερα από πολυετείς επιστημονικές μελέτες, έρευνα & ανάπτυξη, αναβίωσαν το “παστέλ” (Isatis Tinctoria) και από το λάδι “παστέλ” δημιούργησαν αυτά τα φυσικά καλλυντικά προϊόντα περιποίησης & φροντίδας, κάτω από τις πιο αυστηρές συνθήκες παραγωγής και προδιαγραφές της Ε.Ε., ως επίσης και με την χρήση μη ρυπογόνων συσκευασιών από χαρτί & αλουμίνιο.

Η “Comptoir du Pastel” προσφέρει πέντε διαφορετικά φυσικά προϊόντα ομορφιάς & Υγείας, βαθειάς ενυδάτωσης του προσώπου, του σώματος & των χεριών, ως και ένα μοναδικό φυτικό υποαλλεργικό σαπούνι που χάρη στην απολυμαντική του σύνθεση καθαρίζει απαλά, προστατεύει την επιδερμίδα και είναι ιδανικό ακόμη και για τα πιο ευαίσθητα δέρματα.

Επιμέλεια: **Κατερίνα Καλλέργη**

Αισθητική & Κοσμητολογία, ΤΕΙ ΑΘΗΝΩΝ





COMPTOIR
DU PASTEL

LE BIO D'OCCITANIE

ΤΟ ΕΛΑΙΟ ΤΟΥ ΠΑΣΤΕΛ

Πολύτιμο & Σπάνιο

- Αρχαίο θεραπευτικό φυτό
- Πλούσιο σε απαραίτητα λιπαρά οξέα
- Omega 3,6 και 9
- Έντονη και Βαθιά θρέψη
- Φαρμακευτική εξειδίκευση



Πωλούνται σε επιλεγμένα Φαρμακεία στην Ελλάδα & Κύπρο.



Κρέμα σώματος



Κρέμα προσώπου
και λήψια
κρέμα προσώπου



Κρέμα χεριών και
γενόσφυρο

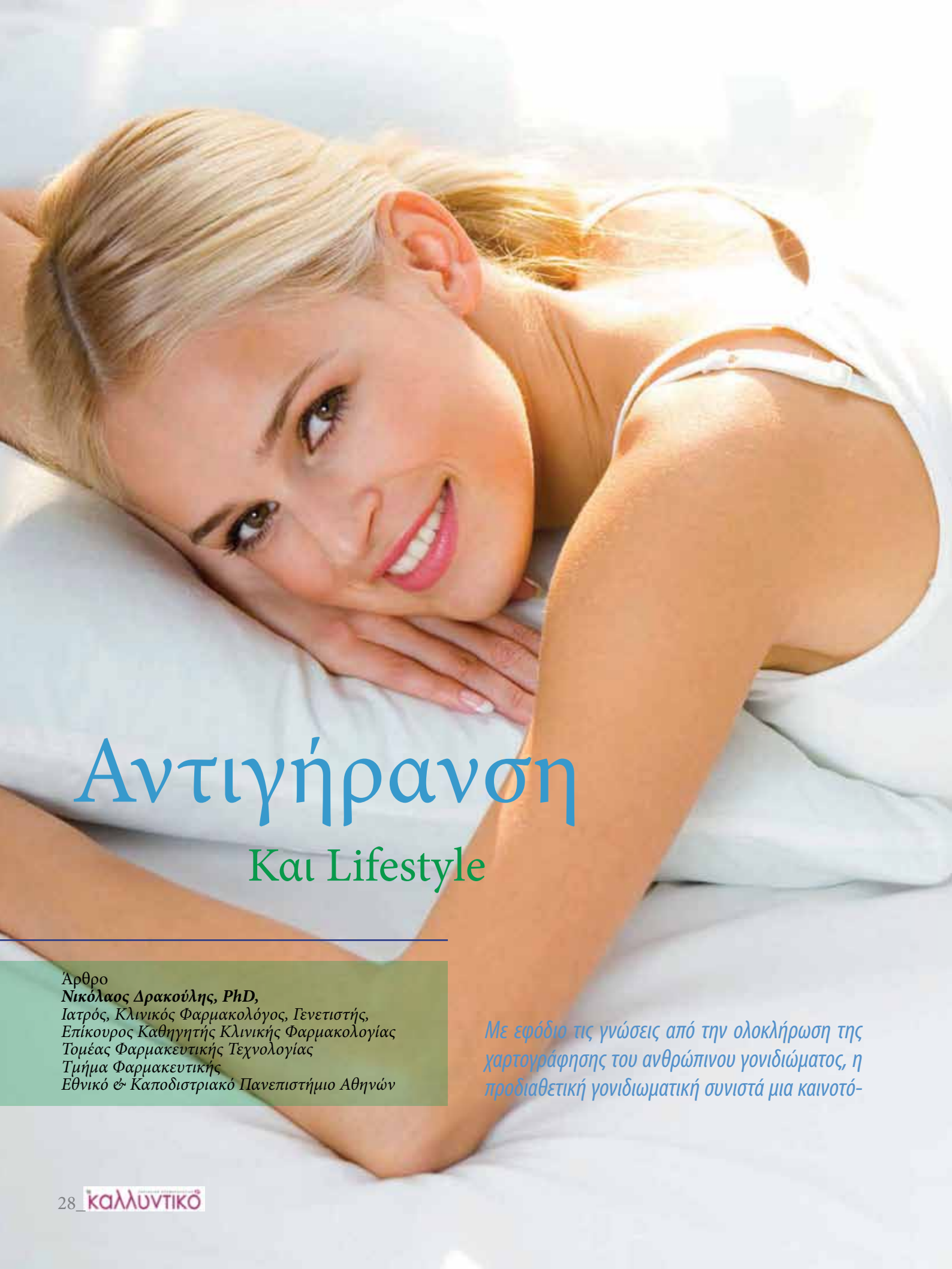


ISATIS
TINCTORIA

LA BELLE PAULE

Née à Toulouse en 1518

Αποκλειστικός Αντιπρόσωπος Ελλάδας & Κύπρου “StatusMed Hellas”
Αγγ. Σικελιανού 65, 154 51 Νέο Ψυχικό, Αθήνα, Τηλ.: 210.6777800, Φαξ : 210.6777757



Αντιγήρανση

Και Lifestyle

Άρθρο
Νικόλαος Δρακούλης, PhD,
Ιατρός, Κλινικός Φαρμακολόγος, Γενετιστής,
Επίκουρος Καθηγητής Κλινικής Φαρμακολογίας
Τομέας Φαρμακευτικής Τεχνολογίας
Τμήμα Φαρμακευτικής
Εθνικό & Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών

Με εφόδιο τις γνώσεις από την ολοκλήρωση της
χαρτογράφησης του ανθρώπινου γονιδιώματος, η
προδιαθετική γονιδιωματική συνιστά μια καινοτό-

μο κατηγορία υπηρεσιών, η οποία διαφέρει ριζικά από αυτές που γνωρίζουμε. Με την αλματώδη εξέλιξη της μοριακής βιολογίας και με την τεχνολογία αιχμής στα χέρια των ερευνητών, όλα δείχνουν πως ο χρόνος πλέον θα δυσκολεύεται πολύ να αφήσει τα σημάδια του στην επιδερμίδα μας.

Στο τομέα αντιμετώπισης της γήρανσης, με εφόδιο τις πρόσφατες εξελίξεις στην γενετική, ο γονιδιακός έλεγχος επιτρέπει την ανίχνευση πολυμορφισμών που συνδέονται με την διαφορική απόκριση των οργανισμών στην ηλιακή ακτινοβολία και τους παράγοντες γήρανσης, τις εξειδικευμένες ανάγκες σε διατροφικά συστατικά αλλά και την επίδραση των τροφών στην έκφραση και ρύθμιση γονιδίων απαραίτητων για την υγεία και την ευεξία.

Η **Δερμογενωμική** μελετά πολυμορφισμούς σε γονίδια κλειδιά που είναι ιδιαίτερα σημαντικά για την γενικότερη υγεία του δέρματος και την εμφάνιση. Συγκεκριμένα μπορεί να ανιχνευθεί πιθανή γενετική προδιάθεση για την μη φυσιολογική αποικοδόμηση του κολλαγόνου, την φωτογήρανση, τις ρυτίδες, τη χαλάρωση, την ευαισθησία και την ικανότητα του δέρματος να προστατευθεί από τους επιβλαβείς εξωτερικούς παράγοντες.

Η ανίχνευση πολυμορφισμών στα παραπάνω σχετίζεται με την μη φυσιολογική λειτουργία δομικών πρωτεϊνών και ενζύμων, απαραίτητων για την υγεία του δέρματος. **Χρησιμοποιώντας την γενετική πληροφορία, εξατομικευμένα προϊόντα περιποίησης δέρματος μπορούν να σχεδιαστούν από την αρχή περιλαμβάνοντας τα αναγκαία ενεργά συστατικά, τα οποία από**

κλινικές μελέτες έχουν αποδειχθεί αποτελεσματικά στην αντιμετώπιση των μειονεκτημάτων που προκύπτουν από τους πολυμορφισμούς.

Πώς ερμηνεύονται όμως οι πολυμορφισμοί που ανιχνεύονται στον γονιδιακό έλεγχο για την γήρανση του δέρματος;

- ◎ Οι μεταλλάξεις των γονιδίων που σχετίζονται με το κολλαγόνο απαιτούν υδρολυμένο κολλαγόνο, ελαστίνη και οποιαδήποτε άλλα συστατικά που μπορούν να αντισταθμίσουν την «χαλαρή» δομή των ινών κολλαγόνου και την ανικανότητα του δέρματος να παράγει επαρκώς κολλαγόνο.
- ◎ Οι μεταλλάξεις γονιδίων που σχετίζονται με την αναγωγή των ελεύθερων ριζών O₂ συνδέονται με την αντιοξειδωτική ικανότητα του κυττάρου και αποτελούν δείκτες της ικανότητας ενός ατόμου να μειώνει τις ελεύθερες ρίζες που παράγονται ως παραπροϊόντα του μεταβολισμού.
- ◎ Διατροφή πλούσια σε αντιοξειδωτικά και συμπληρώματα με αντιοξειδωτικές ιδιότητες αποτελούν λύσεις για την αντιμετώπιση του οξειδωτικού stress.
- ◎ Η αποτοξίνωση συνδέεται με την ικανότητα του κυττάρου να εξουδετερώνει εξωτερικούς περιβαλλοντικούς ρύπους και καρκινογόνες ουσίες. Η χρόνια συσσώρευσή τους είναι τοξική, προκαλεί κυτταρική γήρανση και κυτταρικό θάνατο. Για πρόληψη συνιστώνται συμπληρώματα με προστατευτική δράση που περιέχουν Isothiocyanates, λιποϊκά οξέα και NACs.
- ◎ Οι μεταλλάξεις στα γονίδια που εμπλέκονται στην φλεγμονώδη απόκριση, συνδέονται με δερματική ευαισθησία, η οποία μπορεί να αντιμετωπιστεί με διατροφή ή συμπληρώματα που περιέχουν Ισοφλαβονοειδή φυτο-οιστρογόνα.
- ◎ Οι μεταλλάξεις των γονιδίων που σχετίζονται με τον μεταβολισμό του φολικού οξέος και τις βιταμίνες του συμπλέγ-

Η **Genomed** σε συνεργασία με διεθνή διαπιστευμένα εργαστήρια και το Κεντρικό Εργαστήριο Research Diagnostics, (τεχνοβλαστό του Πανεπιστημίου Αθηνών, με επιστημονικό διευθυντή τον κο Νικόλαο Δρακούλη, MD, PhD), δραστηριοποιείται στον τομέα της Προδιαθετικής & Προληπτικής Ιατρικής και προσφέρει Γονιδιακό Έλεγχο σε 58 γονίδια και πολυμορφισμούς για τον προσδιορισμό της προδιάθεσης για την πρόωρη γήρανση και το κατάλληλο Lifestyle.

Ειδικότερα εξετάζονται γονίδια που σχετίζονται με:

- 1) Την σύνθεση και διάσπαση του κολλαγόνου.
- 2) Την ρύθμιση της κυτταρικής ανάπτυξης.

- 3) Τον ερεθισμό του δέρματος.
- 4) Την άμυνα του δέρματος σε περιβαλλοντικούς μολυσματικούς παράγοντες και τις ελεύθερες ρίζες.
- 5) Την ανθεκτικότητα και άμυνα του δέρματος στην ηλιακή ακτινοβολία – φωτογήρανση.
- 6) Την ανανέωση των δερματικών κυττάρων.
- 7) Την δυνατότητα αντιοξειδωσης και αποτοξίνωσης.
- 8) Τον μεταβολισμό της καφεΐνης και του αλκοόλ
- 9) Χαρακτηριστικά προσωπικότητας όπως λήψη αποφάσεων και δείκτης νοημοσύνης
- 10) Ανδρογενετική αλωπεκία (σύσταση συνταγής για πρόληψη της τριχόπτωσης)
- 11) Διατροφική Γονιδιωματική (Μεταβολισμός Ομοκυστεΐνης και Λιπιδίων).

ματος Β (Β6, Β12) επηρεάζουν τα ενεργά κύτταρα που διαιρούνται συνεχώς, όπως αυτά του δέρματος και έχουν μια σταθερή απαίτηση θρεπτικών συστατικών για την αναπαραγωγή του DNA. Το φολικό οξύ και οι βιταμίνες Β παίζουν ουσιαστικό ρόλο στη σύνθεση των νουκλεοτιδίων που είναι οι βασικές δομικές μονάδες του DNA. Τα βασικά κύτταρα του δέρματος έχουν αυξημένη ανάγκη σε φολικό οξύ και βιταμίνες Β.

- ⊙ Οι μεταλλάξεις των γονιδίων που σχετίζονται με την αποκατάσταση των βλαβών του DNA που προκαλούνται άμεσα από την ακτινοβολία UV, δεν σχετίζονται με τις ελεύθερες ρίζες που προκαλεί η ακτινοβολία UV αλλά με τις μεταλλάξεις που σχηματίζονται στο DNA από την υψηλή ενέργεια της ακτινοβολίας. Άτομα με περιορισμένη ικανότητα επιδιόρθωσης του DNA χρειάζονται σταθερή προστασία από τον ήλιο.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. A closer look to intrinsic aging. Steve Herman. GCI magazine, April 2009,(April 7).
2. The role of elastin and collagen in cutaneous aging: intrinsic aging versus photoexposure. Jouni Vitto. Journal of drugs in Dermatology, Feb 2008.
3. Photoaging is associated with protein oxidation in Human skin in vivo. Christina S. Sander et al. The journal of investigative dermatology, 2002: 118:618-625.
4. Solar simulated irradiation modulates gene expression and activity of antioxidant enzymes in cultured human dermal fibroblasts. M-T. Leccia et al. Exp Dermatology 2001:10:272-279.



Προδιαθετικός Γονιδιακός Έλεγχος

υγεία

ομορφιά

ευεξία

Η Δερμογενωμική (Dermagenomics) μελετά πολυμορφισμούς σε γονίδια κλειδιά που είναι ιδιαίτερα σημαντικά για την γενικότερη υγεία του δέρματος και την εμφάνιση. Χρησιμοποιώντας την γενετική πληροφορία, εξατομικευμένα προϊόντα περιποίησης δέρματος μπορούν να σχεδιαστούν περιλαμβάνοντας τα αναγκαία ενεργά συστατικά, τα οποία από κλινικές μελέτες έχουν αποδειχθεί αποτελεσματικά στην αντιμετώπιση των μειονεκτημάτων που προκύπτουν από τα γονίδια που επιδρούν αρνητικά.

 **Genomed** Laboratories' link by

Ομήρου 70, Ν.Σμύρνη - GR - 17121
τηλ: 210-9319050
genomed@genomed.gr
www.genomed.gr

Γονίδια & παχυσαρκία

Άρθρο

Κατερίνα Ποντικάκη

Διαιτολόγος, Διατροφολόγος

Ο προδιαθετικός γονιδιακός έλεγχος, δηλαδή η χρήση της μοριακής διαγνωστικής για την πρόβλεψη του πιθανού μελλοντικού κινδύνου να νοσήσει κάποιος, αποτελεί έναν από τους ταχύτερα αναπτυσσόμενους τομείς της προληπτικής ιατρικής, παγκοσμίως.

Με εφόδιο τις γνώσεις από την ολοκλήρωση της χαρτογράφησης του ανθρώπινου γονιδιώματος, η προδιαθετική γονιδιωματική συνιστά μια καινοτόμο κατηγορία υπηρεσιών, η οποία διαφέρει ριζικά από αυτές που γνωρίζουμε. Ο προδιαθετικός γονιδιακός έλεγχος ανοίγει ορίζοντες στο μέλλον της εφαρμοσμένης θεραπείας (evidence based therapy) και καθιστά την πρόληψη καθημερινή πρακτική.

Στο τομέα της αντιμετώπισης της παχυσαρκίας, σε συνδυασμό με πρόσφατες εξελίξεις στην διατροφική γονιδιωματική, **ο γονιδιακός έλεγχος επιτρέπει την ανίχνευση πολυμορφισμών που συνδέονται με την διαφορική απόκριση των οργανισμών στα θρεπτικά συστατικά και την θερμιδική πρόσληψη, τις εξειδικευμένες ανάγκες σε διατροφικά συστατικά αλλά και την επίδραση των τροφών στην έκφραση και ρύθμιση γονιδίων απαραίτητων για την υγεία.**

Στην εξέταση της Παχυσαρκίας αναλύονται γονίδια, επισημονικά τεκμηριωμένα, βασισμένα στην ιατρική βιβλιογραφία, τα οποία έχουν καταταχθεί στις παρακάτω κατηγορίες ανάλογα με την επίδρασή τους:

Παγκόσμια καινοτομία:

*Το πρώτο DNA τεστ Παχυσαρκίας
– Διαχείρισης Βάρους*



Το προϊόν περιλαμβάνει:

- 1) Γονιδιακό Έλεγχο
- 2) Εξατομικευμένο διαιτολόγιο 2 μηνών

**Αποκλειστικά
στα φαρμακεία**

 **Genomed**
Laboratories' link by

Ομήρου 70, Ν.Σμύρνη - GR - 17121
τηλ: 210-9319050
genomed@genomed.gr
www.genomed.gr

- 1) Διατροφική Συμπεριφορά και Μεταβολισμός
- 2) Λιπόλυση
- 3) Φλεγμονώδης Απόκριση και Παχυσαρκία
- 4) Ανταπόκριση στη λήψη τροφής – Αίσθημα Ανταμοιβής
- 5) Διατροφική Γονιδιωματική (Μεταβολισμός Λιπιδίων και Ομοκυστεΐνης, Αντιοξειδωτική δράση και αποτοξινωτική ικανότητα, Υπέρταση, Διαβήτης τύπου 2, Μεταβολισμός Λακτόζης)

Στις πιο κοινές μορφές παχυσαρκίας, η γονιδιακή συμβολή μελετήθηκε σε οικογένειες διδύμων και υιοθετημένων και υπολογίστηκε ότι η κληρονομικότητα για την μάζα του σώματος, το ποσοστό του σωματικού λίπους και την κατανομή του στο σώμα κυμαίνεται από 0,37 έως 0,78. Τόσο οι ακραίες όσο και οι συνθέςστερες μορφές παχυσαρκίας επηρεάζονται σημαντικά από την γενετική ποικιλότητα, ενώ μελέτες σε μονοζυγωτικούς διδύμους αποκάλυψαν ότι ακόμη και η απόκριση στην θεραπεία έχει ουσιώδη γονιδιακή συνιστώσα ¹.

Υπάρχουν σημαντικές ενδείξεις ότι οι διαδικασίες της πρόσληψης και της κατανάλωσης ενέργειας επηρεάζονται από την ποιότητα, την ποσότητα, ακόμη και την ώρα του φαγητού, αλλά και από την φυσική δραστηριότητα. Παρόλο που η εξίσωση πρόσληψη ενέργειας = κατανάλωση ενέργειας φαίνεται αρκετά απλή, στην πραγματικότητα είναι περίπλοκη αν αναλογιστούμε το πλήθος των γονιδιακών, βιολογικών, ψυχολογικών, κοινωνικοπολιτισμικών και περιβαλλοντικών παραγόντων που επηρεάζουν και τις δύο πλευρές της εξίσωσης ².

Το 1994 δημιουργήθηκε το Human Obesity Genetic Map ³, ένας κατάλογος με όλα τα γονίδια που

- i. Σχετίζονται ή συνδέονται με την παχυσαρκία.
- ii. Προκαλούν παχυσαρκία με μονογονιδιακό τρόπο ή σύμφωνα με την Μενδελία Κληρονομικότητα και/ή
- iii. Προκαλούν παχυσαρκία σε πειραματόζωα.

Μέχρι το 2005 είχαν καταχωρηθεί 189 γονίδια, 22 από αυτά έχουν επαληθευτεί από 5 ή περισσότερες μελέτες και 12 από αυτά έχουν επαληθευτεί από 10 ή περισσότερες μελέτες. Τα γονίδια αυτά κατατάσσονται σε 5 κύριες κατηγορίες:

- i. Ενεργειακή λιτότητα, οικονομία: Βήτα-αδρενεργικοί υποδοχείς 2 και 3 (ADRB2, ADRB3), πρωτεΐνες αποσύνδεσης 1, 2 και 3 (UCP1, UCP2, UCP3).
- ii. Υπερφαγία: υποδοχέας D2 της ντοπαμίνης (DRD2), υποδοχέας 2C της σεροτονίνης (HTR2C), LEP, LEPR, MC4R, υποοικογένεια πυρηνικών υποδοχέων 3, ομάδα C, μέλος 1 (NRG3C1).
- iii. Περιορισμένη οξείδωση λιπιδίων: μετατρεπτικό ένζυμο της αγγειοτενσίνης (ACE), αδιπονεκτίνη (ADIPOQ), G- προσδένουσα πρωτεΐνη υπομονάδα βήτα-3 (GNB3), ορμονοευαίσθητη λιπάση (LIPE), υποδοχέας λιποπρωτεϊνών χαμηλής πυκνότητας (LDLR).

- iv. Λιπογένεση: PPARG, υποδοχέας της βιταμίνης D (VDR), ρεζιστίνη (RETN), ιντερλευκίνη-6 (IL6), TNF-a, και
- v. Μειωμένη φυσική δραστηριότητα: DRD2, MC4R.

Οι καλύτερα τεκμηριωμένες γονιδιακές συσχετίσεις για την παχυσαρκία απαντώνται σε εύλογα βιοχημικά μονοπάτια και αποτελούν λογικό σημείο έναρξης για την μελέτη των αλληλεπιδράσεων του περιβάλλοντος με τα γονίδια. **Η γενετική ποικιλότητα μπορεί να έχει σημαντική επίδραση τόσο στην απώλεια βάρους όσο και στην διατήρησή του μετά από δίαιτα.**

Μελέτη για την Παιδική Παχυσαρκία

Από πρόσφατη ανάλυση στοιχείων, τα οποία συλλέχθηκαν από μαθητές Δημοτικών σχολείων σε όλη την Ελλάδα τα τελευταία 13 χρόνια προκύπτουν ανησυχητικά ευρήματα ⁴:

- Το ποσοστό των υπέρβαρων παιδιών αυξήθηκε κατά 30% σε αστικές και αγροτικές περιοχές.
- Το ποσοστό των παχύσαρκων παιδιών αυξήθηκε περισσότερο από 50% πανελλαδικά.
- Περίπου 4 στα 10 παιδιά είναι υπέρβαρα ή παχύσαρκα.
- Οι διατροφικές συνήθειες των παιδιών βαθμολογούνται με 5 (σε κλίμακα του 10).
- Η αερόβια αντοχή των μαθητών Δημοτικού μειώθηκε περισσότερο από 5%, με αποτέλεσμα να αυξάνεται ο κίνδυνος για καρδιαγγειακά νοσήματα κατά 150% περίπου.
- Ο προδιαθετικός γονιδιακός έλεγχος μπορεί να ανιχνεύσει την προδιάθεση για αυξημένα επίπεδα λιπιδίων και ομοκυστεΐνης, για ινσουλινοαντίσταση και υπερινσουλιναίμια.
- Η παιδική παχυσαρκία αποτελεί ισχυρό παράγοντα πρόβλεψης για παχυσαρκία στην υπόλοιπη ενήλικη ζωή, με καταστρεπτικές συνέπειες για την υγεία που χαρακτηρίζονται από συννοσηρές καταστάσεις και κατάθλιψη.

Τα παραπάνω δεδομένα προβληματίζουν και καθιστούν απαραίτητη την γονιδιακή εξέταση στους ενήλικες για προδιάθεση στην παχυσαρκία και τα συγγενή νοσήματα. Ακόμα περισσότερο όμως η πρόληψη μέσω εξέτασης DNA, η διατροφική παρέμβαση και η καθιέρωση της φυσικής δραστηριότητας στη ζωή των παιδιών αποτελεί χρέος κάθε γονέα.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- 1) "The body mass index of twins who have been reared apart". Stunkard AJ, Harris JR, Pedersen NL, McClearn GE. N Engl J Med. 1990; 322:1483-1487
- 2) "Environmental Contributions to the Obesity Epidemic" James O. Hill*, John C. Peters Science 29 May 1998: Vol. 280 no. 5368 pp. 1371-1374
- 3) Obesity Research: Volume 12, Issue 3, pages 369-439, March 2004
- 4) Inverse, but independent trends in obesity and fitness levels among Greek children: a time-series analysis from 1997 to 2007. Tambalis KD, et al. Obesity Facts, 2011 (in press).

Η **Genomed** σε συνεργασία με διεθνή διαπιστευμένα εργαστήρια και με το Κεντρικό Εργαστήριο Research Diagnostics (τεχνοβλαστό του Πανεπιστημίου Αθηνών, με επιστημονικό διευθυντή τον Δρ. Νικόλαο Δρακούλη, MD, PhD), έχει αναπτύξει υπηρεσίες Προδιαθετικής Γονιδιωματικής στην Ελλάδα αλλά και σε Διεθνές επίπεδο. Η συνεργασία αυτή εξασφαλίζει εφαρμογές γονιδιακού ελέγχου βασισμένες στις πιο σύγχρονες μεθόδους και εξειδικευμένη συμβουλευτική σε θέματα προδιάθεσης για την εμφάνιση πολυπαραγοντικών νοσημάτων.

 **head &
shoulders**

No.1

**ΑΝΤΙΠΙΤΥΡΙΔΙΚΟ ΣΑΜΠΟΥΑΝ
ΣΤΟΝ ΚΟΣΜΟ***

ΕΩΣ ΚΑΙ 100% ΧΩΡΙΣ ΠΙΤΥΡΙΔΑ**



Βαριατρική Χειρουργική:

από την απώλεια βάρους
στη διόρθωση του σακχα-
ρώδους διαβήτη τύπου 2

Άρθρο

Κ.Μ.Κωνσταντινίδης MD, PhD, FACS

Χειρουργός Ιατρικού Κέντρου Αθηνών

Σ.Κ.Χειρίδης MD, MSc, FACS

Πρόσφατες μελέτες δείχνουν ότι η παχυσαρκία παίρνει διαστάσεις επιδημίας. Σε ολόκληρη την Ευρώπη υπάρχουν 135 εκατομμύρια υπέρβαρα και παχύσαρκα άτομα από τα οποία τουλάχιστον 6 εκατομμύρια πάσχουν από νοσογόνο παχυσαρκία. Στην Ελλάδα τα ποσοστά είναι εξίσου ανησυχητικά. Η συχνότητα εμφάνισης της παχυσαρκίας ανέρχεται σε ποσοστό 26.0% στους άνδρες και 18.2% στις γυναίκες, ενώ τα αντίστοιχα ποσοστά για τα παιδιά αγγίζουν το 8.5% σε ηλικίες 7-12 ετών και 6% στην εφηβεία.

Νοσογόνος ορίζεται η παχυσαρκία όταν ο δείκτης μάζας σώματος ($BMI = \text{βάρους} / \text{ύψους}^2$) είναι μεγαλύτερος ή ίσος του 40 ή μεγαλύτερος ή ίσος του 35 παρουσία συνοδών παθήσεων που είναι αποτέλεσμα της παχυσαρκίας. Αξίζει να σημειωθεί ότι το προσδόκιμο επιβίωσης των νοσογόνα παχυσάρκων, είναι κατά 20 χρόνια μικρότερο από τα μη παχύσαρκα άτομα αντίστοιχης ηλικίας. Οι ασθενείς με $ΔΜΣ > 50$ χαρακτηρίζονται ως υπερνοσογόνα-παχύσαρκοι. Για τους ασθενείς αυτούς απαιτείται πιο επιθετική θεραπευτική προσέγγιση.

Η χειρουργική της νοσογόνου παχυσαρκίας αποτελεί τη μοναδική θεραπευτική πρόταση που μπορεί να διατηρήσει μακροπρόθεσμα την απώλεια βάρους, να συμβάλει στην ίαση των συνοδών της παχυσαρκίας παθήσεων και να βελτιώσει το επίπεδο ζωής. Οι λαπαροσκοπικές βαριατρικές επεμβάσεις πλεονεκτούν των αντίστοιχων ανοικτών στο μικρότερο χρόνο νοσηλείας, στη μικρότερη επίπτωση αναπνευστικών επιπλοκών, στην ελαχιστοποίηση των ποσοστών διαπύσης τραύματος και μετεγχειρητικών κηλών καθώς και στην ταχύτερη επάνοδο στην καθημερινή δραστηριότητα και εργασία.

Ο γαστρικός δακτύλιος θεωρείται και σήμερα η πιο ασφαλής βαριατρική επέμβαση, αν και τα αποτελέ-

σματά της εξαρτώνται κατά πολύ από τη συμπεριφορά και διατροφή του ίδιου του ασθενούς. Γύρω από το στομάχι, τοποθετείται ένας δακτύλιος σιλικόνης δημιουργώντας έτσι 2 διαμερίσματα στομάχου. Το άνω διαμέρισμα χωρητικότητας 15-20 ml δημιουργεί αίσθημα πρώιμου κορεσμού μετά από το γεύμα. Ο δακτύλιος φέρει εσωτερικώς ένα μπαλόνι που συνδέεται με βαλβίδα που τοποθετείται υποδορίως στην κοιλιακή χώρα. Όταν το μπαλόνι διατείνεται χορηγώντας φυσιολογικό ορό, είναι δυνατή η αυξομείωση του εύρους του στομίου μέσω του οποίου επικοινωνούν τα 2 διαμερίσματα.



Η επιμήκης γαστρεκτομή (γαστρεκτομή sleeve ή γαστρικό μανίκι) είναι μία μέθοδος που τελευταία κερδίζει έδαφος διότι εκτελείται σχετικά απλά με λαπαροσκοπική τεχνική. Συνίσταται στην δημιουργία με τη χρήση αυτόματων συρραπτικών μηχανημάτων ενός στενού σωλήνα κατά μήκος του ελάχιστον τόξου του στομάχου και αφαίρεση του υπολοίπου. Η επέμβαση έχει θεαματικά αποτελέσματα κατά τους πρώτους μήνες μετεγχειρητικά. Πρόσφατη γερμανική μελέτη (Απρίλιος, 2011) θέτει ερωτήματα για τις πιθανότητες σοβαρών επιπλοκών που έχει σε σχέση με τις άλλες βαριατρικές επεμβάσεις.

Η γαστρική πτύχωση είναι μία εναλλακτική περιοριστική επέμβαση κατά την οποία δημιουργείται στενός γαστρικός σωλήνας με την τοποθέτηση ραφών εξωτερικά στο στομάχι. Δεν υπάρχουν ακόμα αποτελέσματα μακροχρόνιων μελετών που να υποστηρίζουν την επέμβαση.

Η γαστρική παράκαμψη κατά Roux en Y (γαστρικό bypass) αποτελεί σήμερα τη συχνότερα εφαρμοζόμενη βαριατρική επέμβαση (65% των βαριατρικών επεμβάσεων παγκοσμίως) λόγω των πολύ καλών αποτελεσμάτων της στην απώλεια βάρους. Στη δεκαετή παρακολούθηση οι περισσότεροι ασθενείς διατηρούν απώλεια τουλάχιστον 50% του υπερβάλλοντος βάρους. Συνήθως εκτελείται λαπαροσκοπικά. Σε ποσο-

στό 30% οι ασθενείς μπορεί να παρουσιάσουν προβλήματα θρέψης (έλλειψη σιδήρου και βιταμίνης B12). Το μεγάλο πλεονέκτημα της μεθόδου είναι ότι μπορεί να εφαρμοστεί σε άτομα που καταναλώνουν πολλά γλυκά και επίσης στους υπερνοσογόνα παχύσαρκους. Η απώλεια υπερβάλλοντος βάρους είναι μεγαλύτερη και αποτελεσματικότερη από ότι μετά από τις επεμβάσεις περιοριστικού τύπου.

Η μίνι-γαστρική παράκαμψη επανέρχεται σήμερα στη λαπαροσκοπική και πιο δυναμική της έκδοση και μελετάται η αποτελεσματικότητα και η ασφάλειά της. Μοιάζει με τη κλασσική γαστρική παράκαμψη (Roux en Y) και έχει συγκρίσιμα αποτελέσματα ως προς την απώλεια βάρους. Πρόσφατη μελέτη από την Κίνα (Δεκέμβριος 2012) με 1657 ασθενείς έδειξε ίδια αποτελεσματικότητα στις δύο επεμβάσεις σε βάθος δεκαετίας. Η τεχνική είναι πιο απλή από το bypass: μετά από διαχωρισμό του στομάχου σε μικρό θύλακο, ο θύλακος αυτός συνδέεται απευθείας με το λεπτό έντερο παρακάμπτοντας μικρό τμήμα αυτού (200 cm). Η επέμβαση θεωρείται μόνιμη, αλλά μπορεί να αναστραφεί σε περίπτωση που παρουσιαστούν προβλήματα υπερβολικής δυσαπορρόφησης.

Φαρμακείο

—Advances—
ΕΛΕΝΗ ΡΕΛΛΙΑ ΤΕΡΙΑΚΗ

Φαρμακείο μέλος του Δικτύου Advance
www.advancepharmacies.gr



Φάρμακα / Ομοιοπαθικά / Τεμπληρώματα διατροφής
Δομωκολλυντικά / Φυσική φροντίδα / Φροντίδα μαλλιών
Βρεφική φροντίδα / Ανατομικά υποδήματα / Ορθοπαιδικά
Εισπρακτική υγιεινή / Φροντίδα σώματος / Υγιεινή

Τ. Σεχιώτη 25 Τρίπολη τηλ. - fax. 2710 239077
22 100 e-mail: info@erellia.gr

www.erellia.gr, www.pharmacy-shop.gr

Σύμφωνα με την Παγκόσμια Ομοσπονδία Διαβήτου (International Diabetes Federation), η βαριατρική Χειρουργική αποτελεί κατάλληλη θεραπεία για παχύσαρκα άτομα με ΣΔ τύπου 2 (IDF, 28 Μαρτίου 2011, Νέα Υόρκη). Πρόκειται για την πρώτη διεθνώς παραδοχή μίας νέας έννοιας στη χειρουργική, της **Χειρουργικής του Σακχαρώδους Διαβήτου Τύπου II**, ή όπως τείνει πλέον να καθιερωθεί ο όρος, της **«Μεταβολικής Χειρουργικής»**. Οι απαρχές του επαναστατικού αυτού όρου χρονολογούνται πίσω στο 1978 όταν οι Buchwald και Varco παρουσίασαν το βιβλίο τους με τίτλο «Μεταβολική Χειρουργική». Σήμερα ο όρος επικρατεί τελικά ως: *“το σύνολο των επεμβάσεων που διορθώνουν τον σακχαρώδη διαβήτη τύπου 2 και απαλλάσσουν τον ασθενή από την ανάγκη για αγωγή από το στόμα ή υποδορίως με ινσουλίνη”*.

Στο σημείο αυτό, θα πρέπει να τονιστεί ότι απώλεια βάρους δεν σημαίνει απαραίτητα «μεταβολική επέμβαση». Η βαριατρική έχει πολλές και ωφέλιμες μεταβολικές επιπτώσεις, οι οποίες όμως αν θεωρηθεί ότι αποτελούν συνέπεια της απώλειας βάρους, δεν της επιτρέπουν να καλείται «μεταβολική χειρουργική». Μία αμιγώς μεταβολική επέμβαση θα πρέπει να διορθώνει τη μεταβολική παθολογία, **ανεξάρτητα από την απώλεια βάρους**.

Επίσης, θα πρέπει να ληφθεί υπόψη ότι οι μεταβολικές διαταραχές που συνοδεύουν την παχυσαρκία (**μεταβολικό σύνδρομο**), όπως υπερχοληστεριναιμία, υπερτριγλυκεριδαίμια, αντίσταση στην ινσουλίνη και διαβήτης τύπου 2 μπορούν να ανευρεθούν **και σε μη παχύσαρκα άτομα**. Στην περίπτωση αυτή μία επέμβαση που αποσκοπεί στην απώλεια βάρους θα ήταν δυνητικώς επικίνδυνη. Συνεπώς, μία αμιγώς μεταβολική επέμβαση θα πρέπει να διορθώνει τα παραπάνω προβλήματα χωρίς να οδηγεί σε απώλεια βάρους στον μη-παχύσαρκο ασθενή.

Σε σειρά μελετών που ξεκινούν το 1986, η ομάδα του Scopinaro ανακοίνωσε ότι η επέμβαση χολοπαγκρεατικής παράκαμψης που πραγματοποιούσαν, ήταν αποτελεσματική στη διόρθωση του ΣΔ τύπου 2. Προκαλούσε μακροχρόνιο έλεγχο του βάρους, όχι λόγω δυσαπορρόφησης, αλλά δημιουργώντας μία φυσιολογική διόρθωση της διαιτητικής συμπεριφοράς και της απορρόφησης θερμίδων που επηρέαζε τη στροφή του σωματικού βάρους προς το φυσιολογικό και προς διατήρηση αυτού του βάρους.

Οι βαριατρικές επεμβάσεις που σήμερα διαμορφώνουν το σύνολο των μεταβολικών επεμβάσεων, επικεντρώνονται στη σημαντική βελτίωση ή ακόμα και εξάλειψη του ΣΔ τύπου 2 χωρίς σημαντική απώλεια βάρους.

Επεμβάσεις ειδικά σχεδιασμένες για τη θεραπεία του ΣΔ τύπου 2 είναι η **δωδεκαδακτυλο-νηστιδική παράκαμψη, το ενδοσκοπικό μανίκι, και η αντιμετάθεση ειλεού**. Ωστόσο οι νέες αυτές επεμβάσεις θα πρέπει να πραγματοποιούνται μόνο στα πλαίσια μελετών. Μεγάλο ερώτημα παραμένει κατά πόσο μπορούν να εφαρμοστούν οι επε-

βάσεις αυτές σε μη παχύσαρκους ασθενείς (Δείκτης Μάζας Σώματος <35). Στο πρώτο consensus μεταβολικής χειρουργικής που πραγματοποιήθηκε το 2007, συμφωνήθηκε ότι σε αυτούς τους ασθενείς, η ορθή εφαρμογή επεμβάσεων στον γαστρεντερικό σωλήνα για τη θεραπεία του διαβήτου αποτελεί **σοβαρή ερευνητική προτεραιότητα**. Αν και οι μεταβολικές επεμβάσεις παρουσιάζουν θετική σχέση κόστους-αποτελεσματικότητας και σε αυτή την ομάδα ασθενών σε 2 τουλάχιστον αξιόπιστες μελέτες, περαιτέρω έρευνα απαιτείται προτού διευρυνθούν οι ενδείξεις σε όλους τους ασθενείς με ΣΔ τύπου 2.

Η χειρουργική ομάδα του Δρ. Κ.Μ.Κωνσταντινίδη στο Ιατρικό Κέντρο Αθηνών έχει εικοσαετή εμπειρία με τις λαπαροσκοπικές επεμβάσεις νοσογόνου παχυσαρκίας και παρουσίασε τις πρώτες ρομποτικές επεμβάσεις για τη νοσογόνο παχυσαρκία στην Ελλάδα από το 2006. Με τη ρομποτική χειρουργική ελαχιστοποιούνται οι πιθανότητες επιπλοκών, ειδικά στις περιπτώσεις γαστρικού μανικιού, γαστρικού bypass λόγω της τρισδιάστατης, στερεοσκοπικής εικόνας και της καλύτερης δυνατότητας ενδοκοιλιακής συρραφής. Από το 2012 η ομάδα του Δρ. Κωνσταντινίδη φέρει επίσημα τον τίτλο του **Κέντρου Αριστείας για τη Χειρουργική της Νοσογόνου Παχυσαρκίας (Center of Excellence)** από την Παγκόσμια Ομοσπονδία Χειρουργικής της Νοσογόνου Παχυσαρκίας (IFSO).

Βιβλιογραφία- Αναφορές:

1. Buchwald, H. (2010). Metabolic Surgery: A Brief History and Perspective. Journal of Obesity Surgery and Related Diseases, 6: 221-222.
2. Csendes, A; Maluenda, F; Burgos, A.M. (2009). A prospective randomized study comparing patients with Morbid Obesity submitted to Laparoscopic Gastric Bypass with or without Omentectomy. Journal of Obesity Surgery, 19: 490- 494.
3. De Paula, A.L; Macedo, A.L.V; Mota, B.R; Schraibman, V. (2009). Laparoscopic Ileal Interposition associated to a Diverted Sleeve Gastrectomy is an Effective Operation for the Treatment of Type 2 Diabetes Mellitus in patients with BMI 21-29. Journal of Surgical Endoscopy, 23: 1313-1320.
4. De Paula, A.L; Macedo, A.L; Mota, B.R; Schraibman, V. (2009). Laparoscopic Ileal Interposition associated to a diverted Sleeve Gastrectomy is an effective Operation for the treatment of Type 2 Diabetes Mellitus in patients with BMI 21-29. Journal of Surgical Endoscopy, 23: 1313- 1320.
5. Dixon, J.B; O'Brien, P.E; Playfair, J et al. (2008). Adjustable Gastric Banding and conventional Therapy for Type 2 Diabetes: A randomized controlled Trial. JAMA, 299: 316- 323.
6. Ferzli, G.S; Dominique, E; Ciaglia, M; Bluth, M.H; Gonzalez, A; Fingerhut, A. (2009). Clinical Improvement after Duodenal- Jejunal Bypass for non- Obese Type 2 Diabetes despite minimal Improvement in Glycemic Homeostasis. World Journal of Surgery, 33: 972- 279.
7. Ramos, A.C; Galvão, Neto, M.P; de Souza, Y.M et al. (2009). Laparoscopic Duodenal-jejunal Exclusion in the Treatment of Type 2 Diabetes Mellitus in Patients with BMI up to 30 kg/m2. Journal of Obesity Surgery, 19: 307-312.
8. Rodriguez-Grunert, L; Galvao-Neto, M.P; Alamo, M; Ramos, A.C; Baez, P.B; Tarnoff, M. (2008). First Human Experience with Endoscopically delivered and retrieved Duodenal-jejunal Bypass Sleeve. Journal of Obesity Surgery and Related Diseases, 4: 55- 59.
9. Rubino, F; Forgione, A; Cummings, D.E; Vix, M; Gnulli, D; Mingrone, G et al. (2006). The Mechanism of Diabetes Control after Gastrointestinal Bypass Surgery reveals a role of the Proximal Small Intestine in the Pathophysiology of Type 2 Diabetes. Journal of Annual Surgery, 244: 741-749.
10. Rubino, F; Kaplan, L.F; Schauer, P.R; Cummings D.E. (2009/ November). On behalf of the Diabetes Surgery Summit Delegates. The Diabetes Surgery Summit Consensus Conference: Recommendations for the Evaluation Anduse of Gastrointestinal Surgery to treat type 2 Diabetes Mellitus. Journal of Annual Surgery.
11. Rubino, F; Marescaux, J. (2004). Effect of Duodenal- Jejunal Exclusion in a non-obese animal model of Type 2 Diabetes: A new Perspective for an Old Disease. Journal of Annual Surgery, 239: 1- 11.
12. Scopinaro, N. (2010). Metabolic Surgery: A New Surgical Discipline? Journal of Medical Sciences, 3(1): 28-34.
13. Δήλωση Θέσεων Διεθνούς Ομοσπονδίας Διαβήτου 2011: <http://www.idf.org/webdata/docs/IDF-Position-Statement-Bariatric-Surgery.pdf>
14. Weiner RA, Theodoridou S, Weiner S. Failure of laparoscopic sleeve gastrectomy—further procedure? Obes Facts. 2011;4(Suppl 1):42-6
15. Lee WJ, Ser KH, Lee YC, Tsou JJ, Chen SC, Chen JC. Laparoscopic Roux-en-Y Vs. mini-gastric bypass for the treatment of morbid obesity: a 10-year experience. Obes Surg. 2012 Dec;22(12):1827-34
16. D.Bradley, C.Conte, B.Mittendorfer et al. Gastric bypass and banding equally improve insulin sensitivity and β cell function. J.Clin Invest. 2012;122(12):4667-4674.

**Το κέντρο Φυσικοθεραπείας και Χειροθεραπείας (θεραπεία
διά των χειρών) “PHYSIOANATAXIS” στην Βάρη, αποτελεί μια
σύγχρονη μονάδα αντιμετώπισης και αποκατάστασης ορθο-
πεδικών παθήσεων, αθλητικών κακώσεων, ρευματολογικών
και νευρολογικών παθήσεων.**



Ιδρυτές του κέντρου είναι οι Φυσικοθεραπευτές- Χειροθεραπευτές Απόστολος Π. Χριστοδουλίδης και η Ερμίνα Π. Χριστοδουλίδου, απόφοιτοι της Ανωτάτης Σχολής Φυσικοθεραπείας Αθηνών.

Στο φυσικοθεραπευτήριο εφαρμόζονται ειδικές τεχνικές Χειροθεραπείας (θεραπεία δια των χειρών). Η ειδικότητα αυτή είναι παγκοσμίως γνωστή ως “manual therapy”. Αποτελεί ένα ειδικό κομμάτι της φυσικοθεραπείας για την αποκατάσταση μυϊκών, σκελετικών προβλημάτων καθώς και για προβλήματα περιφερικών νεύρων. Με βάση τη συγκεκριμένη μέθοδο, αφού πρώτα γίνει ένα λεπτομερές ιστορικό και αξιολόγηση του ασθενούς, εφαρμόζουμε ειδικές τεχνικές κινητοποίησης των αρθρώσεων και των οστών ώστε να πετύχουμε την μείωση των συμπτωμάτων και να αποκαταστήσουμε την σωστή “βιομηχανική” του πάσχοντος σημείου χρησιμοποιώντας πολύ εξειδικευμένες τεχνικές που περιλαμβάνουν χειρισμούς και θεραπευτικές ασκήσεις, με βάση την κλινική τεκμηρίωση και επιστημονική απόδειξη.

Άλλη μέθοδος Ορθοπεδικής Φυσικοθεραπείας του μυοσκελετικού συστήματος που εφαρμόζεται στο κέντρο μας, είναι η μέθοδος “McKenzie”. Βασίζεται στη Μηχανική Διάγνωση και Θεραπεία της σπονδυλικής στήλης και άκρων. Ομαδοποιεί τη συμπεριφορά του σπονδυλικού και αρθρικού πόνου μηχανικής αιτιολογίας και με βάση το αποτέλεσμα της αξιολόγησης ορίζεται η αποκατάσταση, δίνοντας έμφαση στην αυτοθεραπεία των ασθενών κατά την διάρκεια της μη παρουσίας τους στο κέντρο.

Σημαντικό κομμάτι της αποκατάστασης αποτελεί η ειδική εκπαίδευση του ασθενούς ώστε να μην ξαναπάθει το πρόβλημα για το οποίο ήρθε σε εμάς, δίνοντας του ειδικό και απλό ασκησιολόγιο που θα μπορεί να εφαρμόζει με ευκολία στη καθημερινότητά του.

Το κέντρο ειδικεύεται και στην αποκατάσταση νευρολογικών παθήσεων όπως ημιπληγίες, εγκεφαλικά επεισόδια, Parkinson, σκλήρυνση κατά πλάκας κ.α. Για τη θεραπεία αυτών των καταστάσεων εφαρμό-

ζουμε την μέθοδο P.N.F. (Ιδιοδέκτρια Νευρομυϊκή Διευκόλυνση). Η μέθοδος βασίζεται πάνω σε διαγώνια “πατέντα” κίνησης, κατορθώνοντας με αυτόν τον τρόπο την καλύτερη συνεργασία νευρικού συστήματος με τον υπόλοιπο κορμό και τα άκρα.

Μεγάλη βαρύτητα δίνεται στην ανάλυση της βάδισης των ασθενών μέσω σύγχρονου μηχανήματος πελματογραφίας. Το πελματογράφημα καταγράφει και αναλύει την κατανομή των πιέσεων στο πέλμα. Σύμφωνα με τα αποτελέσματα που θα προκύψουν, κατασκευάζονται ειδικά εξατομικευμένα “ορθωτικά” πέλματα, τα οποία στοχεύουν στην διόρθωση της κατανομής των πιέσεων και την ελαχιστοποίηση των τραυματισμών σε αρθρώσεις, σπονδυλική στήλη, μύες και συνδέσμους.

PHYSIOANATAXIS

Κέντρο Φυσικοθεραπείας Χειροθεραπείας

Απόστολος Π. Χριστοδουλίδης

Φυσικοθεραπευτής-Χειροθεραπευτής
Πτυχιούχος Μεθόδου McKENZIE
Κιν:6937408797

Ερμίνα Π. Χριστοδουλίδου

Φυσικοθεραπεύτρια-Χειροθεραπεύτρια
Πτυχιούχος Ανωτάτης Σχολής
Φυσικοθεραπείας Αθηνών
Κιν:6936734455

**Παπαφώτη 52, Βάρη, Τ/Φ: 210-9654979
e-mail: ap.christodoulides@gmail.com**

A close-up photograph of a woman's face. She has dark hair pulled back and is looking directly at the camera. On her right cheek, there is a piece of translucent adhesive bandage. She is holding the edge of the bandage with her right hand, as if about to peel it off. The background is a soft, out-of-focus light color.

Η ακμή και οι βασικοί χειρισμοί αντιμετώπισής της σήμερα

Άρθρο
Μάρκος Αϊβαλιώτης, MD, PhD,
Δερματολόγος – Αφροδισιολόγος,
Επιστημονικός Υπεύθυνος Δερματολογικού
Τμήματος “ΙΑΣΩ General”.

Πρόκειται για μία, συχνότατη, χρόνια, καλοήγη, φλεγμονώδη πάθηση του δέρματος που προσβάλλει κυρίως το πρόσωπο, την ράχη, τους ώμους και το στήθος. Πρωτοεμφανίζεται με την έναρξη της εφηβείας και στα δυο φύλα. Κάνει εξάρσεις και υφέσεις ποικίλης διάρκειας, ενώ και ο αριθμός των υποτροπών ποικίλει επίσης.

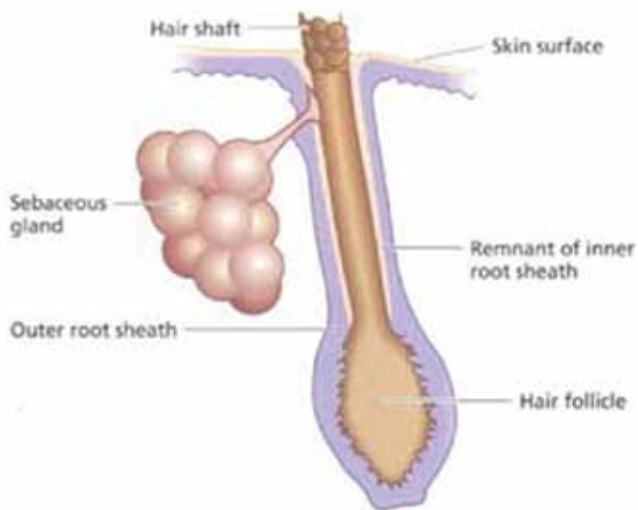
Δεν είναι τέλος σταθερή η ηλικία κατά την οποία η πάθηση παύει να είναι ενεργός αν και κάτι τέτοιο συμβαίνει συχνά κατά την τέταρτη δεκαετία της ζωής. Συχνά παρατηρείται βελτίωση με τα θερινά μπάνια ειδικά στις ήπιες μορφές. Παροδικές, μικρές εξάρσεις συνοδεύουν

την έλευση της εμμηνης ρύσης σε πολλές νεαρές γυναίκες. Ουσιαστικά το 80-85% των ανθρώπων νεαρής ηλικίας θα παρουσιάσει κάποτε έστω και μικρής έντασης ακμή. Εάν εξαιρεθούν ορισμένες σπάνιες μορφές πολύ βαριάς ακμής, η θεραπεία της γίνεται κύριως για να περιορισθούν πολύ οι πιθανότητες σχηματισμού κυστών και μόνιμων ουλών. Συνήθως μας απασχολεί η ονομαζόμενη «κοινή ακμή» σε αντιδιαστολή με άλλες μορφές ακμής που οφείλονται σε συγκεκριμένα εξωτερικά αίτια, η λήψη στεροειδών, η χρόνια επαφή με πετρελαιοειδή, η χρήση ορισμένων καλλυντικών κρεμών κ.ά.

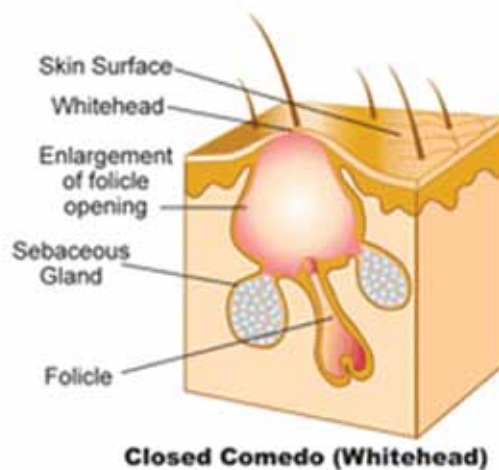
Αιτιοπαθογένεια

Η ακμή εδρεύει στις τριχοσηγηματογόνες συσκευές του δέρματος. Κατά την εφηβεία συμβαίνει μια “προγραμματισμένη” έναρξη αύξησης της παραγωγής και έκκρισης σμήγματος από τους σημηματογόνους αδένες. Είναι τότε που οι μοριακοί υποδοχείς των αδένων αυτών γίνονται ευαίσθητοι στην παρουσία ανδρογόνων. Η ακμή είναι πάθηση πολυπαραγοντικής αιτιολογίας. Θεωρούμε ότι οι σημηματογόνοι αδένες

των πασχόντων υπερλειτουργούν παράγοντας μεγάλες ποσότητες σμήγματος είτε λόγω “υπερευαισθησίας” των μοριακών υποδοχέων τους σε φυσιολογικά επίπεδα ανδρογόνων στο αίμα είτε λόγω πραγματικής αύξησης επιπέδων των ανδρογόνων. Η πρώτη περίπτωση αφορά την πλειονότητα, ενώ η δεύτερη αφορά την συνύπαρξη συνδρόμου πολυκυστικών ωοθηκών ή και άλλων ενδοκρινικών δυσλειτουργιών κυρίως των γυναικών. Επίσης, ίσως να συμβαίνει και αυξημένη μετατροπή της τεστοστερόνης σε ενεργό δεϋδροτεστοστερόνη με την δράση του ενζύμου 5α ρεδοκτάσης στο ίδιο το δέρμα ανδρών και γυναικών, γύρω από τους σμηγματογόνους αδένες. Όμως, για να εκδηλωθούν οι δερματικές αλλοιώσεις της ακμής συμβαίνει επιπλέον και μία απόφραξη των εκφορητικών πόρων των σμηγματογόνων αδένων. Η απόφραξη αυτή οφείλεται σε υπερδραστηριότητα της κερατινοποίησης γύρω από τους πόρους αυτούς. Το ερέθισμα γι’ αυτήν την υπερδραστηριότητα δεν είναι σαφώς γνωστό. Το αποτέλεσμα, όμως, όλων αυτών είναι η διόγκωση και τελικά η ρήξη ολόκληρης της τριχοσμηγματογόνου συσκευής. Έτσι αναπτύσσεται φλεγμονή γύρω από τους ραγέντες σμηγματογόνους αδένες. (Εικόνες 1,2) Ρόλο στη φλεγμονή έχει και η τοπική χλωρίδα του δέρματος και κυρίως το προπιονικό βακτηρίδιο της ακμής (*P. acne*), το οποίο πολλαπλασιάζεται καλύτερα στις συνθήκες αυτές. Μελέτες γίνονται και για το ρόλο μεταβολικών διαταραχών (λιπιδίων ή άλλων ουσιών) στο μικροπεριβάλλον των σμηγματογόνων αδένων. Η κληρονομικότητα αφορά κυρίως την τάση εκδήλωσης ακμής βαριάς μορφής σε μέλη της ίδιας οικογένειας.



Εικόνα1. Η φυσιολογική τριχοσμηγματογόνος συσκευή. Ο σμηγματογόνος αδένας (sebaceous gland) είναι προσαρτημένος στον τριχικό θύλακο, όπου αδειάζει το έκκριμά του (το σμήγμα), για να απλωθεί στην επιφάνεια του δέρματος (skin surface)



Εικόνα 2. Έναρξη βλάβης ακμής. Το υπερπαραγόμενο έκκριμα του σμηγματογόνου αδένος (σμήγμα) δεν βρίσκει οδό διαφυγής λόγω παράλληλης απόφραξης του εκφορητικού του πόρου. Η τριχοσμηγματογόνος συσκευή διατείνεται και πιθανόν να διαρραγεί.

Κλινικές εκδηλώσεις

Παρατηρούνται τέσσερα είδη βλαβών του δέρματος σε ποικίλες εκτάσεις στις περιοχές του σώματος που αναφέρθηκαν πιο πάνω.

(α) Φαγέσωρες, δηλ. μικρά στίγματα (σπυράκια) που προέρχονται από απόφραξη εξόδου του περιεχομένου των σμηγματογόνων αδένων.

Φαρμακείο

Δέσποινα Γ. Κικίδου

Ομοιοπαθητικά φάρμακα
Φυτικά καλλυντικά
Βοτάνια
Βιταμίνες-συμπληρώματα διατροφής
Φυτικές βαφές
Προϊόντα αδυνατισματος
Φυσικά μίγματα αιθερίων ελαίων
Λαδιά για μασάζ

Ανθοϊαμάτα bach
Κτηνιατρικά φάρμακα
Ορθοπεδικά προϊόντα
Καλσόν φλεβιτιδας
Προϊόντα βρεφικής περιποίησης
Δερματολογικά καλλυντικά
Περιποίηση
προσώπου-σώματος

ΠΟΛΥΧΡΟΝΗ ΕΜΠΕΙΡΙΑ ΣΤΗΝ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ ΔΕΡΜΑΤΟΛΟΓΙΚΩΝ ΚΑΙ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑΚΩΝ
ΣΚΕΥΑΣΜΑΤΩΝ ΣΤΟ ΠΛΗΡΩΣ ΕΞΟΠΛΙΣΜΕΝΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΜΑΣ

Αγ. Αλεξάνδρου 100
Π. Φάληρο, Τηλ: 210 9850437

Διαχωρίζονται σε «ανοικτούς» που εμφανίζονται σαν «μαύρα στίγματα» και «κλειστούς» όταν φέρουν μια λευκάουσα κορυφή.

(β) Βλατίδες, δηλ. ερυθρές, ψηλαφητές, φλεγμαίνουσες αλλοιώσεις του δέρματος (κόκκινα σπυριά) που συχνά αποτελούν την μετεξέλιξη των φαγεσώρων.

(γ) Φλύκταινες, δηλ. βλατίδες που περιέχουν εμφανώς πύον.

(δ) Κύστιδια ή και κύστεις, οι οποίες (όπως και οι φλύκταινες σε μικρότερο βαθμό) αφήνουν συχνά μετά την αποδρομή τους τις γνωστές ουλές της ακμής.

Πολύ σπάνια μπορεί να εκδηλωθούν αιφνίδιες εξάρσεις εξαπλωμένης ακμής με έντονο το στοιχείο της φλεγμονής και της επιμόλυνσης (π.χ. στην «κεραυνοβόλο ακμή», που είναι και μία βαριά αλλά ευτυχώς σπάνια κατάσταση).

Υπάρχει σχηματικός τρόπος κατάταξης της ακμής σε 4 ή 5 κατηγορίες ανάλογα με την βαρύτητα, κάτι που βοηθά και στην επιλογή της εκάστοτε θεραπείας. Μία διαδεδομένη κατάταξη βασιζόμενη στο είδος των βλαβών που επικρατεί διαχωρίζει την ακμή σε φαγεσωρική, βλατιδώδη, βλατιδοφλυκταινώδη και κυστική που είναι η συγκριτικά βαρύτερη μορφή. (Εικόνες 3,4)



Εικόνα 3. Φαγέσωρες, βλατίδες και φλύκταινες. Πρόκειται για τη «βλατιδοφλυκταινώδη» μορφή ακμής.

Κλειστοί, ανοικτοί φαγέσωρες, βλατιδοφλύκταινες και κύστεις κοινής ακμής.



Εικόνα 4. Επικρατούν οι κύστεις, ενώ συνυπάρχουν και τα άλλα είδη βλαβών της ακμής (Κυστική μορφή της ακμής)

Συσχέτιση της ακμής με τη διαίτα ή άλλους παράγοντες

Σε ορισμένους η συχνή λήψη κακάο ή σοκολάτας είναι επιβαρυντική. Ορισμένα καλλυντικά προσώπου με λιπαρές βάσεις μπορούν να επιδεινώσουν την ακμή.

Η κακή και όχι ισορροπημένη διατροφή, όπως και το πολύ κάπνισμα μπορεί να μειώσουν την αποτελεσματικότητα της θεραπείας.

Θεραπεία της ακμής

Η θεραπεία χωρίζεται σε τοπική ή συνδυασμό τοπικής με per os ανάλογα με την βαρύτητα. Η παρακολούθηση πρέπει να γίνεται μόνον από τον ειδικό Δερματολόγο επειδή η δραστηριότητα των θεραπειών απαιτεί χρόνο και επιπλέον ορισμένες πιθανές παρενέργειες πρέπει να αντιμετωπισθούν έγκαιρα και κατάλληλα.

Τοπική θεραπεία : Καθημερινή χρήση ειδικών υγρών καθαριστικών προσώπου με σκοπό την απομάκρυνση της περίσσειας σμήγματος ή κερατινοκυττάρων από την επιδερμίδα ώστε να είναι αποδοτικότερη και η φαρμακευτική τοπική θεραπεία. Σε ορισμένες περιπτώσεις με παρουσία πολλών φαγεσώρων συνιστάται βαθύτερος αισθητικός καθαρισμός (ή καθαρισμοί) σε χρόνο που θα υποδείξει ο θεράπων Δερματολόγος ιατρός, ο οποίος πιθανώς να πραγματοποιήσει και ορισμένες συνεδρίες χημικού peeling, εάν το κρίνει σκόπιμο.

Τα τοπικά φαρμακευτικά σκευάσματα καθημερινής χρήσης περιλαμβάνουν ρετινοειδή (ισοτρετινοίνη, αδαπαλενη, ταζαροτένη) που κυρίως προσπαθούν να μειώσουν την υπερδραστηριότητα των σμηματογόνων αδένων και την υπερπαραγωγή κερατίνης, αντιβιοτικά (κλινδαμυκίνη, ερυθρομυκίνη, τετρακυκλίνες), και άλλες ουσίες όπως το υπεροξειδιο του βενζολίου, το αζελαϊκό οξύ κ.ά. που έχουν αντιφλεγμονώδη κυρίως δράση στο δέρμα.

Συστηματική per os θεραπεία : Περιλαμβάνει σε πρώτη φάση την λήψη αντιβιοτικών όπως της ομάδας της ερυθρομυκίνης και των τετρακυκλινών. Δεν ανταποκρίνονται όλοι οι ασθενείς το ίδιο ικανοποιητικά σε μια συγκεκριμένη ουσία. Γενικά φαίνεται μια ελαφρά υπεροχή της μινκυκλίνης πιθανώς λόγω και της σχετικά υψηλότερης παράλληλης αντιφλεγμονώδους δράσης της στην ακμή. Η θεραπεία με μινκυκλίνη διαρκεί 3 – 6 μήνες. Διακόπτεται και ενωρίτερα στις λίγες περιπτώσεις φωτοευαισθησίας και εκδηλώσεων αυξημένης ενδοκοιλιακής υπέρτασης (κεφαλαλγία, ζάλη). Δεν χορηγείται μαζί με ρετινοειδή per os ή αντισυλληπτικά, σίδηρο, ασβέστιο κ.ά.

Τα αντισυλληπτικά βοηθούν ειδικά όταν υπάτρη και διαπιστωμένο υπόβαθρο ενδοκρινικής δυσλειτουργίας, όπως σύνδρομο πολυκυστικών ωοθηκών κ.ά. Κατάλληλα είναι αυτά με χαμηλές δόσεις συνδυασμών αιθυνλοιστραδιόλης και μη ανδρογόνων προγεστεροειδών. Ίσως δεν βοηθούν εύκολα στην κυστική μορφή της πάθησης, αλλά κατά τα άλλα την καταστέλλουν σε μεγάλο ποσοστό. Το πρόβλημα είναι ότι χρειάζονται 2 – 4 μήνες για να εκδηλώσουν την αποτελεσματικότητά τους, ενώ η ακμή συνήθως επανενεργοποιείται μετά την διακοπή τους. Η απόφαση για μακροχρόνια λήψη τους πρέπει να εξετάζεται με γνώμονα και τις πιθανές παρενέργειες. Σε πολλές περιπτώσεις είναι απαραίτητη η συνεργασία και ειδικού Ενδοκρινολόγου ή Γυναικολόγου.



Ευτεταγμένα φαρμακεία

Νικόλαος Δαριλούλης
Αλίκη Κουτουρούση & ΣΙΑ Ο.Ε.

Ορθοπαιδικά
Ανατομικά Παπούτσια
Ομοιοπαθητικά
Πιεσόμετρα-Ζαχαρόμετρα

ΤΣΙΜΙΣΚΗ 7 & ΙΩΝΟΣ ΔΡΑΓΟΥΜΗ
ΤΗΛ 2310 547633 FAX 2310 547632
ΚΙΝΗΤΟ 6945-273.159
ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ

Το ρετινοειδές ισοτρετινοίνη προσφέρει τα καλύτερα αποτελέσματα ακόμη και για την κυστική μορφή της νόσου. Δρα στους σμηγματογόνους αδένες ρυθμίζοντας την παραγωγή σμήγματος αλλά και στην γειτονική επιδερμίδα ρυθμίζοντας την παραγωγή κερατίνης ώστε να μην φράσσονται οι εφορητικοί πόροι των αδένων αυτών. Πιθανώς να έχει και άλλες δράσεις που ερευνώνται. Ενας κύκλος θεραπείας ολοκληρώνεται συνήθως σε 4 – 6 ή 8 μήνες. Μετά την περάτωση της θεραπείας διατηρείται μακροχρόνια ύφεση σε μεγάλο ποσοστό ασθενών χωρίς να αποκλείεται για κάποιους η επανάληψη ενός ή δυο κύκλων θεραπείας. Η διακύμανση της ημερίσιας δόσης ανα kg βάρους σώματος αλλά και η όλη παρακολούθηση πρέπει να γίνονται μόνον από τον θεράποντα Δερματολόγο με τις απαιτούμενες τακτικές αιματολογικές και βιοχημικές εξετάσεις. Δοσοεξαρτώμενες μεταβολές μπορεί να παρατηρηθούν στον μεταβολισμό των λιπιδίων, την ηπατική λειτουργία (κυρίως όταν συγχρησιμοποιούνται αντι-συλληπτικά), την αιματολογική εικόνα κλπ. Δεν πρέπει να ξεχνάμε και την τερατογόνο δράση του φαρμάκου που θεωρείται πιθανή ακόμη και 1 μήνα μετά την διακοπή του.

Για επίμονες μεμονωμένες κύστες μπορεί να δοκιμασθεί και ενδοβλαβική εγχυση κατάλληλα αραιωμένων διαλυμάτων στεροειδούς, ενώ για επίμονους, αναπαραγόμενους φαγέσωρες εφαρμόζονται μέθοδοι δερματοχειρουργικής στο ιατρείο.

Η κεραυνοβόλος ακμή αν και πολύ σπάνια είναι μια σοβαρή κατάσταση που χρειάζεται νοσοκομειακή υποστήριξη. Κατά τα τελευταία έτη γίνεται προσπάθεια αντιμετώπισης της ακμής με φωτοδυναμική θεραπεία (PDT), η οποία, αν και έχει ορισμένες παραλλαγές, συνίσταται συνήθως σε συνεδρίες επάλειψης των βλαβών του δέρματος από φωτοευαίσθητη ουσία (όπως το 5 – αμινολεβουλινικό οξύ ή 5 –ALA) ακολουθούμενης από έκθεση σε ακτινοβολία «blue light». Η μέθοδος δείχνει προς το παρόν να βοηθά στη μέτριας έντασης ακμή. Ανάλογη αποτελεσματικότητα έχει και η θεραπεία με συνεδρίες έκθεσης στο Nd:YAG laser (1064nm).

Αντιμετώπιση των ουλών της ακμής:

Η αντιμετώπισή τους εξετάζεται μόνον όταν η ακμή είναι σε ύφεση για διάστημα κάποιων μηνών.

Η θεραπεία επιλέγεται μόνον από ιατρό Δερματολόγο με εμπειρία στην αισθητική, επεμβατική Δερματολογία. Συνήθως αποφεύγεται κατά τους μήνες με έντονη ηλιοφάνεια (Μάιο – Σεπτέμβριο).

Οι προτεινόμενες θεραπείες επιδιώκουν αφ'ενός μια ριζική ανανέωση των στρωμάτων της επιδερμίδας (resurfacing) και αφ'ετέρου την αναδιάταξη (remodeling) του κολλαγόνου στο κυρίως δέρμα (χόριο).

(α) Βαθύ χημικό peeling : Συνήθως χρειάζεται μία ή και διαδοχικές συνεδρίες μέχρι να επιτευχθεί ικανοποιητικό αποτέλεσμα. Η επιλογή της χημικής οξίνης ουσίας και οι συγκεντρώσεις εξατομικεύονται. Προτιμώνται, πάντως, υψηλές συγκεντρώσεις (>30%) τριχλωροξικού οξέος (TCA) για την καλύτερη δυνατή αποτελεσματικότητα με το μικρότερο δυνατό αριθμό συνεδριών.

(β) Δερμοαπόξεση (dermabrasion) : Έχει πολύχρονη παρουσία στην αντιμετώπιση των ουλών ακμής. Είναι αιματηρή διαδικασία με σχετικά υψηλό ποσοστό μετεπεμ-

βατικών επιπλοκών - δυσχρωμιών του δέρματος κυρίως – κάτι που έχει λίγο περιορίσει την εφαρμογή της κατά τα τελευταία έτη. Η εκτεταμένη τοπική αναισθησία προσώπου είναι απαραίτητη. Δεν απαιτείται νοσηλεία. Απαιτείται, όμως, εντατική τοπική θεραπεία και ανάπαυση στο σπίτι κατά τις πρώτες ημέρες όπως και πολύμηνη χρήση καλλυντικών και αντηλιακών σκευασμάτων. Συνήθως επιδιώκεται μια εφ'άπαξ θεραπεία της οποίας τα αποτελέσματα γίνονται αισθητά μετά από 6 -12 μήνες.

(γ) Laser : Συνήθως γίνεται μια εφάπαξ συνεδρία με κατά τεκμήριο ικανοποιητικά αποτελέσματα, που γίνονται εμφανή 6 – 8 μήνες αργότερα. Η εφαρμογή του Erbium - YAG laser με την κατά περίπτωση συνδρομή του υπερπαλμικού laser CO2 ή του fractional laser CO2 φαίνεται να έχουν τα καλύτερα αποτελέσματα με τη μικρότερη δυνατή επιβάρυνση του δέρματος. Η εκτεταμένη τοπική αναισθησία του προσώπου είναι και εδώ απαραίτητη χωρίς να απαιτείται νοσηλεία. Ισχύουν, επίσης, ο περιορισμός της ανάπαυσης στο σπίτι κατά τις πρώτες μετεπεμβατικές ημέρες, όπως και η πολύμηνη μετεπεμβατική χρήση καλλυντικών σκευασμάτων. Προτιμώνται παράγοντες ενυδάτωσης συνδυαζόμενοι με παράγοντες κατά του ερυθήματος (π.χ. φλαβονοειδή) και με αντηλιακή προστασία. Η εμπειρία του Δερματολόγου ιατρού και η σωστή συνεργασία του/της ασθενούς κατά το πρώτο χρονικό διάστημα μετά την επέμβαση είναι καθοριστικοί παράγοντες για την επιτυχία της μεθόδου.(Εικόνα 5).

(δ) Συνδυασμός δερματοχειρουργικών τεχνικών με laser.



BEFORE



AFTER

Εικόνα 5. Πάνω ασθενής περίπου ένα έτος μετά την περάτωση της αγωγής κατά της ενεργού ακμής. Φαίνονται οι εναπομείνουσες ουλές. Κάτω ο ίδιος ασθενής λίγους μήνες μετά τη θεραπεία των ουλών με laser.

" Η υγεία και η ευτυχία
είναι το μέτρο όλων των
πραγμάτων"

- ΕΠΙΚΟΥΡΟΣ



ΦΑΡΜΑΚΕΙΟ

ΓΕΩΡΓΙΟΥ Ι. ΠΑΠΑΪΩΑΝΝΟΥ

- Ομοιοπαθητική, Φυτοθεραπεία,
- Αρωματοθεραπεία, Γεμμοθεραπεία,
- Οργανοθεραπεία, Λιθοθεραπεία,
- Βιοχημικά άλατα Schuessler,
- Ολιγοστοιχεία,
- Ανθοϊάματα,
- Φυτικά καλλυντικά,
- Συμπληρώματα διατροφής

Ασκληπίου 144, (τέρμα Ιπποκράτους), Νεάπολη, Αθήνας,
τηλ: 210.64.54.903, fax: 210.64.35.586, giorgospapaioannou@medicum.gr

ΠΛΗΡΩΣ ΕΞΟΠΛΙΣΜΕΝΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΟΜΟΙΟΠΑΘΗΤΙΚΗΣ





Μέλασμα

Άρθρο

Ζωγράφω Τσιούμα

Δερματολόγος – Αφροδισιολόγος

Το μέλασμα αποτελεί φαιά ή καστανόφαιη υπερμελάγχρωση του προσώπου ή κάποιες φορές και του λαιμού, αν και ταλαιπωρεί πολύ κόσμο τα αίτια δεν είναι ακόμη απολύτως γνωστά.

Παράγοντες, που φαίνεται να εμπλέκονται στην αιτιοπαθογένεια της νόσου είναι:

1) Οιστρογόνα (συνθετικά ή φυσικής προέλευσης) και προγεστερόνη. Το νόσημα συσχετίζεται με την εγκυμοσύνη, τη λήψη αντισυλληπτικών δισκίων καθώς επίσης και με τους ωθητικούς όγκους, αφού σύμφωνα με τελευταίες έρευνες τα μελανοκύτταρα διαθέτουν υποδοχείς οιστρογόνων, που διεγείρουν τα κύτταρα αυτά να υπερλειτουργούν.

2) Καλλυντικά, που περιέχουν σαλικυλικό ή κιτρικό οξύ, συντηρητικά κλπ.

3) Φάρμακα (φαινυτοίνη, αντιεπιληπτικά, φωτοτοξικά φάρμακα.)

4) Η ηλιακή ακτινοβολία- παρατηρείται έξαρση του μελάσματος μετά από αλόγιστη έκθεση στον ήλιο).

5) Γενετικοί και φυλετικοί παράγοντες -εμφανίζεται με μεγαλύτερη συχνότητα σε άτομα της ίδιας οικογένειας όπως επίσης σε μελαμψά άτομα, Ισπανούς, Ασιάτες και άτομα, που ανήκουν στη μαύρη φυλή.

6) Αυτοάνοση θυρεοειδίτιδα.

Το μέλασμα απαντά πιο συχνά στις γυναίκες, ενώ είναι γνωστό και ως χλόασμα ή μάσκα της εγκυμοσύνης. Εμφανίζεται με τη μορφή μιας ή περισσότερων πιο σκούρων κηλίδων, που κατανέμονται συμμετρικά στο μέτωπο, στις παρειές (μάγουλα), στη ράχη της μύτης, στο άνω χείλος (τύπος μουστακιού), στο πηγούνι αλλά και στο V του λαιμού.

Ιστολογικά το μέλασμα διακρίνεται σε τέσσερις μορφές ανάλογα με το βάθος εναπόθεσης της μελανίνης.

Πιο συγκεκριμένα υπάρχει:

- ο επιδερμικός τύπος, όπου η αυξημένη ποσότητα μελανίνης εντοπίζεται στην επιδερμίδα,

- ο χοριακός τύπος, όπου το πρόβλημα οριοθετείται στην περιοχή του χορίου,
- ο μικτός τύπος, που αποτελεί συνδυασμό των δυο προηγούμενων και τέλος
- ο ακαθόριστος τύπος, που εμφανίζεται συνήθως σε ασθενείς με πολύ σκούρο δέρμα.

Η ταξινόμηση αυτή είναι πολύ σημαντική γιατί καθορίζει την ανταπόκριση του νοσήματος στην εκάστοτε θεραπεία. Έτσι στην περίπτωση της επιδερμικής μορφής μελάσματος η απάντηση στη χρήση τοπικών λευκαντικών παραγόντων ή σε άλλες θεραπείες είναι πολύ καλή έως άριστη. Στις άλλες περιπτώσεις όμως δύσκολα επιτυγχάνεται ικανοποιητικό θεραπευτικό αποτέλεσμα.

Η διάγνωση γίνεται με τη βοήθεια του φωτισμού, που παρέχει η λυχνία του Wood.

Σε ότι αφορά στη θεραπεία θα πρέπει να τονίσουμε ότι προς το παρόν δεν υπάρχει ικανοποιητική θεραπευτική αντιμετώπιση του μελάσματος αφού πολύ συχνά η κατάσταση υποτροπιάζει.

Συνιστώμενες θεραπείες είναι:

A) Λευκαντικοί παράγοντες (Υδροκινόνη, ασκορβικό οξύ, αζελαϊκό οξύ).

Η υδροκινόνη φαίνεται να είναι η πλέον αποτελεσματική λευκαντική ουσία, ενώ η αποτελεσματικότητά της σχετίζεται άμεσα με τη συγκέντρωση της ουσίας, με το έκδοχο, που χρησιμοποιείται όπως επίσης και με τη χημική σταθερότητα του τελικού προϊόντος. Όταν η χρήση των ουσιών αυτών γίνεται ελεγχόμενα και πάντα υπό την τακτική επίβλεψη του δερματολόγου τότε και οι παρενέργειες είναι ελάχιστες.

Κάποιες από αυτές είναι η αλλεργική δερματίτιδα εξ επαφής, η ερεθιστική δερματίτιδα εξ επαφής (όταν χρησιμοποιείται υδροκινόνη σε υψηλές συγκεντρώσεις), η μεταφλεγμονώδης υπερμελάγχρωση καθώς επίσης και η δυσχρωμία στα νύχια, είναι προσωρινές και υποχωρούν με τη διακοπή της θεραπείας με υδροκινόνη. Η λευκαντική δράση της υδροκινόνης συχνά ενισχύεται με την προσθήκη τρετινοΐνης και υδροκορτιζόνης σε μίγμα αιθανόλης και προπυλενογλυκόλης (σε αναλογία 1:1) ή σε υδρόφιλη αλοιφή, ή σε τζελ α-υδροξυοξέων. Το μίγμα συνιστάται να χρησιμοποιείται δυο φορές ημερησίως για δυο μήνες περίπου. Θα πρέπει να τοποθετείται σε σκουρόχρωμα φιαλίδια με αεροστεγές, βιδωτό πώμα και να διατηρείται στο ψυγείο μεταξύ 2-4 0C για ένα μήνα, εκτός εάν εμπεριέχεται συντηρητικό (ασκορβικό οξύ) οπότε και διατηρείται περισσότερο.

B) Το αζελαϊκό οξύ είναι φυσικό προϊόν, που παρεμβαίνει στη βιοσύνθεση της μελανίνης χωρίς να επηρεάζει τα φυσιολογικά μελανοκύτταρα. Συνιστάται να εφαρμόζεται δυο φορές ημερησίως για έξι μήνες τουλάχιστον, ενώ ο ήπιος ερεθισμός και η ξηρότητα, που παρατηρούνται αρχικά είναι παροδικά φαινόμενα. Συχνά συνδυάζεται και με άλλους τοπικούς παράγοντες για καλύτερα και ταχύτερα αποτελέσματα.

Γ) Άλλη εξίσου αποτελεσματική θεραπεία του μελάσματος είναι η χημική απολέπιση (peels), επιφανειακά ή μέσου βάθους. Θα πρέπει όμως να εφαρμόζεται αποκλειστικά σε ανοιχτόχρωμους ασθενείς. Η χρήση της σε άτομα με σκούρο δέρμα εγκυμονεί τον κίνδυνο εμφά-

νισης μεταφλεγμονώδους υπερμελάγχρωσης. Συνήθως χρησιμοποιούνται α-υδροξυοξέα (οξέα φρούτων) και τριχλωροξικό οξύ σε διάφορες συγκεντρώσεις.

Δ) Ως εναλλακτική θεραπεία του μελάσματος έχει εφαρμοστεί τα τελευταία χρόνια το λείζερ, χωρίς όμως ικανοποιητικά αποτελέσματα. Συχνά εμφανίζεται μεταφλεγμονώδης υπερμελάγχρωση, επιφανειακές ουλές και ατροφία ενώ τα ικανοποιητικά αποτελέσματα σε ανοιχτόχρωμους ασθενείς και επιδερμικού τύπου μελάσμα υποτροπιάζουν πολύ γρήγορα μετά το πέρας της θεραπείας.

Οι ασθενείς, που λαμβάνουν αντισυλληπτικά φάρμακα καλό θα είναι να τα διακόπτουν, γυναίκες, που παρουσίασαν μελάσμα κατά την κύηση θα πρέπει να αποφεύγουν τον ήλιο και να κάνουν υπομονή αφού το μελάσμα συχνά κάποιους μήνες μετά τον τοκετό εξαφανίζεται.

Ε) Άλλες θεραπείες, που έχουν εφαρμοστεί πειραματικά με πολύ καλά αποτελέσματα είναι εκείνες κατά τις οποίες χρησιμοποιείται το κοχικό οξύ (μεταβολικό προϊόν μυκήτων) όπως επίσης και η Ν-ακετυλο-4,5-κυστεαμινυλική αλκοόλη. Η τελευταία αποτελεί φαινολικό παράγωγο πιο σταθερό και λιγότερο ερεθιστικό από την υδροκινόνη με αξιοσημείωτα αποτελέσματα.

Γενικά, συνιστάται να αποφεύγεται η παρατεταμένη έκθεση στην ηλιακή ακτινοβολία επειδή τα μελανοκύτταρα στο μελάσμα ενεργοποιούνται τόσο από την ορατή ακτινοβολία, όσο και από τη UVB και τη UVA. Επίσης, θα πρέπει να χρησιμοποιούνται αντηλιακά ευρέως φάσματος καθημερινά τόσο κατά τη διάρκεια της θεραπείας όσο και μετά την ολοκλήρωσή της και καθ' όλη τη διάρκεια του έτους, ειδικά τους ηλιόλουστους μήνες, η ηλιοθεραπεία χωρίς προφύλαξη μπορεί πολύ γρήγορα να ανατρέψει το θετικό θεραπευτικό αποτέλεσμα μηνών.

Βιβλιογραφία:

- Buggdorf W.H.C, Plewing G, Wolff H.H Landthaler (2009).Braun-Falco's Dermatology, Springer.
- Jean L.Bologna MD-Joseph L. Jorizzo MD-Ronald P. Rapini (2008) Dermatology two volumes-Mosby Elsevier.
- A.D.Katsambas /Lotti TM Θεραπευτική δερματικών νοσημάτων-Ευρωπαϊκός Οδηγός-2008
- Fitzpatrick T. et al (2002) Κλινική Δερματολογία- Εκδόσεις Πασχαλίδη.
- Fitzpatrick's Dermatology in general medicine (2008) Mc Grow Hill
- Thomas P Habif MD (2005) Δερματικά Νοσήματα. Διάγνωση και θεραπεία. Επιστημονικές Εκδόσεις Παρισιάνου Α.Ε
- Κ. Κανιτάκης .Δερματολογία Αφροδισιολογία -Εκδόσεις Σάκκουλα



Β-Γλυκάνες & βιταμίνη D

Πώς να προστατευτείτε με τον πιο φυσικό τρόπο

Πρωώθηση: *Dr. Clayton Paul*

*Συνεργάτης στο Ινστιτούτο Τροφίμων, Εγκέφαλου και
Συμπεριφοράς (Οξφόρδη), Επισκέπτης Καθηγητής
του Pharmaco Nutrition στο Πανεπιστήμιο του Πεκκ*

*(Ουγγαρία), Πρόεδρος της Επιστημονικής Συμβουλευτικής
Επιτροπής της Biothera Pharma, κορυφαία εταιρεία στον κόσμο στην έμφυτη ανοσία, και έχει ένα μακροχρόνιο ενδιαφέρον
στη θεραπευτική χρήση των τροφίμων και των παραγώγων τροφίμων.*

Μετάφραση: *Καραγιάννης Παναγιώτης,*

Γενικός Διευθυντής ΠΑΝΣΥΦΑ

Ζούμε σε μία κοινωνία που το ανοσοποιητικό μας βάλλεται καθημερινά και ο οργανισμός καταπονείται από σωματική και ψυχολογική κούραση. Εξάρσεις ιών, μολύνσεις και λοιμώξεις από βακτήρια και μικρόβια κάθε είδους απειλούν συνεχώς τον οργανισμό μας. Οι σύγχρονες συνθήκες διαβίωσης και η σύγχρονη τεχνολογία αποστέρωσε τη διατροφική αλυσίδα, μέσω της οποίας προσλαμβάναμε πολύτιμες ουσίες – σύμμαχους για την υγεία μας.

Δεν είναι τυχαίο το γεγονός ότι άνθρωποι που ζουν σε «πρωτόγονες», όπως χαρακτηρίζουμε οι περισσότεροι, συνθήκες διαβίωσης έχουν αποτελεσματικότερο επίκτητο ανοσοποιητικό σύστημα.

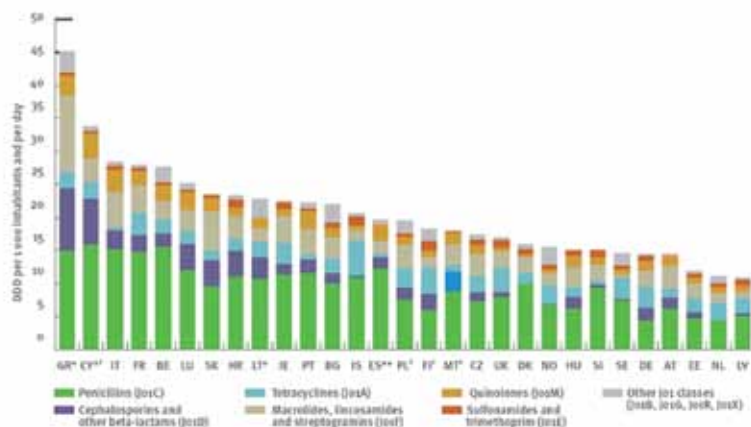
Οι κίνδυνοι όμως αυξάνονται... Η εμφάνιση ανθεκτικών βακτηρίων και ιών, όπως επίσης και κοινών βακτηρίων που γίνονται ανθεκτικά σε αντιβιοτικά, κάνει πιο επιτακτική την ανάγκη για φυσική ενίσχυση του ανοσοποιητικού συστήματος. Ένα δυνατό ανοσοποιητικό σύστημα θα βοηθήσει να μείνουν μακριά ακόμα και οι πιο επικίνδυνοι ιοί αλλά και να νιώθετε ευεξία όλο τον

χρόνο.

Η μικροβιακή αντοχή αποτελεί μείζον πρόβλημα Δημόσιας Υγείας σε παγκόσμιο επίπεδο, λόγω των συνεχώς αυξανόμενων ποσοστών που ανιχνεύονται διεθνώς με αποτέλεσμα τον περιορισμό των θεραπευτικών επιλογών, την αυξημένη νοσηρότητα, θνητότητα και το υψηλό κόστος νοσηλείας.

Ειδικότερα η χώρα μας συγκαταλέγεται μεταξύ των χωρών της Ευρωπαϊκής Ένωσης με τα υψηλότερα ποσοστά απομόνωσης ανθεκτικών και πολύ-ανθεκτικών μικροοργανισμών και συνολικής κατανάλωσης αντιβιοτικών τόσο στα νοσοκομεία όσο και στην κοινότητα (Διάγραμμα 1, Πηγή ESAC).

Διάγραμμα 1. Χρήση αντιβιοτικών σε εξωτερικούς ασθενείς (ATC ομάδα J01) που υποδοχόταν σε σημαντικές κατηγορίες ασθενειών σύμφωνα με την ταξινόμηση ICD-10, 2008



Source: ESAC.
* Total use, i.e. including prescriptions for Cyprus, Greece and Lithuania.
** Prescription use only, i.e. not including over-the-counter sales without a prescription, for Spain.
† Only data for Poland, over data for Cyprus, Finland and Malta.

Το φαινόμενο έχει λάβει ανησυχητικές διαστάσεις καθώς δεν αναμένεται η κυκλοφορία νέων αποτελεσματικών αντιβιοτικών στα επόμενα χρόνια.

Τα προκαταρκτικά αποτελέσματα από τη χρονική περίοδο 01/11/2010 έως 28/02/2011 έδειξαν ότι:

- Το 54% των λοιμώξεων από πολυ-ανθεκτικά Gram-αρνητικά παθογόνα καταγράφηκε στις Μονάδες Εντατικής Θεραπείας, ενώ το 28% και το 18% των λοιμώξεων καταγράφηκαν σε κλινικές του παθολογικού και του χειρουργικού τομέα, αντίστοιχα.
- Η μέση ηλικία των ασθενών ήταν 63 έτη, και το 66% των λοιμώξεων αφορούσαν άνδρες.
- Οι συνηθέστερες κλινικές λοιμώξεις ήταν οι μικροβιαμίες (33%) και οι πνευμονίες, ενώ ακολουθούσαν οι λοιμώξεις του ουροποιητικού συστήματος (21%) και οι λοιμώξεις του χειρουργικού πεδίου (13%).
- Ο μικροοργανισμός που απομονώθηκε σε μεγαλύτερη συχνότητα ήταν η *Klebsiella* (50%).
- Η παραγωγή καρβαπενεμάσης KPC-τύπου ήταν ο συνηθέστερος μηχανισμός αντοχής έναντι των καρβαπενεμών που καταγράφηκε μεταξύ των στελεχών *Klebsiella* (76%).
- Η έκβαση των ασθενών όπως αυτή καταγράφηκε εντός διαστήματος 28 ημερών μετά τη λήψη της πρώτης θετικής καλλιέργειας, έδειξε ότι το 40% των ασθενών κατέληξαν, ενώ το 25% εξακολουθούσε

να νοσηλεύεται.

Από τα παραπάνω γίνεται φανερό ότι οι λοιμώξεις από πολύ-ανθεκτικά Gram-αρνητικά παθογόνα αποτελούν σημαντικό πρόβλημα Δημόσιας Υγείας στα Ελληνικά νοσοκομεία. Η συνεχής επιτήρηση των λοιμώξεων αυτών με την έγκαιρη δήλωση στο ΚΕΕΛΠΝΟ και η άμεση εφαρμογή των προτεινόμενων μέτρων πρόληψης και ελέγχου της διασποράς τους στο χώρο του νοσοκομείου όπως και η προσπάθεια περιορισμού της αλόγιστης και υπερβολικής χρήσης αντιβιοτικών, αναμένεται να συμβάλλουν τόσο στην ακριβή καταγραφή του προβλήματος όσο και στον περιορισμό της περαιτέρω διασποράς των πολύ-ανθεκτικών μικροοργανισμών.

Υπάρχουν πολλές τροφές που έχουν αντιικές και αντιβακτηριδιακές ιδιότητες και μπορούν να βοηθήσουν το ανοσοποιητικό να σκοτώσει οποιονδήποτε «εισβολέα» και να συμβάλλουν στην εξισορρόπηση των μηχανισμών άμυνας του οργανισμού.

Πώς να προστατευτείτε φυσικά

Τροφές πλούσιες σε β-γλυκάνες και βιταμίνη D

Η έλλειψη βιταμίνης D είναι κατά πάσα πιθανότητα ο αληθινός ένοχος πίσω από την εποχικότητα διάφορων ιών, όπως πχ. η γρίπη. Με μία εξέταση αίματος μπορεί κανείς να διακρίνει τα επίπεδα βιταμίνης D στον οργανισμό. Το θεραπευτικό επίπεδο κυμαίνεται από 50-70ng/ml (120-170 nmol/l).

Η βιταμίνη D, που παράγεται στο δέρμα με την έκθεση στον ήλιο, μας βοηθάει να προστατευτούμε από λοιμώξεις, αλλά και από αυτοάνοσες ασθένειες και χρόνιες φλεγμονοπάθειες, συμπεριλαμβανομένων και των καρδιαγγειακών παθήσεων και του καρκίνου. Αυτό αποδεικνύεται περίτρανα την περίοδο του χειμώνα που έχουμε λιγότερη ηλιοφάνεια, οπότε και παρατηρούνται και τα περισσότερα κρυολογήματα. Επειδή οι τροφές που περιέχουν ικανή ποσότητα βιταμίνης D είναι ελάχιστες, η λύση είναι τα συμπληρώματα διατροφής.

Γνωριμία με τις β-γλυκάνες

Οι β-γλυκάνες είναι φυσικοί πολυσακχαρίτες που βρίσκονται στο κυτταρικό τοίχωμα των μυκήτων. Οι β-γλυκάνες είναι πολυμερή της γλυκόζης, ενωμένα με β-1,3, β-1,4 και β-1,6 γλυκοζιδικούς δεσμούς. Για πολλά χρόνια οι γλυκάνες έχουν ερευνηθεί για τις ιδιότητές τους να ενισχύουν το ανοσολογικό μας σύστημα ενεργοποιώντας τόσο τα φαγοκύτταρα όσο και τα T και B κύτταρα αλλά και τις κυτοκίνες. Βελτιώνουν την κατάσταση του ανοσοποιητικού συστήματος και το αφυπνίζουν ώστε να αντιδράσει ενάντια σε ξένους εισβολείς όπως τα βακτηρίδια, οι ιοί, οι μύκητες, και τα παράσιτα με την ενίσχυση της δυνατότητας των μακροφάγων κυττάρων να ανταποκριθούν και να παράξουν ένα

ευρύ φάσμα των τοξικών ουσιών απέναντι στους «εισβολείς» και να αυξήσουν επίσης την παραγωγή των κυτοκινών.

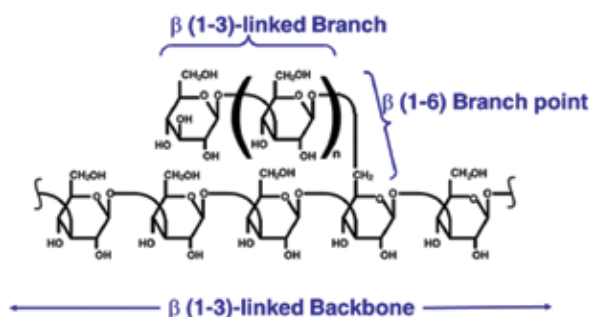
Οι β-1,3 και β-1,6 γλυκάνες είναι οι πλέον αποτελεσματικές στην ενεργοποίηση του ανοσοποιητικού μας συστήματος και ως κύριες πηγές είναι τα μανιτάρια και οι ζύμες.

Υπάρχουν αναφορές ότι οι β-1,3 και β-1,6 γλυκάνες σε *in vitro* πειράματα έχουν επιδείξει κυτταροτοξική δράση εναντίον των καρκινικών κυττάρων, ενώ σε *in vivo* μελέτες σε πειραματόζωα, αντικαρκινική δράση μέσω ενίσχυσης του ανοσοποιητικού συστήματος.

Ανάμεσα στις πηγές των γλυκάνων αναφέρθηκαν τα μανιτάρια τα οποία πολλά από αυτά έχουν αυξημένα ποσοστά β-1,3 και β-1,6 γλυκάνων. Η πραγματικά μοναδική επιρροή των β-γλυκάνων στο ανοσοποιητικό σύστημα, έχει στρέψει το ενδιαφέρον των ερευνητών, προς την αξιοποίηση αυτών των πολυσακχαριτών, ως μέσο προφύλαξης ακόμα και έναντι των δυσμενέστων παρενεργειών της χημειοθεραπείας και των ακτινοβολιών.

Μια μελέτη του 2004 από την «Medicine and Science in Sports and Exercise» σε ποντίκια έδειξε ότι οι β-γλυκάνες, μπορεί να αυξήσουν την άμυνα του ανοσοποιητικού συστήματος, σε ότι αφορά σε λοιμώξεις του ανώτερου αναπνευστικού.

Οι β-γλυκάνες έχουν βρεθεί σε διάφορες φυσικές πηγές. Τα μανιτάρια Shiitake και Maitake, η Echinacea και ο *Saccharomyces cerevisiae* (μαγιά) έχουν όλα χρησιμοποιηθεί για την ενίσχυση του ανοσοποιητικού, αλλά πρόσφατη έρευνα του Πενταγώνου έβαλε τον *Saccharomyces cerevisiae* στην κορυφή της λίστας. Υπάρχουν πολλοί διαφορετικοί τύποι β-γλυκάνης, αλλά μόνο ο 1,3-1,6 ρυθμίζει αποτελεσματικά το ανοσοποιητικό σύστημα, οι άλλοι τύποι μπορεί να έχουν άλλες λειτουργίες (ρύθμιση χοληστερόλης, διαχείριση βάρους, ομαλοποίηση της γλυκόζης του αίματος και της ινσουλίνης).

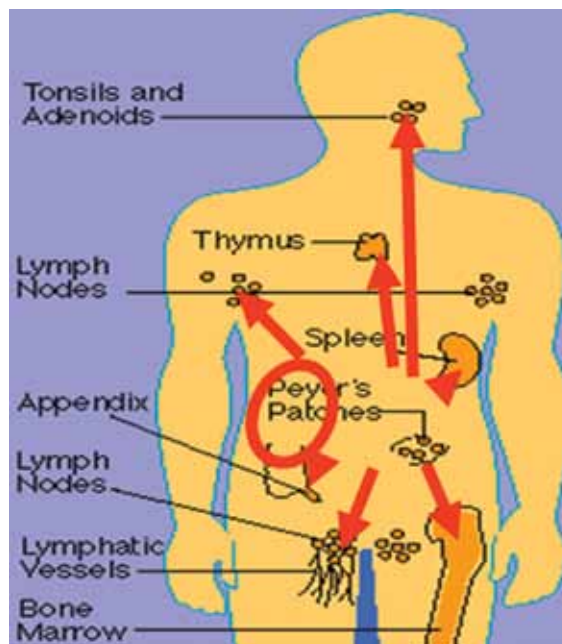


Ένα ιδιαίτερης αξίας και αποτελεσματικότητας συμπλήρωμα διατροφής που ομαλοποιεί και ρυθμίζει το αμυντικό σύστημα είναι το ImmiFlex, το οποίο περιέχει (1,3)-(1,6)-β-γλυκάνες και βιταμίνη D3. Οι συγκεκριμένες γλυκάνες έχουν δράση σε όλο το αμυντικό

σύστημα.

Το ImmiFlex είναι ένα φυσικό συμπλήρωμα διατροφής το οποίο περιέχει ένα συστατικό που ονομάζεται Wellmune WGP®, ένα μοναδικό σύνθετο βήτα γλυκάνης που ενεργοποιεί τα κύτταρα και ενισχύει το ανοσοποιητικό σύστημα. Ο ειδικός τύπος β-γλυκάνης που περιέχεται στο ImmiFlex® προέρχεται από τα κυτταρικά τοιχώματα του ζυμομύκητα *Saccharomyces cerevisiae* και, όπως έχει αποδειχθεί από σχετικές μελέτες, έχει υψηλή αποτελεσματικότητα στη μεγιστοποίηση της ανοσοποιητικής δύναμης του οργανισμού. Ένας σημαντικός παράγοντας στη διαδικασία παραγωγής της βήτα-γλυκάνης Wellmune WGP, του ενεργού συστατικού του ImmiFlex®, είναι ότι αφαιρούνται τα πρωτεϊνικά στοιχεία (τα οποία μπορούν να προκαλέσουν δυσανεξία στη μαγιά σε ορισμένα άτομα) από το κύτταρό της. Έτσι απομένει μόνο η ενεργή βήτα-γλυκάνη.

Οι 1.3/1.6 β-γλυκάνη είναι μη τοξική και μη αλλεργιογόνος. Χάρη στην πατενταρισμένη διαδικασία παραγωγής είναι κατάλληλη για καθημερινή λήψη, ακόμα και από άτομα που έχουν ιστορικό δυσανεξίας της μαγιάς. Αυτό αποτελεί ένα από τα στοιχεία που διαφοροποιεί το ImmiFlex από τα περισσότερα προϊόντα με β-γλυκάνη.



ΤΡΟΠΟΣ ΔΡΑΣΗΣ ΤΟΥ IMMIFLEX

1. Από τη στιγμή που θα γίνει κατάποση, τα σωματίδια της β-γλυκάνης πηγαίνουν από το στομάχι στο λεπτό έντερο, όπου απορροφώνται από εξειδικευμένες περιοχές, που ονομάζονται «Πλάκες του Peyer».

ImmiFlex®

Η ασπίδα του οργανισμού!



**Αποδεδειγμένη
τόνωση του
ανοσοποιητικού**

Καθημερινά, ιοί, βακτήρια, παράσιτα, μύκητες, κούραση, άγχος, κακή διατροφή και ύπνος καταπονούν και απειλούν τον οργανισμό. Τώρα, όμως, υπάρχει ένας πολύτιμος σύμμαχος, το **ImmiFlex®**! Χάρη στο φυσικό πολυσακχαρίτη β-γλυκάνη και τη Βιταμίνη D3 που περιέχει, το **ImmiFlex®** ενισχύει σημαντικά το αμυντικό σύστημα και ενεργοποιεί τα μάχιμα κύτταρά του. Ο τύπος β-γλυκάνης που περιέχεται στο **ImmiFlex®** (1.3/1.6 β-γλυκάνη Wellmune WGP) προέρχεται από τα κυτταρικά τοιχώματα της μαγιάς ζύμης με πατενταρισμένη διαδικασία παραγωγής για να μην προκαλεί δυσανεξία.



Πληθώρα μελετών έχουν πιστοποιήσει τη δράση της Wellmune WGP σε μοριακό επίπεδο, ενώ επιπλέον μελέτες που συνέκριναν τη Wellmune WGP με εικονικό φάρμακο σε ομάδα ανθρώπων με υψηλή σωματική καταπόνηση και άγχος, απέδειξαν μείωση της κούρασης και της έντασης και αυξημένη διανοητική διαύγεια.

ImmiFlex®: Θωρακίζει αποτελεσματικά την υγεία όλης της οικογένειας!

ΕΜΠΟΡΙΑ - ΔΙΑΝΟΜΗ:



ΠΑΝ.ΣΥ.ΦΑ

ΠΑΝΣΥΦΑ Α.Ε.Ε., Αιγαίου 35, 194 00 Κορωπί, Αττική, τηλ.: 210 9645223, fax: 210 9607482, e-mail: pansyfa@otenet.gr, www.pansyfa.gr

www.immiflex.gr



Εκεί τα μόρια της β-γλυκάνης συναντώνται με «κυκλοφορούντα μακροφάγα» κύτταρα του Α.Σ. , των οποίων δουλειά είναι μόλις ανακαλύψουν τους ξένους εισβολείς να τους φαγοκυτταρώσουν και να τους καταστρέψουν εκκρίνοντας ορισμένες τοξικές ουσίες όπως διάφορα ένζυμα ή ελεύθερες ρίζες οξυγόνου. Αν η παραγωγή αυτών συνεχιστεί ανεξέλεγκτα τότε εκτός από τα ξένα αντιγόνα καταστρέφονται και παρακείμενοι ιστοί.

Τα μακροφάγα κύτταρα έχουν υποδοχείς που αναγνωρίζουν ειδικά τις β-γλυκάνες, επειδή παρόμοια μόρια εμφανίζονται στα κυτταρικά τοιχώματα πολλών ακτηρίων και μυκήτων. Αυτό σημαίνει ότι όταν λαμβάνεις β-γλυκάνη το ανοσοποιητικό σύστημα «σκέφτεται», όχι χωρίς λόγο, ότι ήρθε ένας εχθρός και ετοιμάζεται να αντιμετωπίσει την απειλή.

Αυτή η σημαντική άμυνα πρώτης γραμμής είναι τώρα πλήρως ενισχυμένη και αρκετές διεξαχθείσες έρευνες έχουν δείξει ότι η αντίσταση στη λοίμωξη είναι πολύ καλά ενεργοποιημένη.

2. Εξειδικευμένα κύτταρα (Μ-κύτταρα) μεταφέρουν τα σωματίδια της β-γλυκάνης στα μακροφάγα και αυτά με τη σειρά τους μεταφέρουν τα σωματίδια σε διάφορες περιοχές του ανοσοποιητικού συστήματος, όπως στους λεμφαδένες, στο μυελό των οστών και στο θύμο-αδένα.

3. Τα μακροφάγα διασπούν τη β-γλυκάνη σε μικρότερα σωματίδια (θραύσματα) που απελευθερώνονται σταδιακά σε μια περίοδο από 24 έως 36 ώρες. Αυτά τα δραστικά θραύσματα δεσμεύονται πάνω στην επιφάνεια των ουδετερόφιλων σε έναν υποδοχέα που ονομάζεται CR3 (συμπληρωματικός υποδοχέας 3). Τα ουδετερόφιλα τώρα είναι ενεργοποιημένα και έτοιμα να αντιδράσουν σε ξένες προκλήσεις ή παθογένειες.

4. Ένα ουδετερόφιλο για να εξολοθρεύσει μια παθογέ-

νεια ή ένα καρκινικό κύτταρο, ο CR3 υποδοχέας πρέπει να είναι κατειλημμένος από μια πρωτεΐνη αίματος και μια β-γλυκάνη. Ο υποδοχέας CR3 φυσιολογικά είναι κατειλημμένος από β-γλυκάνη που βρίσκεται στα κυτταρικά τοιχώματα των μυκήτων, μούχλας και μαγιάς.

Αλλά υπάρχουν και άλλες απειλές, συμπεριλαμβανομένων των βακτηριδίων, ιών και καρκίνου, στο υπεραποστειρωμένο περιβάλλον μας όπου οι γλυκανο-πολυσακχαρίτες δεν είναι παρόντες σε επαρκείς ποσότητες.

Επομένως, παίρνοντας β-γλυκάνες, τα ουδετερόφιλα τροφοδοτούνται με την ουσία που λείπει και που χρειάζεται για να ενεργοποιηθεί ο φυσικός μηχανισμός εξολόθρευσης.

Το ImmiFlex:

- Εξασφαλίζει μια μοναδική βιολογική δράση
- Περιέχει την ειδική αυτή β-γλυκάνη, σε συνδυασμό με Βιταμίνη D, παρέχοντας μια ολοκληρωμένη καθημερινή ενίσχυση του ανοσοποιητικού.

Το βασικό χαρακτηριστικό του ImmiFlex, αλλά και πλεονέκτημά του είναι ότι προάγει μια ανοσορύθμιση και μια ομαλή ενδυνάμωση του αμυντικού συστήματος.

Σε ποιούς απευθύνεται;

- Σε άτομα των οποίων το ανοσοποιητικό σύστημα καταπονείται ιδιαίτερα στην καθημερινή τους ζωή
- Σε όσους θέλουν να βοηθηθούν σε περιόδους έντονου στρες
- Σε άτομα που κάνουν έντονη σωματική άσκηση



Δεν υπάρχει αλληλεπίδραση με κανένα φάρμακο ή συμπλήρωμα



Το ImmiFlex® είναι κατάλληλο και για τα παιδιά. Η μόνη πιθανή δυσκολία είναι στο να καταπιεί το παιδί τις κάψουλες. Σε τέτοια περίπτωση, μπορείτε να τις ανοίξετε και να προσθέσετε την άγευστη και άοσμη σκόνη στο φαγητό του παιδιού.

Αντενδείκνυται:

- Σε άτομα που έχουν υποβληθεί σε μεταμόσχευση οργάνου
- Σε άτομα που είναι ανοσοκατεσταλμένα

Αποδεδειγμένη αποτελεσματικότητα με κλινικές έρευνες και μελέτες

Πληθώρα μελετών έχουν πιστοποιήσει τη δράση της Wellmune WGP σε μοριακό επίπεδο. Επιπλέον μελέτες συνέκριναν τη Wellmune WGP με placebo σε ομάδα ανθρώπων που είχε υψηλά επίπεδα σωματικής καταπόνησης και άγχους και απέδειξαν μείωση των συμπτωμάτων κρυώματος και γρίπης, μείωση της κούρασης και της έντασης και αυξημένη διανοητική διαύγεια.

1. Wellmune WGP: Μελέτη σε σχέση με Κρύωμα & Γρίπη
Κλινική μελέτη σε ενήλικες και παιδιά έδειξε ότι Wellmune WGP μείωσε τη συχνότητα εμφάνισης του πυρετού με αποτέλεσμα να εξαλειφθεί η ανάγκη να χάσουν την εργασία ή το σχολείο λόγω των συμπτωμάτων ενός κρυολογήματος ή γρίπης.

Στα αποτελέσματα της μελέτης, η ομάδα που συμμετείχε στην έρευνα ανέφερε ότι:

- Δεν έχασε την εργασία ή το σχολείο λόγω κρυολογήματος, σε σύγκριση με 1,38 ημέρες από την εργασία / το σχολείο που έχασε η ομάδα του εικονικού φαρμάκου. ($p = 0,026$)
- Δεν ανέβασαν πυρετό, σε σύγκριση με 3,50 συχνότητα στην ομάδα του εικονικού φαρμάκου. ($p = 0.042$)
- Βελτιώθηκε η ποιότητα ζωής, συμπεριλαμβανομένης της σωματικής ενέργειας και ευεξίας, όπως μετρήθηκε από κλινικά έγκυρο ερωτηματολόγιο της έρευνας για την υγεία (SF-36V-2). ($p = 0.042$)
- Δεν υπάρχουν ανεπιθύμητες ενέργειες και δεν εντοπίστηκαν ανησυχίες για την ασφάλεια πρόσληψης του προϊόντος.

2. Wellmune WGP: 90-ημέρες μελέτη σε σχέση με στρες
οφειλόμενο στον τρόπο ζωής
Σε μια μελέτη που περιελάμβανε 122 υγιείς εθελοντές

(32 άντρες, 90 γυναίκες 38 + 12κε), οι συμμετέχοντες που έλαβαν 250 mg Wellmune WGP ημερησίως για 12 εβδομάδες ανέφεραν μία στατιστικά σημαντική ($p < 0.05$) 58% μείωση σε συμπτώματα λοίμωξης του ανώτερου αναπνευστικού, σε σύγκριση με άτομα που έλαβαν εικονικό φάρμακο.



3. Wellmune WGP: Μελέτη σε δασικούς Πυροσβέστες
Σε μια κλινική μελέτη, δασικοί πυροσβέστες που έλαβαν Wellmune WGP® αναφέρθηκαν σε καλύτερη γενική υγεία και 23% λιγότερες λοιμώξεις του ανώτερου αναπνευστικού (URTI) από εκείνους που έλαβαν εικονικό φάρμακο. Τα αποτελέσματα αντανakλούν την ικανότητα του Wellmune WGP για την προστασία των ατόμων κάτω από απαιτητικές σωματικά και ψυχολογικά συνθήκες από προβλήματα υγείας που σχετίζονται με το στρες.

4. Wellmune WGP: Μελέτη σε σχέση με το στρες οφειλόμενο στον τρόπο ζωής
Ιδιαίτερα τονίζεται ότι άτομα που συμμετέχουν σε μια ανεξάρτητη κλινική μελέτη ανέφεραν σημαντική αύξηση στη γενική υγεία τους μετά τη λήψη Wellmune WGP®, μια φυσική ένωση που ενεργοποιεί βασικά κύτταρα του ανοσοποιητικού συστήματος. Τα αποτελέσματα είναι:

- 42% αύξηση στο σθένος
- 38% μείωση της κόπωσης
- 19% μείωση της έντασης
- 15% μείωση του άγχους

5. Wellmune WGP: Μελέτη σε δρομείς Μαραθώνιου
Σε μία διπλά-τυφλή, ελεγχόμενη με εικονικό φάρμακο μελέτη, μαραθωνοδρόμοι που έλαβαν Wellmune WGP® ανέφεραν σημαντικά σωματικά και ψυχικά οφέλη για την υγεία:

- 22% αύξηση στο σθένος **
- 48% μείωση στην κόπωση
- 38% μείωση της έντασης
- 38% μείωση του άγχους σύγχυση
- ** 500 mgs του Wellmune WGP



Δοσολογία

Προτεινόμενη δοσολογία: μία κάψουλα ημερησίως.
Κάθε κάψουλα ImmiFlex® περιέχει 250mg Wellmune WGP και 25 μικρογραμμάρια Βιταμίνη D3

Θρεπτικά στοιχεία ανά 1 κάψουλα

Ενηλίκων: 250mg Βήτα-1,3/1,6-Γλυκάνες Wellmune WGP (φυσικά προερχόμενη από *Saccharomyces cerevisiae*) + 25μg Βιταμίνη D3 (500% RDA*)
Παιδικό: 100mg Βήτα-1,3/1,6-Γλυκάνες Wellmune WGP (φυσικά προερχόμενη από *Saccharomyces cerevisiae*) + 10μg Βιταμίνη D3 (500% RDA*)

ΑΡ.ΓΝΩΣΤΟΠΟΙΗΣΗΣ ΕΟΦ (ενηλίκων) : 56216/30-7-2012
ΑΡ.ΓΝΩΣΤΟΠΟΙΗΣΗΣ ΕΟΦ (παιδιών) : 56214/30-7-2012

Εμπορία – Διανομή για την Ελλάδα

ΠΑΝΣΥΦΑ ΑΕΕ Αιγαίου 35, Κορωπί, 19400, 210-9645223,
fax 210-9607482
e-mail: pansyfa@otenet.gr

Για περισσότερες πληροφορίες παρακαλώ επισκεφθείτε τις ιστοσελίδες :

www.immiflex.gr
www.pansyfa.gr

Βιβλιογραφία:

Dr. Paul Clayton, "Natural Defenses"

Δρ. Φαίδων Λίντμπεργκ, Ιατρός Ειδικός Παθολόγος-Διαβητολόγος, «Όλη η αλήθεια για τη νέα γρίπη» (ένθετο σε περιοδικό 7ΜΕΡΕΣ TV)

ΚΕΕΛΠΝΟ, Ενημερωτικό Δελτίο, 7 Απριλίου: Παγκόσμια Ημέρα Υγείας αφιερωμένη στη μικροβιακή αντοχή, Ξανθή Δεδούκου, **Γραφείο Νοσοκομειακών Λοιμώξεων – Έλενα Μαλτέζου, Τμήμα Παρεμβάσεων σε Χώρους Παροχής Υπηρεσιών Υγείας**

Marathoner Runner Stress Study, 2007, Effect of Beta 1, 3/1, 6 Glucan on Upper Respiratory Tract Infection Symptoms and Mood State in Marathon Athletes, Journal of Sports Science and Medicine (2009). 8:509-515.

Lifestyle Stress Study 2010, Beta 1,3/1,6 Glucan Decreases Upper Respiratory Tract Infection Symptoms and Improves Psychological Well-being in Moderate to Highly-Stressed Subjects, Agro Food Industry Hi-Tech (2010) 21:21-24.

Wildland Firefighters Stress Study 2008, Presentation: American College of Sports Medicine, May 2008

Wellmune WGP 90-Day Lifestyle Stress 2010, Presentation: Experimental Biology 2010, Anaheim

Wellmune WGP Cold & Flu Study 2009, Randomized Phase II Clinical Trials of Wellmune WGP® for Immune Support During Cold and Flu Season, The Journal of Applied Research (2009) 9:20-42.

Δρ. Γ. Ζακυνθινός, Αναπληρωτής Καθηγητής Τμήματος Τεχνολογίας Τροφίμων του ΑΤΕΙ Καλαμάτας, «**Οι β-γλυκάνες. Οι φυσικοί πολυσακχαρίτες που διεγείρουν την άμυνα του οργανισμού μας απέναντι και στις ιώσεις**», 6 Φεβρουαρίου 2013 (<http://www.smartwomen.gr>)





ΑΠΟΨΕΙΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ ΓΑΛΗΝΙΚΩΝ ΣΚΕΥΑΣΜΑΤΩΝ ΣΤΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΕΝΟΣ ΣΥΓΧΡΟΝΟΥ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ ΦΑΡΜΑΚΕΙΟΥ

Άρθρο:
Γιάννα Θ.Περγαντά
Φαρμακοποιός

Η παρασκευή φαρμάκων μέσα στο εργαστήριο των φαρμακείων είναι μια παράδοση-επιστημονική πράξη που ξεκινά και χάνεται στο βάθος του χρόνου της φαρμακευτικής και ιατρικής επιστήμης. Από την Πέργαμο 129 π.Χ και το Γαληνό, από τους σπουδαιότερους γιατρούς της αρχαιότητας, και τα σύνθετα σκευάσματα που ο ίδιος έφτιαχνε είναι γνωστά ως «γαληνικά φάρμακα». Έως τον Α΄ Παγκόσμιο πόλεμο τα φαρμακεία παρασκεύαζαν στο εργαστήριο τους το 90% των φαρμάκων.

Με την άνοδο της φαρμακευτικής βιομηχανίας το φαρμακείο χάνει το βασικό περιεχόμενο της επιστημονικής του κατάρτισης και καθιστά το φαρμακοποιό ενδιάμεσο και απλό πωλητή φαρμάκων.

Αποτέλεσμα όλων αυτών είναι το εργαστήριο του φαρμακείου να συρρικνώνεται. Με το πέρασμα των χρόνων, στη σημερινή εποχή, και στα πλαίσια της φαρμακευτικής φροντίδας «Pharmacy care» επανέρχεται η ανάγκη για ανάληψη ευθύνης σε ότι αφορά τη φαρμακοθεραπεία και τα προβλήματά της και φυσικά για τα αποτελέσματά της όχι μόνο στα τυποποιημένα σκευάσματα αλλά και στα γαληνικά εργαστηριακά σκευάσματα.

Στις φαρμακευτικές πανεπιστημιακές σχολές σε όλο τον κόσμο το μάθημα της φαρμακευτικής τεχνολογίας-φαρμακοτεχνίας περιλαμβάνεται στα πιο βασικά μαθήματα της σχολής. Η χρήση σύγχρονων μεθόδων και ελέγχων γίνεται κτήμα των φοιτητών.

Η φαρμακευτική τεχνολογία στο εργαστήριο αναφέρεται στις μεθόδους παρασκευής της τελικής μορφής η οποία ζητείται από την εκάστοτε ιατρική εντολή-συνταγή (δηλαδή των γαληνικών μορφών). Η φαρμακοτεχνία των γαληνικών μορφών διαμορφώνεται επιστημονικά, αφού στηρίζεται σε επιμέρους επιστημονικούς κλάδους, όπως της φυσικής (μέθοδοι παρασκευής), των μαθηματικών (μετρήσεις- υπολογισμοί-στατιστικά), της φαρμακολογίας-φαρμακευτικής χημείας (σύνθεση ανόργανων και οργανικών φαρμακευτικών ουσιών) και της φαρμακευτικής τεχνολογίας.

Περνώντας λοιπόν από τα εργαστήρια μιας προηγούμενης εποχής, (αρχές του αιώνα και μέχρι 1950) , στη συνέχεια (λόγω της ανάπτυξης των specialties) στη σχετικά υποτονική παρουσία (των εργαστηρίων), ως την τελευταία περίπου δεκαετία στο σημερινό εργαστήριο του φαρμακείου, όπου η έννοια του

Compounding Pharmacy παίρνει μεγαλύτερες διαστάσεις κυρίως στην Αμερική και την κεντρική Ευρώπη. Εδώ θα προσπαθήσουμε να αναφερθούμε στην αναγκαιότητα της πλήρους αναδιοργάνωσης και αναβάθμισης αυτών, μέσα από το πνεύμα της επιστημονικής-τεχνολογικής προσέγγισης της εποχής και των κανόνων που επιβάλλονται πλέον από G.L.P (καλή εργαστηριακή πρακτική) κάτι που ισχύει και σε αρκετές χώρες στον κόσμο ιδιαίτερα στην Αμερική και την Ευρώπη. Θα λέγαμε λοιπόν από τη χρήση «ιγδίου» στον ηλεκτρονικό αναδευτήρα κλειστού περιβάλλοντος, από το χειροκίνητο ζυγό ακριβείας στον ηλεκτρονικό ζυγό υψίστης ακριβείας με διακρίβωση και κυρίως από τα αισθητικά πανέμορφα ερμάρια των φαρμακείων περασμένων δεκαετιών σε χώρους με κεντρικό κλιματισμό-αυτόματη ανακύκλωση αέρα, φίλτρα συγκράτησης σωματιδίων και σκόνης καθώς και επιφάνειες-πάγκους αντιβακτηριδιακής κάλυψης. Δε μπορούμε πλέον να σκεφτούμε σήμερα ένα εργαστήριο σύγχρονο που σαν τελικό στόχο έχει το ορθό από κάθε πλευρά και κάθε προϋπόθεση γαληνικό-τελικό φαρμακευτικό σκεύασμα και να μην τηρεί τις απαραίτητες προϋποθέσεις.

Εν συντομία θα καταγράψουμε τις εξής απαραίτητες προϋποθέσεις και τους κανόνες λειτουργίας όπως αυτά διατυπώνονται σε μαθήματα φαρμακευτικής τεχνολογίας στην έδρα του Πανεπιστημίου Αθηνών και στη διεθνή βιβλιογραφία του Compounding Pharmacy.

Θα ξεχωρίζαμε ως εξής τα μέρη:

1. χώρος εργαστηρίου μέσα στο φαρμακείο: ξεχωριστός χώρος που δεν είναι ανοικτός στον υπόλοιπο χώρο-εξειδικευμένο επιστημονικό και βοηθητικό προσωπικό.
2. πρώτες ύλες-προμήθεια- αποθήκευση - σήμανση-συντήρηση : ντουλάπια κλειστά με ροή αέρα (κεντρικός κλιματισμός), ειδικό ψυγείο
3. μηχανήματα απαραίτητα (αναδευτήρας, συσκευή καθαρισμού ύδατος κτλ)
4. Σήμανση –ειδικές ετικέτες με ημερομηνία παραλαβής πρώτης ύλης προμηθευτή (συνοδευόμενη από certificate of analysis το οποίο φυλάσσεται αναλόγως των οδηγιών της φαρμακοποιίας και του παρασκευαστή) και ακολουθεί προδιαγραφές GMP (Good Manufacturing Practice)
5. Διαδικασία παρασκευής συνταγής αναλυτικά καταγεγραμμένη σε ειδικό τετράδιο ή σε Η/Υ (προτιμότερο).
6. Περιέκτες , ειδικά υλικά για κάθε σκεύασμα (πχ σε γυαλί φυλάσσεται η estradiol valerate) , σε κλειστό σωληνάριο ή airless η κρέμα hydroquinone κοκ. Έτσι αποφεύγονται πιθανές επιμολύνσεις, διαβρώσεις (παραγωγή ενδιάμεσων προϊόντων μεταξύ υλικών και περιέκτη) καθώς και απαγόρευση χρήσης πλαστικών που δε φέρουν προδιαγραφές.
7. Καταγραφή σε βιβλίο αποθέτων- βιβλίο συνταγών όπως ορίζει η ελληνική νομοθεσία για τα εργαστήρια των φαρμακείων και τα γαληνικά σκεύασματα.
8. Ηλεκτρονική βάση δεδομένων, σε αντικατάσταση

των χειρόγραφων συνταγών έτσι ώστε κάθε συνταγή να συνδέεται με τον εντολέα γιατρό και να αποδίδεται στον ασθενή με τρόπο σαφή.

Σε μια επόμενη παρουσίαση θα μπορούσαμε να αναλύουμε διεξοδικά τις επιμέρους προϋποθέσεις που ήδη αναφέραμε.

Έτσι οι λόγοι που οδηγούν τους γιατρούς στην ανάγκη συνταγογράφησης ενός γαληνικού είναι γνωστοί:

α. η μη ύπαρξη φαρμακευτικού σκεύασματος στην επιθυμητή δόση ή μορφή (πχ παιδιατρική μορφή).

β. εξατομικευμένη θεραπευτική αγωγή (tailor made medications). Συγκεκριμένα πιθανές αλλεργίες , δυσκολίες στην κατάποση, δυσανεξία, πιθανή άσχημη γεύση στα παιδιατρικά σκεύασματα. Οι ανάγκες των ασθενών αλλάζουν και αναλόγως προσαρμόζονται οι θεραπείες στις προσωπικές τους ανάγκες.

Ωστόσο

Τελικός στόχος είναι η μεγιστοποίηση του θεραπευτικού αποτελέσματος και ο μηδενισμός σφαλμάτων.

Το γαληνικό φάρμακο είναι μια πρόκληση για το φαρμακοποιό, είτε αναφέρεται στην επίσημη φαρμακοποιία είτε πρόκειται για συνταγή magistral. (πρακτική). Πιστεύουμε πως ολόκληρος ο κλάδος προσπαθεί και περιμένει αυτή την αναβάθμιση στο εργαστήριο του φαρμακείου, προκειμένου το γαληνικό σκεύασμα να έχει ανάλογη ποιότητα και ασφάλεια με το φαρμακευτικό σκεύασμα. Στα όποια ζητήματα προκύψουν θα φροντίσουν για την επίλυσή τους ασφαλώς, οι επαγγελματικοί σύλλογοι και φυσικά η πολιτεία , αφού το γαληνικό φάρμακο είναι νομοθετημένο να παρασκευάζεται στο εργαστήριο του φαρμακείου, με στόχο την ασφάλεια του τελικού αποδέκτη-ασθενή και πάντα «δια χειρός φαρμακοποιού».



ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ ΓΑΛΗΝΙΚΩΝ ΣΚΕΥΑΣΜΑΤΩΝ

Φαρμακείο Περγαντά



Το φαρμακείο μας εδώ και χρόνια αποτελεί Μέλος του ISPhC
(International Society of Pharmaceutical Compounding)



Στο χώρο τού φαρμακείου μας έχει διαμορφωθεί ένα πλήρως εξοπλισμένο εργαστήριο σε ό,τι αφορά:

- **Συνθήκες παρασκευής:** Κατάλληλος χώρος, εξοπλισμός, συνθήκες υγιεινής, εξειδικευμένο προσωπικό. Συγκεκριμένα, σε ό,τι αφορά στον εξοπλισμό διαθέτουμε συσκευή ανάμειξης κόνεων, σύστημα laminar Air flow, συσκευή απόσταξης - καθαρισμού ύδατος, συσκευή εμβροχής, φούρνο αποστείρωσης εργαλείων και γυάλινων δοχείων, καθώς και ειδικό πλυντήριο περιεκτών. Γενικότερα, διαθέτουμε το σύγχρονο εξοπλισμό που απαιτείται σε ένα πλήρως οργανωμένο εργαστήριο παρασκευής γαληνικών σκευασμάτων.
- **Πρώτες ύλες:** Προέλευση από πιστοποιημένες εταιρείες- σωστή φύλαξη α' υλών σε κατάλληλους περιέκτες.
- **Εμφάνιση του τελικού προϊόντος:** Σηματοδότηση με barcode, σωστή επιλογή περιέκτη, αναγραφή ημερομηνίας λήξης, προφυλάξεις και χρήσεις.
- **Διατίμηση του προϊόντος** βάσει επίσημου φαρμακοτεχνικού δελτίου.
- **Έγκυρη εκτέλεση και άμεση παράδοση** εντός μίας εργάσιμης ημέρας ή ακόμη και αυθημερόν, αν παραστεί άμεση ανάγκη.

Η οργάνωση του εργαστηρίου μας βασίστηκε σε κανονισμούς τής πολιτείας σχετικά με τη λειτουργία των Εργαστηρίων και των Ελληνικών Φαρμακείων αλλά και σε Διεθνείς Κανονισμούς (G.L.P. - Good Laboratory Practice).

Στο εργαστήριο του φαρμακείου μας εκτελούνται συνταγές **δερματολόγων, ωτορινολαρυγγολόγων, παιδιάτρων και όλων των άλλων ειδικοτήτων κατ' εντολή του εκάστοτε ιατρού.**

Παρασκευάζονται σκευάσματα σε όλες τις μορφές όπως κρέμες, διαλύματα, suppr, onul, lotion, sirup κλπ. με τον πιο σύγχρονο και ασφαλή τρόπο.

Επίσης, διαθέτουμε έναν πλήρως οργανωμένο και εντελώς διακριτό χώρο παρασκευής ομοιοπαθητικών φαρμάκων και φυτοθεραπευτικών σκευασμάτων για την εκτέλεση συνταγών τού εκάστοτε ιατρού εναλλακτικών θεραπειών.

Σας προσκαλούμε, λοιπόν, να γνωρίσετε από κοντά τις δραστηριότητες του εργαστηρίου μας και εμείς από την πλευρά μας, ως επιστημονικό προσωπικό, σας διαβεβαιώνουμε για την αξιοπιστία, την ποιότητα και την ασφάλεια του τελικού προϊόντος.

Η φιλοσοφία μας εδώ και χρόνια είναι η διαρκής εκπαίδευση και ενημέρωση, η πίστη στο καθήκον τού φαρμακοποιού - επιστήμονα με μόνο στόχο την άμεση και ασφαλέστερη εξυπηρέτηση του ασθενή.



ΦΑΡΜΑΚΕΙΟ ΓΙΑΝΝΑ ΠΕΡΓΑΝΤΑ

Μεσολογγίου 40-42, 142 31 Ν. Ιωνία, Τηλ.: 210 2772 430, Fax: 210 2770 135, e-mail: pharmacy@perganda.gr

www.perganda.gr



ΦΑΡΜΑΚΟΠΟΙΕ ...

ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟΥ



ΠΡΩΤΕΣ ΥΛΕΣ



ΥΛΙΚΑ ΣΥΣΚΕΥΑΣΙΑΣ



έχεις την **ΔΥΝΑΜΗ** να εξελιχθείς επαγγελματικά ... **ΕΠΟΧΗ ΑΛΛΑΓΩΝ**

Αντιμετώπισε την κρίση,
με το εργαστήριό σου και τα δικά σου προϊόντα.

Δημιούργησε την δική σου εικόνα.

Η **MEDICUM** μπορεί να σε **ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΕΙ**,
με σεμινάρια (Ομοιοπαθητικής, Φυτοθεραπείας,
Αρωματοθεραπείας, Γαληνικές παρασκευές, Καλλυντικά)
από εξειδικευμένο προσωπικό στο χώρο σου
και να σε **ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΕΙ**
με οργάνωση και εξοπλισμό του εργαστηρίου σου,
με πρώτες ύλες και μηχανήματα.

Επικοινωνήστε μαζί μας

και θα δημιουργήσουμε
ΤΟ ΔΙΚΟ ΣΑΣ εργαστήριο

ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ

MEDICUM COLLEGE
ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΕΛΕΥΘΕΡΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ
εναλλακτικές - συμπληρωματικές θεραπείες, ψυχοθεραπείες - θεραπείες λόγου
Ασκληπιοῦ 179, τηλ. 210 6470884,5 fax. 210 6451205
e-mail: college@medicum.gr, www.medicumcollege.com




MEDICUM
Ο Μ Ι Λ Ο Σ Ε Τ Α Ι Ρ Ε Ι Ω Ν

για περισσότερες πληροφορίες:

Ασκληπιοῦ 179, 11471, Αθήνα
τηλ: 210.64.51.506,
Fax: 210.64.51.205
e-mail: medicum@medicum.gr
<http://www.medicum.gr>
<http://products.medicum.gr>

Φαρμακείο



ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ

Ευαγγελία Σακκά



Προσωπικό καταστηματος από αριστερά προς τα δεξιά:

Ευαγγελία Σακκά - Φαρμακοποιός με ειδικότητα Κλινικού και Ομοιοπαθητικού Φαρμακοποιού, Υπέυθυνη φαρμακοποιός εργαστηρίου

Ευαγγελία Φουφουδάκη - υπεύθυνη φαρμάκων και εκτέλεσης συνταγών. (Πτυχιούχος βοηθός φαρμακείου)

Ιωάννα Παντελήδη - υπεύθυνη δερμοκαλλυντικών - Πτυχιούχος αισθητικός ΤΕΙ
Ατονία Πολιουδάκη - υπεύθυνη ορθοπαιδικού τμήματος και εργαστηρίου αποθέτων φαρμάκων και online καταστήματος. (Πτυχιούχος βοηθός φαρμακείου)

Άννα Μπραουδάκη - υπεύθυνη λογιστηρίου

Αλεξάνδρα Λεϊμονή - υπεύθυνη εργαστηρίου ομοιοπαθητικών και λοιπών γαληνικών σκευασμάτων - (Πτυχιούχος βοηθός φαρμακείου)

Η Ευαγγελία Σακκά γεννήθηκε στα Τρίκαλα Θεσσαλίας και το 1994 αρχίζει τις σπουδές της στην φαρμακευτική του Kings College London με ειδικότητα στην κλινική φαρμακευτική. Έπειτα εργάστηκε στο Λονδίνο και το Manchester ως υπεύθυνη φαρμακοποιός (manager) σε 2 μεγάλες αλυσίδες φαρμακείων, την McParland Ltd και την Strandheaven Ltd, ακόμα εργάστηκε ως κλινικός φαρμακοποιός στα ακόλουθα νοσοκομεία της Αγγλίας, αρχίζοντας από βαθμό Α και ανεβαίνοντας σταδιακά στο βαθμό Δ (διοικητικό προσωπικό).

Το 2003 επιστρέφει στην Ελλάδα για να ιδρύσει το φαρμακείο της, το 2004, στην οδό Δασκαλογιάννη, στην καρδιά της παλιάς πόλης των Χανίων, στην περιοχή της Σπλάντζιας.

“Θυμάμαι ακόμα τη βαρύτερη κριτική που εισέπραξα όταν παρουσίασα το ηλεκτρονικό μου κατάστημα, από συναδέλφους που σήμερα έχουν πάρει έγκριση από το ΕΣΠΑ για δικά τους ηλεκτρονικά καταστήματα. Αλλά και την ένταση που δημιουργήθηκε όταν προσπάθησα να συμπεριλάβω το γονιδιακό έλεγχο στις υπηρεσίες του φαρμακείου μου”, μας εξομολογείται η φαρμακοποιός Ευαγγελία Σακκά σε συνέντευξη που παραχώρησε στο περιοδικό μας και προσθέτει “Και τώρα υπάρχουν πάνω από 500 φαρμακεία στη Ελλάδα που ασχολούνται με το γονιδιακό έλεγχο. Αυτό είναι το τίμημα του πρωτοπόρου. . .”

1. Τι ήταν αυτό που σας ώθησε ν’ ασχοληθείτε με την φαρμακευτική;

Το Φαρμακείο είναι σαν το δεύτερό μου σπίτι. Έχω μεγαλώσει σε ένα φαρμακείο μιας και η οικογένειά μου που ασχολείται ενεργά με το φάρμακο από το 1950. Τότε το εργαστήριο ήταν στα φόρτε του και οι φαρμακοποιοί έφτιαχναν τα περισσότερα από τα προϊόντα που διέθεταν. Ήταν μικρές μονάδες παρασκευής διαφόρων φαρμακοτεχνικών μορφών από σκονάκια μέχρι υπόθετα και από σιρόπια μέχρι σταγόνες. Το 1994 αρχίζω τις σπουδές μου στο Kings College London και από το καλοκαίρι του 1998 αρχίζει η πορεία εργασίας

μου ως κλινικός φαρμακοποιός βαθμός Α στην Αγγλία με μια ετήσια σταδιακή αναρρίχηση βαθμίδων.

2. Η επιστροφή σας Ελλάδα και η απόφασή σας να δραστηριοποιηθείτε με το χώρο του φαρμακείου ήταν εύκολη;

Ακολουθώντας τον ήλιο και την ποιοτική ζωή που προσέφερε το επάγγελμα του φαρμακοποιού στην Ελλάδα το 2003 εγκαταλείπω την τότε θέση μου στο Γενικό Νοσοκομείο του Μάντσεστερ (Manchester Royal Infirmary). Η επιστροφή μου στην Ελλάδα σήμανε τη διακοπή μιας καριέρας ενός κλινικού φαρμακοποιού βαθμού Δ γιατί η ειδικότητα του κλινικού δεν υπήρχε (ούτε ακόμα το 2013 υπάρχει) σαν δυνατότητα εργασίας στην Ελλάδα. Το 2004 γίνεται έναρξη μιας καριέρας διοίκησης του ιδιωτικού μου φαρμακείου στα Χανιά. Πάντα πίστευα ότι για να επιβιώσεις σαν επαγγελματίας πρέπει να κάνεις τη διαφορά και γι αυτό και

Το 2008 : ίδρυσα ένα από τα πρώτα ηλεκτρονικά φαρμακεία στην Ελλάδα το my-pharmacy.gr ,

Το 2009 : ξεκίνησα την πρότυπη Υποστηρικτική Δομή Εργαστηρίου Φαρμακείων και

Το 2010 : ήμουν το πρώτο φαρμακείο στην Ελλάδα που ασχολήθηκε με το γονιδιακό έλεγχο.

Πορεία πολύ δύσκολη με πολλά εμπόδια και κυρίως ο φόβος των συναδέλφων και όχι μόνο για το διαφορετικό. Θυμάμαι ακόμα τη βαρύτατη κριτική που εισέπραξα όταν παρουσίασα το ηλεκτρονικό μου κατάστημα, από συναδέλφους που σήμερα έχουν πάρει έγκριση από το ΕΣΠΑ για δικά τους ηλεκτρονικά καταστήματα. Αλλά και την ένταση που δημιουργήθηκε όταν προσπάθησα να συμπεριλάβω το γονιδιακό έλεγχο στις υπηρεσίες του φαρμακείου μου. Και τώρα υπάρχουν πάνω από 500 φαρμακεία στη Ελλάδα που ασχολούνται με το γονιδιακό έλεγχο. Αυτό είναι το τίμημα του πρωτοπόρου...

3. Έχοντας την εμπειρία του φαρμακείου στην Ευρώπη, πως θα χαρακτηρίζατε το φαρμακείο στην Ελλάδα;

Τα ευρωπαϊκά φαρμακεία λειτουργούν με το φαρμακοποιό σε θέση κλειδί και υπάρχουν άλλες δομές γύρω του που υποστηρίζουν την καθημερινότητά του έτσι ώστε να είναι αναπόσπαστος στο έργο του. Με άλλα λόγια υπάρχει κεντρική υπηρεσία ανεφοδιασμού, μάρκετινγκ, λογιστηρίου, διαχείρισης προσωπικού κτλ. Ακόμα υπάρχουν δομές και έξω από τα φαρμακεία που υποστηρίζουν την καθημερινότητα του φαρμακοποιού. Για παράδειγμα δεν είναι απαραίτητο το κάθε φαρμακείο για να εκτελέσει συνταγές γαληνικών σκευασμάτων να έχει υποδομή για τη παρασκευή καψουλών, στερίων οφθαλμικών σκευασμάτων, ομοιοπαθητικών κλπ. Υπάρχουν φαρμακεία με οργανωμένα εργαστήρια που τηρούν κανόνες



Good Manufacturing Practice (Κανόνες ορθής παρασκευαστικής πρακτικής) και προσφέρουν υπηρεσίες φαρμακοτεχνικών εργασιών σε φαρμακεία. Δυστυχώς ο φαρμακοποιός στην Ελλάδα είναι μόνος του στην καθημερινότητά του με πολλές υποχρεώσεις για τις οποίες ούτε είναι εκπαιδευμένος π.χ. λογιστικά, μάρκετινγκ, ούτε υποστηρικτικές δομές υπάρχουν στις οποίες να μπορεί να απευθυνθεί. Ερχόμενη στην Ελλάδα και λειτουργώντας το κατάστημά μου στα Χανιά της Κρήτης έζησα την απουσία των υποστηρικτικών δομών και αποφάσισα να καλύψω εγώ ένα τμήμα αυτών. Εδώ και 5 χρόνια λειτουργώ ως μια πρότυπη Υποστηρικτική Δομή Εργαστηρίου Φαρμακείων προμηθεύοντας αρκετά φαρμακεία του νομού Χανίων, Ρεθύμνου και Ηρακλείου με ομοιοπαθητικά αλλά και διαφορά γαληνικά σκευάσματα όπως σκευάσματα για βρεφικές δοσολογίες με αποστολή στα φαρμακεία που τα χρειάζονται και όχι με παραπομπή των πελατών στο κατάστημά μου.

4. Στη δημιουργία ενός φαρμακείου με ευρωπαϊκές προδιαγραφές πως ανταποκρίθηκε αρχικά ο έλληνας καταναλωτής;

Η δημιουργία της Υποστηρικτικής Δομής Εργαστηρίου Φαρμακείων βοήθησε τους φαρμακοποιούς να παρέχουν μεγαλύτερη γκάμα προϊόντων από το κατάστημά τους χωρίς να επενδύσουν κεφάλαια για αντίστοιχες υποδομές. Η κίνηση αυτή υποστηρικτική

από την πρώτη στιγμή από τους φαρμακοποιούς, γιατί στις εποχές μας με την ανύπαρκτη ρευστότητά μας η απώλεια ενός πελάτη αλλά και η δημιουργία εργαστηρίου είναι πολυτέλεια. Έτσι μπορούν πιο εύκολα να κρατήσουν τους πελάτες τους στο κατάστημά τους. Αυτό αγκαλιάστηκε και από αρκετούς πελάτες γιατί έχει ενισχυθεί η σχέση τους με το φαρμακοποιό τους, που βλέπουν ότι δεν τους ταλαιπωρεί πια στέλνοντάς τους να ψάξουν να βρουν που θα εκτελέσουν τη συνταγή τους.

5. Ο φαρμακοποιός εργαστηρίου διαφέρει από το φαρμακοποιό του πάγκου και γιατί;

Ο φαρμακοποιός του εργαστηρίου είναι ένας φαρμακοποιός με έντονη καθημερινότητα δημιουργίας νέων, εξειδικευμένων αλλά και δικών του προϊόντων. Η δημιουργία αυτή δεν έρχεται χωρίς κόστος. Είναι παράλληλα όμηρος του εργαστηρίου του. Ξέρει ότι για να διατηρήσει την ποιότητα πρέπει να εφαρμόζει κανόνες ορθής παρασκευαστικής πρακτικής από τις πρώτες του ύλες μέχρι την εκπαίδευση και την επίβλεψη του προσωπικού του. Τα προϊόντα πρέπει να παραδοθούν σε συγκεκριμένες ημερομηνίες και ώρες και αυτό δημιουργεί ανάγκες άμεσης τροφοδοσίας πρώτων υλών και σωστής διαχείρισης προσωπικού έτσι ώστε να διατηρείται ο σωστός ρυθμός παραγωγής του εργαστηρίου. Ακόμα πρέπει συνεχώς να ενημερώνεται και να οργανώνει το εργαστήριό του με νέες πρώτες ύλες, νέα μηχανήματα και να εμπλουτίζει συνεχώς τη γκάμα των διαθέσιμων προϊόντων. Αυτό προϋποθέτει μια τακτική ροή χρηματοδότησης του εργαστηρίου το οποίο για ένα φαρμακείο με μικρή εργαστηριακή ζήτηση μπορεί να αποβεί ασύμφορο.

6. Η απόφασή σας να ασχοληθείτε με τις εναλλακτικές θεραπείες έχει επηρεάσει την σύνθεση της πελατείας σας;

Πέρα από τα γαληνικά σκευάσματα το εργαστήριο του

φαρμακείου μου μπορεί να ασχοληθεί με παρασκευές καψουλών φυτοθεραπείας, μητρικών βαμμάτων αλλά και όλων των διαθέσιμων μορφών ομοιοπαθητικών σκευασμάτων. Στο κατάστημά μου μπορεί ακόμα κάποιος να βρει μια μεγάλη σειρά εναλλακτικών μορφών θεραπείας όπως εξειδικευμένα σκευάσματα βιταμινών και ιχνοστοιχείων, αρωμαθεραπεία, ανθοϊάματα (Bach, Ελληνικά, Αυστραλιανά), auverda, βοτανοθεραπεία, μελισσοθεραπεία κλπ. Αυτές οι θεραπευτικές μορφές συνοδεύονται από τη συμβουλή του φαρμακοποιού για τη σωστή επιλογή θεραπείας. Έχοντας τη δυνατότητα να παρέχουμε αυτές τις εναλλακτικές θεραπείες σε συνδυασμό με τις συμβουλές μας, προσελκύονται πελάτες που θέλουν να υιοθετήσουν μια διαφορετική μορφή θεραπείας πέραν της δυτικής ιατρικής. Με το να λειτουργεί το κατάστημα ως Υποστηρικτική Δομή Εργαστηρίου Φαρμακείων μπορεί να προμηθεύσει οποιοδήποτε από τα προϊόντα του και στα φαρμακεία που τα χρειάζονται συνοδευόμενα με ενημέρωση και υποστήριξη για τη μεταπώληση αυτών. Αυτή είναι άλλη μια ενέργεια υποστήριξης του φαρμακοποιού που θέλει να ασχοληθεί με την εναλλακτική θεραπεία χωρίς την ανάγκη κλειδώματος ανύπαρκτης ρευστότητας σε άσκοπες τοποθετήσεις. Αυτή η σχέση μας με το φαρμακοποιό μπορεί να διατηρηθεί μέχρι αυτός να αισθανθεί ικανοποιητικά ενημερωμένος και έτοιμος να στηρίξει την τοποθέτηση μιας σειράς, έτσι ώστε με μεγαλύτερη ευκολία να συνάψει υγιείς σχέσεις με την μητρική εταιρία.



7. Ποια η σχέση του πελάτη σας με το γαληνικό σκεύασμα και δει το καλλυντικό;

Οι πελάτες έχουν εξοικειωθεί αρκετά με το γαληνικό σκεύασμα και η ιδιαίτερη εμπιστοσύνη που τρέφουν προς αυτό δημιουργεί την ανάγκη προσθήκης νέων προϊόντων στη σειρά μας. Το προσωπικό καλλυντικό είναι σημαντικό όπλο στα χέρια του φαρμακοποιού είτε αυτό έρχεται από τη συνταγογράφηση δερματολόγων είτε δια χειρός φαρμακοποιού. Το σημαντικό είναι η εποχικότητα αυτού που δένει τον πελάτη με το φαρμακοποιό. Για παράδειγμα σε συνταγογράφηση έχουμε το χειμώνα θεραπείες για τις πανάδες και το ξηρό δέρμα και το καλοκαίρι θεραπεία για ποικιλόχρους πιτυρίαση και ηλιακά εγκαύματα. Στο προσωπικό καλ-



λυντικό έχουμε και εκεί εποχικότητα και πλούσια δυνατότητα εναλλαγής συστατικών που θα βοηθήσουν και στη σταδιακή βελτίωση του αποτελέσματος χρήσης αλλά και στην ανάγκη αλλαγής αρώματος, υφής, ιδιοτήτων ή ακόμα και τιμής.

8. Ποια η άποψή σας για τις γονιδιακές αναλύσεις μέσα από το φαρμακείο;

Ο γονιδιακός έλεγχος είναι ένας τρόπος στην Ελλάδα να ξεκινήσουμε την παροχή υπηρεσιών υγείας δια χειρός φαρμακοποιού. Ως κλινικός φαρμακοποιός στην Αγγλία, έχω τρέξει στο παρελθόν κλινικές διακοπής καπνίσματος, διαχείρισης βάρους και ρύθμισης αντιπηκτικής θεραπείας. Εάν το υπουργείο υγείας με κάποια πρωτόκολλα λειτουργίας αναθέσει στα φαρμακεία τη λειτουργία κάποιων αντίστοιχων κλινικών με ελέγχους αποδοτικότητας, η παρεχόμενη υπηρεσία θα είναι κατά πολύ ανώτερη της σημερινής παρεχόμενης και πιο αποδοτική (cost effective). Είμαστε πολύ χρήσιμοι συνεργάτες του υπουργείου και το έχουμε αποδείξει τσανά εδώ και πολλά χρόνια με το ετήσιο δωρεάν πανελλήνιο πρόγραμμα εμβολιασμού αλλά και τον πανελλήνιο εμβολιασμό με αντιττανικούς ορούς στο 1ο 24ωρο των ατυχημάτων ώστε τελικά να μην χρειάζεται πλέον να υπάρχει στοκ σε οποιοδήποτε ΤΕΠ της χώρας.

9. Ο γονιδιακός έλεγχος παχυσαρκίας και αντιγήρανσης ως εξατομικευμένο εργαλείο μέσα από το φαρμακείο σας, πιστεύετε πως θα μπορούσε να φανεί χρήσιμο στον πελάτη σας;

Στο χώρο του φαρμακείου καθημερινά μας ζητείται η λύση σε προβλήματα ελέγχου βάρους και μεθόδων αντιγήρανσης. Μέχρι τώρα μοναδικά εργαλεία μας ήταν ένα σωστό ιστορικό και κάποιες πρόσφατες βιοχημικές εξετάσεις που και αυτές μπορεί να μην είναι η ακριβής αποτύπωση της πραγματικής κατάστασης εφόσον είναι άμεσα εξαρτημένες από τις καθημερινές διατροφικές μας συνήθειες.

Ο γονιδιακός έλεγχος αντιγήρανσης αξιολογεί μεταλλάξεις σε γονίδια που έχουν σχετιστεί με τη γήρανση, ιδιαίτερα του δέρματος και παίζουν σημαντικό ρόλο στην υγεία και την εμφάνιση του ατόμου. Στις διορθωτικές κινήσεις που προσφέρονται περιλαμβάνονται και προτάσεις για χρήση εξατομικευμένων καλλυντικών και ειδικών συμπληρωμάτων. Κατά τον ίδιο τρόπο ο γονιδιακός έλεγχος για τον έλεγχο βάρους είναι βασισμένος στην πρόληψη και την εξατομικευμένη αντιμετώπιση της παχυσαρκίας.

10. Με γνώμονα τις ραγδαίες εξελίξεις που συντελούνται στη φαρμακευτική αγορά πως βλέπετε το φαρμακείο σας μετά από 10 χρόνια;

Τα φαρμακεία που θα θελήσουν να συνεχίσουν να λει-



τουργούν με μοναδικό τους αντικείμενο την εκτέλεση συνταγών με το πολύ χαμηλό κέρδος και την αδυναμία του ΕΟΠΥΥ άμεσης εξόφλησης, θα αποτελέσουν τους αδύναμους κρίκους που θα αποχωρίσουν από την αγορά. Η τακτική μου για τα επόμενα 10 χρόνια θα είναι να προσπαθήσω να εναρμονιστώ πλήρως με τα ανεπτυγμένα Ευρωπαϊκά πρότυπα λειτουργίας φαρμακείων συμπαράσποντας και όποιον θέλει από τους συναδέλφους να ακολουθήσει. Χρειάστηκαν 3 χρόνια για να γίνουμε οι φαρμακοποιοί που ασχολούμαστε με το γονιδιακό έλεγχο 500, ελπίζω να μην χρειαστεί τόσο χρόνος για να προσαρμοστούμε σε νέα δεδομένα γιατί απλά ο χρόνος δεν υπάρχει πια.

11. Τα νέα δεδομένα πιστεύετε ότι θα φέρουν νέα όξυνση στα προβλήματα της φαρμακευτικής περίθαλψης;

Ο ΕΟΠΥΥ είναι ένα πολύ μεγάλο και φιλόδοξο πρόγραμμα που έχει πρότυπα λειτουργίας άλλων Ευρωπαϊκών χωρών αλλά με χρονοδιάγραμμα ολοκλήρωσης πολύ σύντομο. Τα τελευταία 2 χρόνια έχουν εφαρμοστεί πολλές αλλαγές στη λειτουργία του συστήματος με την ηλεκτρονική συνταγογράφηση και την ενοποίηση των ταμείων ως τα πιο σημαντικά σημεία. Η φαρμακευτική δαπάνη χρειαζόταν έναν έλεγχο και όλες αυτές οι κινήσεις αποτελούν δικλίδες ασφαλείας. Κάθε άλλο παρά πρόβλημα δεν θα φέρει. Αποσκοπεί στην τάξη. Εάν εφαρμοστούν και τα πρωτόκολλα που εφαρμόζονται σε όλο τον κόσμο το σύστημα υγείας θα εξυγιανθεί και θα μπορεί να εξυπηρετεί με μεγαλύτερη ευκολία τους ασφαλισμένους του.

12. Τι εύχεστε στον έλληνα φαρμακοποιό;

Μας εύχομαι καλή δύναμη στις δύσκολες μέρες που έρχονται και να είναι ενεργά τα αντανάκλαστικά μας στα μηνύματα των καιρών. Ακόμα, να κάνουμε σωστές επιλογές για συνεργασίες ή συνενώσεις με συναδέλφους που καλύπτουν διάφορες πλευρές της καθημερινότητας ενός φαρμακοποιού.



ΑΝΩ ΜΕΤΑΦΡΑΣΗ
ΣΕΤΤΟΥ ΠΡΟΣ
ΤΗΝ
ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΗ
ΕΚΔΟΣΗ ΑΝΩΡΟΓ

Help ABEE

10, Valaoritou Str.

Metamorphosis

144 52 Athens GR.

T: +30 210 2815 353

F: +30 210 2811 850

info@help.com.gr

Η **HELP ABEE**, είναι μία ελληνική ιδιωτική εταιρεία που δραστηριοποιείται στο χώρο του φαρμάκου, με διεθνή παρουσία σε 25 χώρες στον κόσμο.

Οι εξελίξεις σε επιστημονικό επίπεδο και η ανάγκη για έρευνα και ανάπτυξη, έδωσαν στην εταιρεία ώθηση προκειμένου να δραστηριοποιηθεί και σε νέους χώρους, όπως αυτόν των καλλυντικών.

Η πολυετής πείρα και η υψηλή τεχνογνωσία, σε συνδυασμό με τις σύγχρονες εγκαταστάσεις και το επιστημονικά καταρτισμένο προσωπικό, εξασφαλίζουν και στα καλλυντικά την ασφάλεια, την ποιότητα και τη μέγιστη αποτελεσματικότητα που έχουν όλα τα προϊόντα της **HELP**.

HELP σημαίνει:

- σύγχρονη μονάδα παραγωγής
- υψηλού επιπέδου πιστοποιήσεις
- Good Manufacturing Practices
- αυτοματοποιημένες διαδικασίες παραγωγής
- υψηλής εξειδίκευσης προσωπικό
- εφαρμογή πρωτοποριακών μεθόδων
- μελέτες σχεδιασμού (pre-formulation)
- πειραματικές παραγωγές (formulation)
- μελέτες βιοϊσοδυναμίας
- registration & regulatory expertise.



 **help**
SA
PHARMACEUTICALS
Ποιοτικότερα φάρμακα, Ποιοτικότερη ζωή

www.help.com.gr

Συνταγές Ομορφιάς

Από το βιβλίο του Καθηγητή της Φαρμακευτικής Σχολής του Πανεπιστημίου Αθηνών, Γεωργίου Παπαϊωάννου

Οι μάσκες προσώπου ήταν γνωστές από την αρχαιότητα. Περιείχαν διάφορες γαίες και είχαν μορφή υγρή ή πάστας. Οι χρησιμοποιούμενες σήμερα μάσκες, έχουν μεγάλη κατανάλωση λόγω των πολλαπλών τους ιδιοτήτων. Δημιουργούν μια αίσθηση αναζωογόνησης στο πρόσωπο, εξαιτίας των θεραπευτικών και συσφικτικών τους ιδιοτήτων, ελαχιστοποιούν ή και εξαφανίζουν προσωρινά τις ρυτίδες, απαλύνουν, καθαρίζουν και λευκαίνουν το πρόσωπο. Τέλος, όταν αφαιρεθούν οι μάσκες από το πρόσωπο, υπολείμματα νεκρών κυττάρων και φαγέσωρες μπορούν να απομακρυνθούν.

Απαραίτητες ιδιότητες μια μάσκας

Μια μάσκα για να είναι αποτελεσματική, θα πρέπει να έχει τις ακόλουθες ιδιότητες:

- Να είναι ομοιογενής και μαλακή μάζα, χωρίς αμώδη συστατικά και χωρίς δυσάρεστη οσμή.
- Να απλώνεται εύκολα και να στεγνώνει γρήγορα, σχηματίζοντας προσκολλημένο στο δέρμα συνεχές στρώμα, το οποίο πρέπει να απομακρύνεται εύκολα με απλό τράβηγμα ή ελαφρό ξέπλυμα, χωρίς να προκαλείται πόνος.
- Να παρέχει, μετά την εφαρμογή της, ένα αίσθημα σύσφιξης στο δέρμα (τέντωμα).
- Να αφαιρεί τη λιπαρότητα και να καθαρίζει αρκετά το δέρμα.

Υπάρχουν πέντε βασικά συστατικά που πληρούν τις παραπάνω ιδιότητες. Αυτά έχουν σαν βάση: Κηρούς, ελαστικά συστατικά, βινυλοριτίνες, υδροκολλοειδή και γαίες. Εκτός από τα υλικά αυτά, οι μάσκες προσώπου, μπορεί να περιέχουν και άλλα συστατικά όπως: μαλακτικά, απορρυπαντικά, στυπτικά, αντικνησμών, συντηρητικά, αρώματα κ.ά.



Μάσκες Κηρών (Wax - based masks)

Οι μάσκες αυτές που έχουν σαν βάση κηρούς, μπορεί να αποτελούνται μόνο από κηρό παραφίνης κατάλληλου σημείου τήξεως ή να είναι μείγματα κηρών με βαζελίνη και αλκοόλες, όπως κητυλική και στεαρυλική αλκοόλη. Αυτά τα προϊόντα, είναι στερεά σε θερμοκρασία δωματίου και πριν τη χρήση τους τήκονται με ελαφρά θέρμανση στο 42-45°C περίπου. Στη συνέχεια η ζεστή μάζα απλώνεται με ένα πινέλο σε λεπτό στρώμα πάνω στο πρόσωπο και αφήνεται μέχρι να στερεοποιηθεί. Με την πήξη προκαλείται ένα αίσθημα σύσφιξης, καθώς και έντονη εφίδρωση με αποτέλεσμα την ενυδάτωση της κερατίνης στοιβάδας της επιδερμίδας και την εν συνεχεία εις βάθος απορρόπηση του δέρματος.

Η προσθήκη μικρής ποσότητας ελαστικού κόμματος, βοηθά στην εύκολη απομάκρυνσή τους από το πρόσωπο. Πολλές φορές στις μάσκες κηρών, προστίθεται οργανόφιλος μπεντονίνης (Bentone-38), που μετατρέπει το προϊόν κατά τη φάση της τήξεώς του, σε ένα θιξοτροπικό ημιστερεό, με αποτέλεσμα την εύκολη εφαρμογή του.



Συνταγή

Μικροκρυσταλλικός κηρός	13,0g
Κηρός παραφίνης	60,0g
Κητυλική αλκοόλη	5,0g
Παραφινέλαιο	20,0g
Bentone-38	1,4g
Ισοπροπανόλη	0,6g

Ελαστικές μάσκες (Rubber - based masks)

Μάσκες βασισμένες σε τέτοια συστατικά, μετά την εφαρμογή τους και την πήξη τους, δημιουργούν ένα συνεχές, ελαστικό και μη διαπερατό από το νερό, στρώμα, με αποτέλεσμα την παρεμπόδιση της φυσιολογικής αναπνοής του δέρματος. Έτσι, η προκαλούμενη θερμότητα συγκρατείται στο δέρμα, με συνέπεια την αύξηση της θερμοκρασίας και κυκλοφορίας του αίματος. Αυτές οι μάσκες, απομακρύνονται πολύ εύκολα από το δέρμα με απλό τράβηγμα. Το προκαλούμενο μετά την αφαίρεση της μάσκας οίδημα, είναι παροδικό και εξαφανίζεται αφού η αναπνοή του δέρματος γίνει και πάλι κανονική.

Συνταγή

Ελαστικό κόμμι	25,0g
Σορβιτόλη	5,0g
Μεθυλικυτταρίνη	10,0g
Καολίνης	3,0g
Βόρακας	1,0g
Απιονισμένο νερό μέχρι	100,0g
Συντηρητικά	q.s

Μάσκες βινυλορητινών (Vinyl - based masks)

Οι μάσκες αυτές, βασίζονται γενικά σε πολύ-βινυλο-αλκοόλες ή ρητίνες ακετυλο-βινυλίου, οι οποίες δημιουργούν συνεχές στρώμα προσκολλημένο στο δέρμα.

Συνταγή

Πολυβινυλοαλκοόλη	12,0g
Προπυλενογλυκόλη	8,0g
Αλκοόλη 96°	20,0ml
Veegum	0,5g
Καολίνης	0,5g
Διοξείδιο του τιτανίου	0,3g
Απιονισμένο νερό μέχρι	100,0g

Η παραπάνω συνταγή αποτελεί μια γαλακτοποιημένη μορφή μάσκας και παρασκευάζεται ως εξής:

Διαλύεται το Veegum στο νερό με γρήγορη ανάδευση και θέρμανση στο 80°C. Προστίθεται ο καολίνης και το διοξείδιο του τιτανίου. Στη συνέχεια η πολυβινυλοαλκοόλη και η προπυλενογλυκόλη, θερμαίνονται επίσης στους 80°C και το μίγμα προστίθεται με ανάδευση στην υδατική φάση. Κατόπιν ψύχεται το ομοιογενές μίγμα στους 40°C και προστίθεται, πολύ αργά και με συνεχή ανάδευση, η αλκοόλη.



Επειδή ο τρόπος χρησιμοποίησης των масών της κατηγορίας αυτής είναι πολύπλοκος, συνιστάται να μη χρησιμοποιούνται από απλές καταναλώτριες, προς αποφυγή ανεπιθύμητων δερματικών αντιδράσεων (ερύθημα, φλόγωση).



ΠΡΑΚΤΙΚΟ ΓΕΝΙΚΗΣ ΣΥΝΕΔΡΙΑΣΗΣ ΤΗΣ Ε.Ε.Κ.

Της 6ης Φεβρουαρίου 2013

Την Τετάρτη 6 Φεβρουαρίου 2013, και ώρα 17:00μ.μ., πραγματοποιήθηκε η Γενική Συνέλευση της Ελληνικής Εταιρείας Κοσμητολογίας, στο Συνεδριακό Κέντρο «Αριστοτέλης» του Τμήματος Φυσικής, στην Πανεπιστημιόπολη Ζωγράφου. Παρόντα Μέλη: εκατόν είκοσι επτά (127).

Διαπιστώνεται απαρτία:

ΘΕΜΑΤΑ ΗΜΕΡΗΣΙΑΣ ΔΙΑΤΑΞΗΣ

- Θέμα 1ο:** Απολογισμός Πεπραγμένων και Οικονομικών για τα έτη 2011-2012.
Θέμα 2ο: Παρουσίαση Υποψηφίων Μελών του Δ.Σ.
Θέμα 3ο: Εκλογή Εφορευτικής Επιτροπής.
Θέμα 4ο: Εκλογή Νέου Διοικητικού Συμβουλίου.

Πρόεδρος: Μπαίνουμε στα θέματα της Ημερήσιας Διάταξης

ΘΕΜΑ 1ο: Απολογισμός Πεπραγμένων και Οικονομικών για τα έτη 2011-2012.
 Πρόεδρος: Το Δ.Σ. της Ε.Ε.Κ. που προέκυψε από τις εκλογές της 3ης Δεκεμβρίου 2010 και διαμορφώθηκε την 21η Ιανουαρίου 2011 ως εξής:

Γεώργιος Θ. Παπαϊωάννου	Πρόεδρος
Σοφία Χατζηαντωνίου	Αντιπρόεδρος
Άννα Πατέρα	Γραμματέας
Δημήτρης Μελισσός	Ταμίας
Μαρία Καπετανίδου	Μέλος , Υπεύθ. Επιμόρφωσης
Ελένη Κομίνη	Μέλος , Εκπρόσωπος IFSCC
Αικατερίνη Βασιλάτου	Μέλος , Υπεύθ. Δημοσίων Σχέσεων

συμπλήρωσε τα δύο έτη (2011 και 2012) που προβλέπεται στο καταστατικό της Εταιρείας.

Κατά τη διάρκεια των δύο αυτών ετών πραγματοποιήθηκαν **οι εξής εκδηλώσεις:**

Την **18η Φεβρουαρίου 2011** στο Εστιατόριο «ΜΑΣΑ» στην Καισαριανή, εορτάστηκε η κοπή της Πρωτοχρονιάτικης Πίτας.

Την **15η Μαρτίου 2011** στο Ξενοδοχείο Royal Olympic, η Ε.Ε.Κ. συμμετείχε στο 15ο Πανελλήνιο Φαρμακευτικό Συνέδριο, σε Στρογγυλό Τραπέζι, με θέμα: «Κοσμητολογία στη Φαρμακευτική: Εκπαίδευση και Έρευνα».

Την **1η και 2η Ιουνίου 2011** στην Κωνσταντινούπολη, η Ε.Ε.Κ. συμμετείχε στο Συνέδριο που διοργάνωσε η Τουρκική Εταιρεία Κοσμητολογίας.

Την **8η Φεβρουαρίου 2012** στο Εθνικό Ίδρυμα Ερευνών πραγματοποιήθηκε Ημερίδα με θέμα: «Διατροφή, Ομορφιά

και Υγεία», σε κοινή εκδήλωση με την Π.Ε.Φ. και την Ε.Φ.Ε. και στη συνέχεια κόπηκε η Πρωτοχρονιάτικη Πίτα.

Την **6η Ιουνίου 2012** στο Αμφιθέατρο «Αριστοτέλης», πραγματοποιήθηκε Ημερίδα με θέμα: «Νέος Ευρωπαϊκός Κανονισμός για τα Καλλυντικά Προϊόντα».

Την **7η Νοεμβρίου 2012** πραγματοποιήθηκε για 7η συνεχή φορά η εκδήλωση «Cosmetorama 2012» όπου συμμετείχαν με ομιλητές 11 Εταιρείες παραγωγής Α' υλών, υλικών συσκευασίας και ελέγχου αποτελεσματικότητας καλλυντικών. Επίσης το Δ.Σ. έχει αποδεχτεί την πρόσκληση για τη συμμετοχή της Ε.Ε.Κ., σε στρογγυλό τραπέζι, στο Συνέδριο της Π.Ε.Φ. που θα πραγματοποιηθεί το Μάιο 2013.

Λόγω της συνεχιζόμενης οικονομικής κρίσης, το Δ.Σ. αποφάσισε τη μείωση του κόστους συνδρομής στο μισό (20€) από το 2012.

Παράλληλα, διαγράφηκαν τα Μέλη που δεν είχαν εκπληρώσει τις ταμιακές τους υποχρεώσεις μετά το 2008.

Όπως καταλαβαίνετε η μείωση των εσόδων δυσχεραίνει τη λειτουργία της Ε.Ε.Κ. που δεν έχει άλλα έσοδα παρά μόνο τις συνδρομές των Μελών.

Για το λόγο αυτό σας παρακαλούμε να είστε απόλυτα συνεπείς στις οικονομικές σας υποχρεώσεις.

Παρακαλούμε, επίσης, να συμβάλετε με τις δικές σας δυνάμεις στο έργο του Δ.Σ., συμμετέχοντας στην οργάνωση των Ημερίδων και να παρευρίσκεστε στις εκδηλώσεις της Εταιρείας.

Η έκδοση του Περιοδικού «**Το Καλλυντικό**», λόγω οικονομικών προβλημάτων, κατά τη διάρκεια του 2011 εκδόθηκαν δύο, διπλά, τεύχη (25ο -26ο) και (27ο -28ο) που είναι και τα τελευταία. Όλα τα τεύχη είναι αναρτημένα στην Ιστοσελίδα μας.

Την έκδοση του Περιοδικού, με απόφαση του Δ.Σ., ανέλαβε η Εταιρεία «**Genomed**».

Το πρώτο τεύχος (No 29ο) καλύπτει την περίοδο (1η Ιανουαρίου 2012 έως 31 Δεκεμβρίου 2012).

Το Περιοδικό «**Το Καλλυντικό**», εφ' εξής, θα εκδίδεται κάθε τρίμηνο, θα αποστέλλεται στα Μέλη της Εταιρείας και επιδιώκεται να αποστέλλεται στους Φαρμακοποιούς, Δερματολόγους, και Πλαστικούς Χειρουργούς της χώρας.

Επίσης, θα αναρτάται Ηλεκτρονικά στην Ιστοσελίδα μας, για όποιον άλλο επιθυμεί να ενημερωθεί.

Θα ήθελα, επίσης, να σας ενημερώσω ότι κατατέθηκε νέο καταστατικό της Ε.Ε.Κ. και άλλαξε ο λογαριασμός της Τράπεζας (**Αρ. Λογ. Ε.Τ.Ε. Νο 133/296090-70**).

Επίσης, άλλαξε και αναμορφώθηκε η Ιστοσελίδα μας <http://eek.org.gr>

Τέλος, ενημέρωση για όλα τα θέματα μπορείτε να λαμβάνετε από τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης **Facebook** και **LinkedIn**.

Στη συνέχεια θα σας ενημερώσει για τα οικονομικά θέματα ο ταμίας κ. Δημήτρης Μελισσός.

ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΟΣ ΑΠΟΛΟΓΙΣΜΟΣ 2011-2012		
Παραλαβή Ταμείου 7.123,41€ (27-1-2011)		
Έσοδα	Συνδρομές (2011-2012)	3.580,00€
	Ομιλίες Cosmetorama 2010	4.185,00€
	Ομιλίες Cosmetorama 2012	3.078,80€
	Τόκοι	174,48€
Σύνολο		10.957,91€
Έξοδα	Αμοιβή Λογιστή 2011	450,00€
	Αμοιβή Λογιστή 2012	300,00€
	Αμοιβή Γραμματέως 2011	1.200,00€
	Αμοιβή Γραμματέως 2011	1.200,00€
	Φόροι - Φ.Π.Α.	802,39€
	Χαρτικά - Ταχυδρομείο	705,51€
	Δείπνο Πίττας 2011	2.710,00€
	Δώρο Ε.Ε.Κ. Πίττας 2011	500,00€
	Δείπνο Πίττας 2012	550,00€
	Δώρο Ε.Ε.Κ. Πίττας 2013	100,00€
	Κυλικείο «ΑΥΛΑ» (06/06/2012)	125,50€
	Δείπνο Cosmetorama 2012	850,00€
	Έξοδα κ. Χατζηαντωνίου στην Κωνσταντινούπολη	474,00€
	Πληρωμή IFSCC 2010	1.304,88€
	Πληρωμή IFSCC 2011	1.384,36€
	Βιντεοσκοπήσεις	200,00€
	Καθαρίστρια («Αριστοτέλης»)	40,00€
	Δώρα Ομιλητών Cosmetorama 2012	290,00€
Σύνολο		13.186,64€

Προς Παράδοση	
Παραλαβή Ταμείου (27-1-2011)	7.123,41€
Έσοδα (2011-2012)	10.957,91€
Σύνολο	18.081,32€
Έξοδα (2011-2012)	13.186,64€
Παραδοτέο Υπόλοιπο	4.894,68€

Ανάλυση Υπόλοιπου	
Μετρητά	681,36€
Καταθέσεις	3.913,32€
Οφειλόμενο ποσό (από Έσοδα Cosmetorama 2012)	300,00€
Παραδοτέο Υπόλοιπο	4.894,68€

ΘΕΜΑ 2°: Παρουσίαση Υποψηφίων Μελών του Δ.Σ.

Βασιλάτου Αικατερίνη,	Χημικός, Σύμβουλος Ανάπτυξης και Καινοτομίας Καλλυντικών Προϊόντων
Δάλλας Παρασκευάς,	Φαρμακοποιός, Επίκ. Καθηγητής Τμήματος Φαρμακευτικής, Τομέας Φαρμακευτικής Τεχνολογίας Πανεπιστημίου Αθηνών
Καραϊσκος Μάρκος	Χημικός, Υπεύθυνος Κανονιστικών και Νομικών Θεμάτων Καλλυντικών Προϊόντων, Εταιρεία Κορρές - Φυσικά Προϊόντα
Κομίνη Λένα,	Χημικός, Σύμβουλος Διασφάλισης Ποιότητας - Περιβάλλοντος
Μελισσός Δημήτριος,	Χημικός MSc, Τεχνικός Διευθυντής QACS Ltd και Επιστημονικός Σύμβουλος Ομάδας Αξιολόγησης Κίνδυνου Ε.Ε.



Μπουσβάρος Γεράσιμος,	Χημικός - Σαπωναποιοός, τ. Διευθυντής QA&RD, Εταιρεία Παπουτσάνης
Παπαϊωάννου Γεώργιος,	Φαρμακοποιός και Χημικός, Ομ. Καθηγητής Φαρμακευτικής Πανεπιστημίου Αθηνών
Πατέρα Άννα,	Χημικός, Διευθύντρια Διασφάλισης Ποιότητας, Εταιρεία Arivita
Πρωτόπαπα Ευαγγελία,	Φαρμακοποιός, Καθηγήτρια Τμήματος Αισθητικής Α.Τ.Ε.Ι. Αθηνών
Χαλμπές Στέφανος,	Φαρμακοποιός, Προϊστάμενος Τμήματος Αξιολόγησης Καλλυντικών και Τμήματος Αξιολόγησης Εκτελωνισμού, Αναπλ. Διευθυντής Αξιολόγησης Προϊόντων Ε.Ο.Φ.
Χατζηαντωνίου Σοφία,	Φαρμακοποιός, Επίκουρη Καθηγήτρια, Τμήματος Φαρμακευτικής, Τομέας Φαρμακευτικής Τεχνολογίας Πανεπιστημίου Πατρών

ΘΕΜΑ 3ο: Εκλογή Εφορευτικής Επιτροπής.

Η Γ.Σ. εξέλεξε ως Εφορευτική Επιτροπή τους: κ. Κοσκίνα Νταϊέν ως Πρόεδρος, την κυρία Πόλλαλη Παναγιώτα και κύριο Καλύβα Ιωάννη ως Μέλη.

ΘΕΜΑ 4ο: Εκλογή Νέου Διοικητικού Συμβουλίου, Ε.Ε. και Π.Σ.

Σύμφωνα με το Πρακτικό Εκλογών της Εφορευτικής Επιτροπής, ψήφισαν 127 Μέλη και βρέθηκαν 126 έγκυρα ψηφοδέλτια και ένα άκυρο.

Εκλέγονται με σειρά Πλειοψηφίας οι παρακάτω:

ΓΙΑ ΤΟ ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΟ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ

1. Χατζηαντωνίου Σοφία (77)
2. Παπαϊωάννου Γεώργιος (74)
3. Χαλμπές Στεφάνος (51)
4. Μελισσός Δημήτριος (50)
5. Πατέρα Άννα (46)
6. Βασιλάτου Αικατερίνη (43)
7. Δάλλας Παρασκευάς (39)
Δεν εκλέγονται:
8. Κομίνη Ελένη (31)
9. Καραϊσκος Μάρκος (29)
10. Πρωτόπαπα Ευαγγελία (29)
11. Μπουσβάρος Γεράσιμος (28)

ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΞΕΛΕΚΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ

1. Ράλλης Μιχαήλ (54)
2. Τσιτούρης Χαρίλαος (47)
3. Παναγιωτόπουλος Νικόλαος (41)
Δεν εκλέγεται:
4. Σάββας Ακύλας (22)

ΓΙΑ ΤΟ ΠΕΙΘΑΡΧΙΚΟ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ

1. Δεμέτζος Κωνσταντίνος (50)
2. Καπετανίδου Μαρία (42)
3. Σκαλτσά Ελένη (32)
Αναπληρωματικά Μέλη:
1. Γκίκα Μαρία (24)
2. Καραπαναγιώτης Νικόλαος (21)
3. Δελή Γεωργία (17)

Μετά τη Γενική Συνέλευση ακλούθησε ομιλία με τίτλο:

«Εφαρμογή του Νέου Ευρωπαϊκού Κανονισμού για τα Καλλυντικά Προϊόντα», ομιλητής Στέφανος Χαλμπές, Φαρμακοποιός, Προϊστάμενος Τμήματος Αξιολόγησης Καλλυντικών, Προϊστάμενος Τμήματος Αξιολόγησης Εκτελωνισμού, Αν. Διεύθυνσης Αξιολόγησης Προϊόντων Ε.Ο.Φ.,

Στη συνέχεια πραγματοποιήθηκε η κοπή της Πρωτοχρονιάτικης Πίττας. Αντί φλουριού, κληρώθηκε ένα δώρο (iPod) αξίας 270,00€ (100,00€ προσφορά της Ε.Ε.Κ. και 170,00€ δωρεά της Εταιρείας QACS).

Τυχρός ο κ. Αβραμιώτης Αναστάσιος.

Τα παρόντα πρακτικά επικυρώνονται αυθημερόν.

Ο ΠΡΟΕΔΡΟΣ

Η ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ

Ομ. Καθηγητής Γεώργιος Θ. Παπαϊωάννου

Άννα Πατέρα

Νέο Δ.Σ. της Ε.Ε.Κ.

Το Νέο Δ.Σ. της Ε.Ε.Κ. που εξελέγχει στις Αρχαιρεσίες της 6^{ης} Φεβρουαρίου 2013 και συγκροτήθηκε σε «σώμα» την 14^η Φεβρουαρίου 2013 έχει ως εξής:

Επώνυμο/Όνομα	Θέση	Position
Παπαϊωάννου Γεώργιος	Πρόεδρος	President
Χατζηαντωνίου Σοφία	Αντιπρόεδρος	Vice President
Πατέρα Άννα	Γραμματέας	Hon. Secretary
Μελισσός Δημήτριος	Ταμίας	Hon. Trascurre
Βασιλάτου Αικατερίνη	Εκπρόσωπος IFSCC	IFSCC Council Spokesman
Χαλμπές Στεφάνος	Υπεύθυνος Δημόσιων Σχέσεων	P.R. Officer
Δάλλας Παρασκευάς	Υπεύθυνος Επιμόρφωσης	Education Officer

Κύκλος Μηνιαίων Ημερίδων της Ε.Ε.Κ.

Η Ελληνική Εταιρεία Κοσμητολογίας ξεκινά κύκλο μηνιαίων Ημερίδων με διάφορα θέματα που αφορούν την Κοσμητολογία. Οι Ημερίδες θα διεξάγονται στο Συνεδριακό Κέντρο «**ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΗΣ**» του Τμήματος Φυσικής, του Πανεπιστημίου Αθηνών, στην Πανεπιστημιόπολη Ζωγράφου. Η είσοδος θα είναι ελεύθερη, ενώ στα Μέλη της Εταιρείας θα χορηγείται Πιστοποιητικό Παρακολούθησης. Οι ομιλίες θα μεταδίδονται ζωντανά μέσω διαδικτύου. Περισσότερες πληροφορίες θα βρείτε στην ιστοσελίδα της Ε.Ε.Κ. <http://EEK.org.gr>

Η πρώτη Ενημερωτική Εκδήλωση με Θέμα:

«Ο ΡΟΛΟΣ ΤΟΥ ΚΑΛΛΥΝΤΙΚΟΥ ΣΤΗΝ ΥΓΕΙΑ»

θα πραγματοποιηθεί την **Τετάρτη 17 Απριλίου 2013** και ώρα **17:00-20:00**.

Το πρόγραμμα της εκδήλωσης έχει ως εξής:

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

- 17:00-17:30 **Προσέλευση - Υποδοχή.**
Συντονιστής: Γεώργιος Θ. Παπαϊωάννου,
Ομ. Καθηγητής Φαρμακευτικής, Πρόεδρος Ε.Ε.Κ.
- 17:30-18:10 **«Δερματοπάθειες και ο Ρόλος του Καλλυντικού»**
Ομιλήτρια: Ευαγγελία Παπαδαυίδ, Επικ. Καθηγήτρια Δερματολογίας,
Ιατρικής Σχολής Πανεπιστημίου Αθηνών
- 18:10-18:50 **«Ανεπιθύμητες Ενέργειες από τη Χρήση Καλλυντικών»**
Ομιλητής: Μάρκος Αϊβαλιώτης, MD, PhD,
Δερματολόγος-Αφροδισιολόγος,
Επιστημονικός Υπεύθυνος Δερματολογικού
Τμήματος «ΙΑΣΩ General»
- 18:50-19:30 **«Καλλυντικά και Εσωτερική Ομορφιά»**
Ομιλητής: Νικόλαος Σιταράς, Καθηγητής Φαρμακολογίας,
Ιατρικής Σχολής Πανεπιστημίου Αθηνών
- 19:30-20:00 **Ερωτήσεις - Συζήτηση**

Για τις επόμενες Ημερίδες έχουν προταθεί τα εξής θέματα:

- «Βρεφικά και Παιδικά Καλλυντικά»
- «Βαφές Μαλλιών»
- «Γαληνικά Σκευάσματα»
- «Νανοτεχνολογία και Καλλυντικά»
- «Γήρανση του Δέρματος και Αντιγηραντικά Καλλυντικά»
- «Το Άρωμα στα Καλλυντικά»
- «Καλλυπυστικές Πρακτικές (μόνιμο μακιγιάζ και τατουάζ, peeling, τεχνητά νύχια κλπ)»
- «Νέος Κανονισμός Καλλυντικών»
- «Προϊόντα Μαλλιών»

Η παρουσία όλων σας συμβάλλει στην στήριξη των προσπαθειών του νέου Δ.Σ. .



ΕΛΛΗΝΙΚΗ
ΕΤΑΙΡΕΙΑ
ΚΟΣΜΗΤΟΛΟΓΙΑΣ
HELLENIC SOCIETY OF COSMETOLOGY

Πρόεδρος: Ομ. Καθηγητής Γεώργιος Θ. Παπαϊωάννου
Τηλ: 210 7274024
Fax: 210 7274395
E-Mail: gpapaio@pharm.uoa.gr

ΑΙΤΗΣΗ

Επώνυμο :

Όνομα :

Όνομα Πατρός :

Ειδικότητα :

Μεταπτυχιακοί τίτλοι :

.....

Επαγγελματική απασχόληση :

.....

Διεύθυνση επικοινωνίας

Οδός:.....

Αριθ.:Ταχ.Κωδ.:Περιοχή:

Τηλέφωνο εργασίας:

Fax:

Τηλέφωνο κινητό:

e-Mail:

Δηλώνω υπεύθυνα με βάση το νόμο Ν.1599/1986

ότι τα παραπάνω στοιχεία είναι ακριβή

Προς

το Διοικητικό Συμβούλιο

της Ελληνικής Εταιρείας Κοσμητολογίας (Ε.Ε.Κ.)

Κύριοι,

Οι σκοποί και οι δραστηριότητες της Ελληνικής
Εταιρείας Κοσμητολογίας (Ε.Ε.Κ.) με βρίσκουν
σύμφωνο/η και παρακαλώ να εγγραφώ μέλος.

Καταθέτω στο λογαριασμό της

«Εθνική Τράπεζα» Νο. 133/296090-70 Κωδικός: 1

το πόσο των είκοσι ευρώ (20€) για την εγγραφή μου και
συνδρομή του έτους 2013.

Με τιμή,

.....

..... 2013

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΚΟΣΜΗΤΟΛΟΓΙΑΣ

ΕΔΡΑ: Τμήμα Φαρμακευτικής

Πανεπιστημίου Αθηνών

Πανεπιστημιόπολη, 157 84 Αθήνα

Τηλ: (210) 7274024, (210) 7274275

Fax: (210) 7274395, (210) 7274027

HELLENIC SOCIETY OF COSMETOLOGY

Head Office: School of Pharmacy

University of Athens

Panepistimiopolis, 157 84 Athens, Greece

Tel: (+30 210) 7274024, (+30 210), 7274275

Fax: (+30 210) 7274395, (+30 210) 7274027

<http://eek.org.gr>



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΚΟΣΜΗΤΟΛΟΓΙΑΣ
HELLENIC SOCIETY OF COSMETOLOGY

Η Ε.Ε.Κ. έχει ως σκοπούς:

1. Την ενθάρρυνση της βασικής έρευνας από το Πανεπιστήμιο και από ανεξάρτητους φορείς, που μπορεί να προσθέσει στη γνώση της χημείας και της τεχνολογίας των καλλυντικών.
2. Τη συνεχή ενημέρωση και επιμόρφωση των μελών της με συνέδρια, σεμινάρια, διαλέξεις και συναντήσεις, για την πρόοδο και τα επιτεύγματα της επιστήμης αυτής, στην Ελλάδα και διεθνώς.
3. Τη δημοσίευση άρθρων επιστημονικής και τεχνικής φύσης.
4. Τη συνεργασία και ανταλλαγή πληροφοριών με ελληνικά και ξένα ινστιτούτα όμοιου χαρακτήρα, καθώς και με κρατικά ιδρύματα και οργανισμούς στον τομέα της επιστήμης των καλλυντικών.
5. Τη μελέτη των εκπαιδευτικών αναγκών στο χώρο της Κοσμητολογίας.

Στα πλαίσια αυτά η Ε.Ε.Κ. οργανώνει Επιστημονικές Ημερίδες, Εκθέσεις πρώτων υλών «Cosmetomara», Επισκέψεις σε Βιομηχανίες Καλλυντικών και πρώτων υλών και άλλες Επιστημονικές Εκδηλώσεις.

Τακτικά Μέλη της Ε.Ε.Κ. μπορούν να είναι: Φαρμακοποιοί, Γιατροί, Χημικοί Μηχανικοί, Βιολόγοι, Αισθητικοί και γενικά Επιστήμονες που ασχολούνται στο χώρο των Καλλυντικών.

Επίτιμα Μέλη μπορούν να γίνουν: Άτομα που δεν πληρούν τις πιο πάνω προϋποθέσεις για να γίνουν Τακτικά Μέλη, αλλά τυχαίνουν ειδικής αναγνώρισης για την εξαιρετική συμβολή τους στον Τομέα της Κοσμητολογίας.

Εγγραφή Μελών

1. Για την εγγραφή Μέλους απαιτείται η υποβολή αίτησης του ενδιαφερόμενου στο Διοικητικό Συμβούλιο.
2. Το Διοικητικό Συμβούλιο, πριν αποφασίσει, καλεί τον υποψήφιο, μέσω του Γραμματέα, να προσκομίσει στοιχεία που

αποδεικνύουν την ύπαρξη των αναγκαίων προϋποθέσεων για την εγγραφή του ως Τακτικού Μέλους.

Η αποδοχή της αίτησης εγγραφής γίνεται από το Δ.Σ. μετά από εισήγηση του Γραμματέα και εφόσον κατά την κρίση του συντρέχουν οι αναγκαίες προϋποθέσεις.

Πόροι της Ε.Ε.Κ.

Οι πόροι της Ε.Ε.Κ. προέρχονται από το δικαίωμα εγγραφής και την ετήσια εισφορά των Μελών, καθώς και τα έσοδα που προκύπτουν από δωρεές, από διάφορες εκδηλώσεις ή από κάθε νόμιμη αιτία.

Τα Μέλη της Ε.Ε.Κ. δεν έχουν υποχρέωση να καταβάλλουν οποιοδήποτε άλλο χρηματικό ποσό ως εισφορά στην Ε.Ε.Κ.

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΚΟΣΜΗΤΟΛΟΓΙΑΣ

ΕΔΡΑ: Τμήμα Φαρμακευτικής
Πανεπιστημίου Αθηνών
Πανεπιστημιόπολη, 157 84 Αθήνα
Τηλ: (210) 7274024, (210) 7274275
Fax: (210) 7274395, (210) 7274027

HELLENIC SOCIETY OF COSMETOLOGY

Head Office: School of Pharmacy
University of Athens
Panepistimiopolis, 157 84 Athens, Greece
Tel: (+30 210) 7274024, (+30 210), 7274275
Fax: (+30 210) 7274395, (+30 210) 7274027



Κοσμητολογία Συστατικά - Παρασκευή - Χρήση Καλλυντικών



Εκδότης:

Γεώργιος Θ. Παπαιωάννου Καθηγητής
Φαρμακευτικής Σχολής Πανεπιστημίου Αθηνών.

Έκδοση: Ε

Έτος: 2010

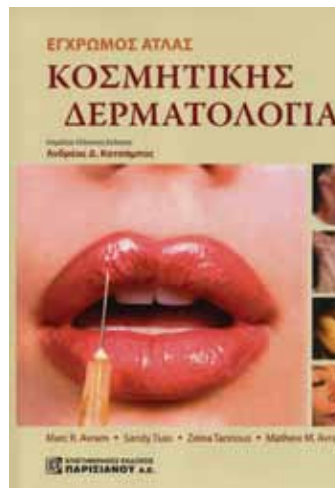
Το βιβλίο αυτό προορίζεται κατ' αρχήν για τους φοιτητές της φαρμακευτικής σαν βοήθημα για το μάθημα «Ειδικά μαθήματα Φαρμακευτικής Τεχνολογίας» (Τεχνολογία καλλυντικών), αλλά πιστεύεται ότι αποτελεί ένα βοήθημα και για τον επιστήμονα φαρμακοποιό, γενικότερα, είτε αυτός εργάζεται στο φαρμακείο είτε ασχολείται στη βιομηχανία καλλυντικών.
Η ύλη του μαθήματος αυτού χωρίζεται σε τρία μέρη.

Στο πρώτο μέρος περιγράφονται στοιχειώδη θέματα Φυσιολογίας του δέρματος και των εξαρτημάτων αυτού.

Στο δεύτερο, αναφέρονται οι καλλυντικοτεχνικές και περιγράφονται τα περισσότερα συστατικά τους, και τέλος,

Το τρίτο μέρος περιλαμβάνει την κατάταξη, Παρασκευή και χρήση των καλλυντικών προϊόντων. Η συγγραφή έγινε με βάση τη διεθνή βιβλιογραφία και τα σύγχρονα σχετικά συγγράμματα.

Έγχρωμος Άτλας Κοσμητικής Δερματολογίας



Συγγραφείς:

M.R. AVRAM, S. TSAO, Z.
TANNOUS, M.M. AVRAM

Επιμέλεια:

A. Δ. Κατσάμπας

Εκδότης:

ΠΑΡΙΣΙΑΝΟΥ Α.Ε.

ISBN:

978-960-394-690-8

Έτος έκδοσης:

2010

Σελίδες:

308

Σε μια πλούσια εικονογραφημένη, εύκολη στην παρακολούθηση της μορφή, αυτό το σπουδαίο βιβλίο αναφοράς εξετάζει ενδελεχώς όλα τα μη κακοήγη προβλήματα του δέρματος, από την ροδόχρου νόσο έως τις τραυματικές ουλές. Ποτέ προηγουμένως δεν υπήρξε παρόμοιο εγχειρίδιο που να εξηγεί το εύρος των θεμάτων που παρουσιάζονται εδώ, περιλαμβάνοντας το υπόβαθρο, τη διάγνωση, τις ενδείξεις και τις αντενδείξεις και τις θεραπευτικές προτάσεις.

Η οργάνωση του βιβλίου περιλαμβάνει μια επισκόπηση κάθε περίπτωσης, τις θεραπευτικές επιλογές, και τις βήμα προς βήμα διαδικασίες για τη θεραπεία της κατάστασης μαζί με προεγχειρητικές και μετεγχειρητικές έγχρωμες φωτογραφίες.

Ο Έγχρωμος άτλας της κοσμητικής δερματολογίας περιλαμβάνει:

-Τόσο την φαρμακευτική όσο και τη χειρουργική αντιμετώπιση όλων των κοσμητικών δερματολογικών προβλημάτων, προχωρώντας πέρα από ό,τι άλλα πιο προσανατολισμένα στη διαδικασία εγχειρίδια προσφέρουν Δοσολογίες των φαρμακευτικών θεραπειών και περιγραφές/φωτογραφίες/τεχνικές των χειρουργικών επιλογών

-Πάνω από 600 έγχρωμες εικόνες

-Μια μορφή η οποία με μια ματιά σας δίνει τις πλέον σημαντικές πληροφορίες

-Περιγραφές κάθε ιατρικής κατάστασης και διαδικασίες με σκοπό τη διευκόλυνση της κλινικής απόφασης

-Λεπτομέρειες-κλειδιά στην αρχή κάθε διαδικασίας, καθώς και μια ανασκόπηση του αναγκαίου εξοπλισμού



Το πρώτο DNA τεστ Παχυσαρκίας - Διαχείρισης Βάρους

Το πρώτο DNA τεστ Παχυσαρκίας – Διαχείρισης Βάρους, η πιο αξιόπιστη προσέγγιση για την απώλεια βάρους, διατίθεται τώρα αποκλειστικά στα φαρμακεία της χώρας μας από την GENOMED.

Το τεστ περιλαμβάνει γονιδιακό έλεγχο και εξατομικευμένο διαιτολόγιο 2 μηνών.



Ο γονιδιακός έλεγχος πραγματοποιείται σε συνεργασία με διεθνή διαπιστευμένα εργαστήρια και την Research Diagnostics (τεχνοβλαστό του Πανεπιστημίου Αθηνών), με Επιστημονικό Υπεύθυνο και υπογράφων τις απαντήσεις τον Δρ. Νικόλαο Δρακούλη, ιατρό, Επίκουρο Καθηγητή Φαρμακολογίας του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών (ΕΚΠΑ).

Η διαχείριση της παχυσαρκίας μέσω του γονιδιακού ελέγχου έχει αποτέλεσμα την απώλεια, τον έλεγχο και τη διατήρηση του σωματικού βάρους, προσδιορίζοντας τις θρεπτικές ανάγκες που έχει ο κάθε οργανισμός. Έτσι, ο θερμιδικός περιορισμός που απαιτείται, ρυθμίζεται βάσει αυτών των αναγκών, χωρίς την επιβάρυνση της Υγείας. Τεκμηριωμένες επιστημονικές μελέτες κατέληξαν στο συμπέρασμα ότι τα γονίδια επηρεάζουν σε μεγάλο βαθμό την αποθήκευση και κατανομή του λίπους στο σώμα καθώς και το πόσο εύκολα ο λιπώδης ιστός (λίπος) μετατρέπεται σε ενέργεια καταναλώνοντας θερμίδες (μεταβολισμός).

Τα **91** γονίδια που εξετάζει το τεστ, αφορούν:

- Διατροφική Συμπεριφορά και Μεταβολισμός (Αίσθηση πείνας και κορεσμού, θερμιδικό ενεργειακό ισοζύγιο)
- Δυσανεξία στη λακτόζη
- Φλεγμονώδη Απόκριση και Παχυσαρκία
- Σακχαρώδη Διαβήτη τύπου II (Διαμόρφωση της ευαι-

σθησίας στην ινσουλίνη και εναπόθεσης γλυκόζης)

- Ανταπόκριση στη Λήψη Τροφής /Αίσθημα Ανταμοιβής (Διέγερση νευρικών κυττάρων για ρύθμιση κατανάλωσης ποσότητας τροφής)
- Διατροφική Γονιδιωματική
- Διεργασία λιπόλυσης (ανωμαλία εναπόθεσης λίπους) και παραγωγής θερμότητας
- Ικανότητα αντιοξειδωσης – αποτοξίνωσης
- Μεταβολισμό λιπιδίων & ομοκυστεΐνης

Αξίζει να σημειωθεί ότι η διαδικασία του τεστ είναι απλή και εύκολη. Μετά την αγορά του από το φαρμακείο, ο ενδιαφερόμενος λαμβάνει μόνος του δείγμα από το εσωτερικό του μάγουλου με αποστειρωμένη μπατονέτα που περιλαμβάνεται στο κουτί ακολουθώντας τις οδηγίες, συμπληρώνει τη φόρμα στοιχείων εντολέα και τα στέλνει στην GENOMED. Μετά από 15 ημέρες λαμβάνει τα αποτελέσματα του γονιδιακού ελέγχου και εξατομικευμένο διαιτολόγιο, το οποίο σχεδιάζεται από εξειδικευμένους κλινικούς διαιτολόγους, που έχουν μελετήσει τις αρχές της **Διατροφικής Γονιδιωματικής**, βασίζεται στη Μεσογειακή Διατροφή και είναι διάρκειας 2 μηνών. Νέο διαιτολόγιο μπορεί να σχηματιστεί μετά το τέλος των 2 μηνών, ύστερα από ζήτηση του ενδιαφερόμενου, χωρίς να επαναληφθεί ο γονιδιακός έλεγχος, διότι η έκφραση των γονιδίων που έχουν ελεγχθεί δεν αλλάζει.

Αποκλειστικά στα φαρμακεία με ενδεικτικό κόστος 249€. Περισσότερες πληροφορίες στο site www.genomed.gr ή στο τηλέφωνο. 210 9319050.



«Comptoir du Pastel» bio cosmetics



Ομέγα 3, 6 & 9

ΜΟΝΟ ΣΕ ΕΠΙΛΕΓΜΕΝΑ ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ
ΣΕ ΟΛΗ ΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

Απο την "StatusMed Hellas" health-care & bio-cosmetics,
Τηλ.: 210.6777800

Τα λιπαρά οξέα είναι απαραίτητα για την καλή λειτουργία των κυττάρων της επιδερμίδας.

Τα λιπαρά οξέα Ω3, 6 και 9 δεν παράγονται από τον οργανισμό και για το λόγο αυτό είναι απαραίτητη η συμπληρωματική λήψη τους. Η έλλειψη τους προκαλεί ανισορροπία που μπορεί να προκαλέσει αυξημένη ευαισθησία του δέρματος απέναντι στις εξωτερικές επιθέσεις, όπως το συνηθισμένο 'τράβηγμα' της επιδερμίδας που διψάει, κ.ά.

Το λάδι "παστέλ" είναι φυσική πηγή βασικών λιπαρών οξέων και έχει τη δύναμη να επαναφέρει τη φυσική ασπίδα προστασίας της επιδερμίδας, ώστε το δέρμα να ξαναβρεί την υγεία και την λάμψη του.

Βιολογικά καλλυντικά "Comptoir du Pastel" Toulouse, France.

ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΗ ΕΞΕΙΔΙΚΕΥΣΗ!

Βιολογική Κοσμητολογία
Εγκεκριμένη από τον ECOCERT Green life:
<http://cosmetiques.ecocert.com>



Το πρωτοποριακό προϊόν που συμβάλλει στην ανακούφιση των μυϊκών πόνων και των πόνων των αρθρώσεων βασιζόμενο στις ευεργετικές ιδιότητες της Κρυοθεραπείας.

Ανακουφίζει: Μυαλγίες, πόνους αρθρώσεων, πόνους μέσης, πλάτης, ώμου, αυχένα, γόνατος, ισχίου, αγκώνα, αστραγάλου κ.λ.π. καθώς και πόνους από τραυματισμούς κατά τη διάρκεια σπορ και άθλησης.

Το προϊόν διατίθεται σε 53 χώρες και το εμπιστεύονται και συνιστούν ορθοπαιδικοί, ρευματολόγοι, φυσίατροι, φυσικοθεραπευτές και χειρουργοί σε όλο τον κόσμο.

Διατίθεται σε 3 μορφές: gel, roll-on & spray, για εφαρμογή σε κάθε σημείο πόνου!

Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με το BIOFREEZE μπορείτε να επικοινωνήσετε με την εταιρεία ΓΕΡΟΛΥΜΑΤΟΣ INTERNATIONAL στο τηλέφωνο: 210-3500850.



APIVITA handcare

Τα χέρια μας είναι συνεχώς εκτεθειμένα στις καιρικές συνθήκες και γι' αυτό χρειάζονται ιδιαίτερη φροντίδα. Η APIVITA παρουσιάζει τη νέα σειρά για τα χέρια APIVITA handcare με υψηλά ποσοστά φυσικότητας (97-98%) με φυτικά βούτυρα και έλαια, βιταμίνες, αιθέρια έλαια και έγχυμα αμαμελίδας.

Η σειρά APIVITA handcare περιλαμβάνει τα παρακάτω προϊόντα:

Ενυδατική κρέμα χεριών με αλόη & μέλι

Δραστικά συστατικά: μέλι, αλόη.

Κύριες Δράσεις:

- Διατηρεί τη φυσική υγρασία των χεριών και αφήνει την επιδερμίδα απαλή και ενυδατωμένη
- Περιποιείται και ενδυναμώνει τα νύχια
- Προστατεύει από τις ελεύθερες ρίζες και την πρόωρη γήρανση.

Κρέμα για ξηρά-σκασμένα χέρια με βάλαμο & μελισσοκέρι

Δραστικά συστατικά: βάλαμο, μελισσοκέρι.

Κύριες Δράσεις:

- Αποκαθιστά τη χαμένη υγρασία των χεριών, αναπλάθει τα σκασίματα και βελτιώνει την υφή της επιδερμίδας
- Προστατεύει από τις ελεύθερες ρίζες και την πρόωρη γήρανση.

Στα φαρμακεία σε όλη την Ελλάδα και στο κατάστημα APIVITA, Σόλωνος 26, Κολωνάκι.



GREENCARE

Οι πελάτες σας θέλουν πάντα κάτι περισσότερο;
...Φυσικά!

Εμπιστευθείτε τη νέα καλλυντική σειρά περιποίησης GREEN CARE με φυσικά συστατικά και κερδίστε τους πελάτες σας προσφέροντάς τους προϊόντα υψηλής ποιότητας σε ιδιαίτερα προσιτή τιμή.

Στο φαρμακείο... φυσικά!

Μάθετε περισσότερα



ΠΑΝ.ΣΥ.ΦΑ

ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΣΥΝΕΤΑΙΡΙΣΤΙΚΗ ΦΑΡΜΑΚΟΠΟΙΩΝ Α.Ε.Ε.
Αιγάίου 35, 194 00 Κορωπί, Αττική, Τηλ.: 210 9645223
Email: pansyfa@otenet.gr, www.pansyfa.gr



b2b.pansyfa.gr

Δώστε την παραγγελία σας online



Φαρμακεία με Εξειδικευμένες παρασκευές

ΑΘΗΝΑ

ΑΓΙΟΙ ΑΝΑΡΓΥΡΟΙ

ΜΑΤΣΑΚΟΥ -ΚΑΡΑΣΤΑΤΗΡΗ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ -ΚΕΦΑΛΛΗΝΙΑΣ
98, 13561 2102629305 ΦΑΞ - 2102636224

ΑΓΙΟΣ ΑΡΤΕΜΙΟΣ

ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ ΤΑΟΥΙΛ ΔΑΜΑΓΗΤΟΥ 29, 11632 ΤΗΛ-
2107511559 ΦΑΞ-2107511262

ΑΓ. ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ

ΣΥΣΤΕΓΑΣΜΕΝΑ ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ ΜΑΛΛΙΑΡΟΥ -ΠΑΠΑΔΑΤΟΥ
Ε.ΜΑΛΛΙΩΡΟΥ Ι.ΑΓΙΟΥ ΔΗΜΗΤΡΙΟΥ 144, 17341
2109735516,ΦΑΞ -2109735516

ΑΘΗΝΑ

ΔΗΜΗΤΡΑΚΟΠΟΥΛΟΣ Γ & ΣΙΑ Ο.Ε, ΜΕΣΟΓΕΙΩΝ 167 (
ΕΝΑΝΤΙ ΜΕΤΡΟ ΚΑΤΕΧΑΚΗ) 11525
2103214749 ΦΑΞ 2103211523

ΜΠΑΝΑΚΟΣ Κ ΓΕΩΡΓΙΟΣ , ΑΓΙΟΥ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥ 3,
ΑΘΗΝΑ 2105232631-5 ΦΑΞ 2105229141

ΑΓ.ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ

ΣΤΑΘΟΠΟΥΛΟΥ ΒΛΑΧΟΥ ΑΘΑΝΑΣΙΑ Κ' ΣΙΑ Ο.Ε
ΜΕΣΟΓΕΙΩΝ 431, 15343 ΤΗΛ 2106396484 ΦΑΞ-
2106391879

ΦΡΑΓΚΙΣΚΟΥ ΝΙΟΒΗ -ΑΓΙΟΥ ΙΩΑΝΝΟΥ 63,15342
2106011164,ΦΑΞ -2106011164

ΑΙΓΑΛΕΩ

ΔΗΜΗΤΡΙΟΥ ΕΥΤΥΧΙΑ - ΑΝΑΓΕΝΝΗΣΕΩΣ 2, 12243,
2105902050 ΦΑΞ -2105319605

ΑΝΩ ΛΟΣΙΑ

ΚΕΧΑΓΙΑ ΓΕΩΡΓΙΑ, Λ ΦΥΛΗΣ 75,13351
2102411911 ΦΑΞ 2102411911
GEORGIAKECH@GMAIL.COM

ΑΝΩ ΠΑΤΗΣΙΑ

ΔΗΜΗΤΡΑΚΑΚΗΣ ΕΜΜ. ΣΤΥΛΙΑΝΟΣ - ΛΑΣΚΑΡΑΤΟΥ 10,
11141, 2102230852 ΦΑΞ - 2102230813

ΑΝΩ ΠΕΤΡΑΛΩΝΑ

ΣΕΛΑΜΤΖΗ ΟΥΡΑΝΙΑ & ΣΙΑ ΟΕ - ΠΛ ΚΟΙΛΗΣ 15,11852
-2103470600, ΦΑΞ - 2103474885

ΑΜΠΕΛΟΚΗΠΟΙ

ΚΑΛΟΓΕΡΟΓΙΑΝΝΗΣ ΧΡΗΣΤΟΣ - ΠΑΝΟΡΜΟΥ 71-73, 11524
ΤΗΛ-2106910567 ΦΑΞ-2106916240

ΠΑΤΗΛΑ ΚΑΛΛΙΟΠΗ - ΣΕΒΑΣΤΟΥΠΟΛΕΩΣ 82, 11526
2106925743 ΦΑΞ -2106996970

ΣΑΚΚΕΛΑΡΙΟΥ ΑΓΑΜΕΜΝΟΝΑΣ, ΠΟΥΛΙΟΥ 18 & ΛΑΜΙΑΣ,
11523, 2106462290 ΦΑΞ 2106462290

ΑΧΑΡΝΑΙ

ΛΥΒΙΖΟΥ ΜΑΡΙΑ & ΣΙΑ ΟΕ, Λ ΚΑΡΑΜΑΝΛΗ &
ΘΡΑΚΟΜΑΚΕΔΟΝΩΝ, 13678, ΤΗΛ: 2102446460 ΦΑΞ
2102446448 EMAIL: PHARMALAB@OTENET.GR

ΓΑΛΑΤΣΙ

ΔΕΛΗΤΣΙΚΑΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ, ΣΑΠΦΟΥΣ 4, 11146
ΤΗΛ: 2102135695 ΦΑΞ 2102911841

ΧΡΙΣΤΟΔΟΥΛΟΥ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ- ΚΑΡΑΙΣΚΑΚΗ 3, 11146 ΤΗΛ-
2102923480 ΦΑΞ-2102923480

ΓΛΥΦΑΔΑ

ΑΔΑΜΟΠΟΥΛΟΥ ΣΤΑΥΡΟΥΛΑ & ΣΙΑ Ε.Ε., ΓΡΗΓΟΡΙΟΥ
ΛΑΜΠΡΑΚΗ 17 & ΜΕΤΑΞΑ, 16675, ΤΗΛ: 2108943733
ΦΑΞ 2108982449 STAV.ADAMOPOULOU@YAHOO.GR

ΣΤΑΥΡΟΣ ΚΟΚΚΑΛΑΣ Γ. - ΛΑΖΑΡΑΚΗ 3, 16675 ΤΗΛ-
2108944592 ΦΑΞ-2108945017

ΠΑΝΟΥΤΣΟΠΟΥΛΟΥ-ΕΦΟΡΑΚΟΠΟΥΛΟΥ ΜΑΡΙΑ Ε.Ε.
Α.ΛΑΖΑΡΑΚΗ 35 ΤΗΛ-2108980903 ΦΑΞ-2108980903

**ΠΑΠΠΑ ΣΟΦΙΑ – ΠΑΠΠΑ ΔΕΣΠΟΙΝΑ , ΜΑΡΑΓΚΟΥ 21 &
ΚΥΠΡΟΥ (ΠΛΑΤΕΙΑ ΓΛΥΦΑΔΑΣ) 16675
ΤΗΛ: 2108983571 ΦΑΞ 2108983571**

ΣΥΜΙΝΗ ΚΑΤΕΡΙΝΑ -ΟΛΓΑΣ 58,ΑΝΩ ΓΛΥΦΑΔΑ ΤΗΛ-
2109632517 ΦΑΞ-2109632517

ΓΟΥΔΙ

ΚΡΗΤΙΚΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ – ΠΑΠΑΔΙΑΜΑΝΤΟΠΟΥΛΟΥ 121,
11527, ΤΗΛ-2107706021 ΦΑΞ-2107706212

ΔΑΦΝΗ

**ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ ΘΕΟΦΑΝΙΑ & ΣΙΑ Ε.Ε. , ΗΠΕΙΡΟΥ
16, 17237, ΤΗΛ: 2109018325 ΦΑΞ 2109028443 EMAIL
FANYRAP1@YAHOO.GR**

ΖΩΓΡΑΦΟΥ

**ΚΑΡΑΣΜΑΝΗΣ ΑΝΤΩΝΙΟΣ , ΔΑΒΑΚΗ 11 & ΠΙΝΔΟΥ
ΤΗΛ: 2107757661**

ΧΡΗΣΟΠΟΥΛΟΣ ΧΡΗΣΤΟΣ ΤΟΥ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥ ,
ΓΡΗΓΟΡΙΟΥ ΚΟΥΣΙΔΗ 83 , 15772
ΤΗΛ: 2107709534 ΦΑΞ 2107709534

ΗΛΙΟΥΠΟΛΗ

**ΚΑΚΑΓΙΑΝΝΗΣ ΣΤΥΛΙΑΝΟΣ & ΣΙΑ Ο.Ε , ΑΡΧΙΜΗΔΟΥΣ
64 , 18343, ΤΗΛ: 2109926518 ΦΑΞ 2109940017 EMAIL
INFO@KAKAGIANNIS-PHARMACY.GR
SITE: WWW.KAKAGIANNIS-PHARMACY.GR**

ΙΛΙΟΝ

**ΒΑΪΤΣΟΥ ΧΡΥΣΟΥΛΑ, ΑΛΑΜΑΝΑΣ 51Α ,13121
ΤΗΛ: 2105778224 ΦΑΞ 2105778224 EMAIL INFO@
PHARMASTOR.GR**

**ΚΟΛΟΚΩΤΣΑ ΒΑΣΙΛΙΚΗ Κ' ΣΙΑ Ε.Ε. -ΦΙΛΟΚΤΗΤΟΥ 101,
13122 ΤΗΛ-2102631064 ΦΑΞ-2102631214**

ΣΥΣΤΕΓΑΣΜΕΝΑ ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ ΛΥΚΟΥΡΕΣΗΣ Δ.-
ΚΑΡΑΜΠΑΤΣΟΥ ΜΑΡΙΑ Ο.Ε, ΠΡΙΑΜΟΥ 125 ,13122
2102615873, ΦΑΞ - 2102615873

ΙΛΙΣΙΑ

**ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ Χ. ΠΡΙΟΒΟΛΟΥ- ΙΛΙΣΙΩΝ 19 &
ΚΕΡΑΣΟΥΝΤΟΣ ,15771, 2107704836 ΦΑΞ -
2107719617 ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΙΠΡΙΟΒΟΛΟΥ@GMAIL.COM**

**ΣΥΣΤΕΓΑΣΜΕΝΑ ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ ΠΑΡΑΣΚΕΥΟΠΟΥΛΟΥ
ΚΛΕΑΡΕΤΗ ΜΑΝΩΛΗΣ ΚΡΕΚΑΣ Ο.Ε - ΠΟΤΑΜΙΑΝΟΥ 2
& ΑΛΚΜΗΝΟΣ , 11528, 2107221589, ΦΑΞ -2107210002,
PARASKEVOPOULOU.KREKAS@GMAIL.COM**

ΚΑΛΛΙΘΕΑ

ΒΑΘΗ - ΕΜΜΑΝΟΥΗΛ ΔΕΣΠΟΙΝΑ-ΣΚΡΑ 94 , 17673
2109588776 , ΦΑΞ -2109579985 DESPINAVATHI@
GMAIL.COM

**ΒΛΑΣΣΟΠΟΥΛΟΣ Ν - Δ.ΠΗΝΙΟΥ & ΣΙΑ Ο.Ε.,
ΕΥΑΓΓΕΛΙΣΤΡΙΑΣ 72 ,17671 ΤΗΛ: 2109524851 ΦΑΞ
2109570364 EMAIL IASSISNV@OTENET.GR**

ΝΥΧΑΣ ΜΙΧΑΛΗΣ -ΔΑΒΑΚΗ 22 , 17672 ΤΗΛ-
2109578485 ΦΑΞ-2109513048

MARIANGELICA SENESE - ΔΟΪΡΑΝΗΣ 177 , 17673
ΤΗΛ-2109593800 ΦΑΞ-2109593761

ΚΗΦΙΣΙΑ

ΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΛΗ ΛΕΝΑ-ΜΠΑΚΑΚΟΥ - ΚΗΦΙΣΙΑΣ 281 ,
14561 ΤΗΛ-2108012309 ΦΑΞ-2108012691

ΚΑΜΑΤΕΡΟ

**ΨΥΧΙΚΟΣ ΣΤΕΦΑΝΟΣ & ΣΙΑ ΟΕ- Κ ΠΑΛΑΜΑ 50,
13451, 2102313000 ΦΑΞ -2102386586
PHYCHIC@OTENET.GR**

ΚΑΤΩ ΠΑΤΗΣΙΑ

ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ ΑΓΓΕΛΙΚΗ ,ΖΥΜΠΡΑΚΑΚΗ 66-
68,10445, 2108326286 ΦΑΞ -2108312134
AGPPHARM@OTENET.GR

ΚΥΨΕΛΗ

**ΚΩΣΤΑ ΜΥΡΣΙΝΗ , ΚΟΔΡΙΓΚΤΩΝΟΣ 2 & ΚΥΨΕΛΗΣ
1, 11257, ΤΗΛ: 2108820730 ΦΑΞ 2108820730
EMAIL: MIRKOSFARMA@YAHOO.GR**

**ΛΥΜΠΕΡΟΠΟΥΛΟΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ , ΚΕΡΚΥΡΑΣ
65 , 11362, ΤΗΛ: 2108816606 ΦΑΞ 2108816629**

ΜΑΡΟΥΣΙ

ΚΑΡΑΚΟΥΤΣΗ ΓΕΩΡΓΙΑ-ΦΡΑΓΚΟΚΚΛΗΣΙΑΣ 41-43,
15125, 2106851919 ΦΑΞ - 2106851919
GKARAKOUTSI@HOTMAIL.COM

ΝΗΣΙΑΝΑΚΗ ΤΕΡΕΖΑ , ΚΗΦΙΣΙΑΣ 10-12 ,15125
ΤΗΛ: 2106855640 ΦΑΞ 2106855640

**ΛΙΟΛΙΟΥ ΚΑΤΣΑΡΗ ΜΑΛΒΙΝΑ & ΣΙΑ ΕΕ
ΒΑΣ ΣΟΦΙΑΣ 39 (ΠΛΑΤΙΑ ΚΑΣΤΑΛΙΑΣ),15124
2108061181 ΦΑΞ - 2106142922
FARM_MLK@OTENET.GR**

ΜΕΛΙΣΣΙΑ

**ΣΩΚΡΑΤΗΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ & ΣΙΑ ΟΕ, Λ .ΠΗΓΗΣ &
17ΗΣ ΝΟΕΜΒΡΗ 2,15127, 2108045368
ΦΑΞ -2106136001 SOKOFAR@GMAIL.COM**

ΣΤΑΥΡΟΥΛΑ ΠΙΠΕΡΑΚΗ ΛΕΩΦΟΡΟΣ ΑΝΔΡΕΑ
ΠΑΠΑΝΔΡΕΟΥ 4 ΤΗΛ-2108034169
ΦΑΞ-2108034169

ΜΟΣΧΑΤΟ

ΣΥΣΤ. ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ ΑΝΑΓΝΩΣΤΟΠΟΥΛΟΣ ΜΑΡΙΟΣ-
ΜΑΣΤΟΡΑ ΔΗΜΗΤΡΑ, ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥΠΟΛΕΩΣ 59,
18344, 2104812029 ΦΑΞ - 2104812029

ΝΕΑ ΕΡΥΘΡΑΙΑ

ΔΟΥΒΗ ΝΤΙΝΑ -ΕΘΝΙΚΗΣ ΑΝΤΙΣΤΑΣΕΩΣ 28 ΤΗΛ-
2106206211, 14671 ΦΑΞ-2108002584

ΝΕΑ ΙΩΝΙΑ

ΠΕΡΓΑΝΤΑ ΓΙΑΝΝΟΥΛΑ & ΣΙΑ ΟΕ., ΜΕΣΟΛΟΓΓΙΟΥ
40-42, 14231, 2102772430 Φ 2102770135 ,
PHARMACY@PERGANDA.GR – WWW.PERGANDA.GR

ΝΕΑ ΣΜΥΡΝΗ

ΚΟΥΡΟΥΣΙΑ ΒΑΣΙΛΙΚΗ -ΕΛ.ΒΕΝΙΖΕΛΟΥ 124 & ΜΥΔΙΑΣ,
17121, ΤΗΛ-2109312912 & 2109313689
ΦΑΞ-2109313491

ΤΥΛΙΑΝΑΚΗ ΔΑΝΑΗ
ΠΛΑΣΤΗΡΑ 21 & ΠΕΡΓΑΜΟΥ, 17121
2109319184 ΦΑΞ -2109319184

ΝΕΑ ΦΙΛΟΘΕΗ

Φ .ΣΠΑΝΟΥΔΗ ΣΟΦΙΑ & ΣΙΑ ΟΕ , ΚΑΠΟΔΗΣΤΡΙΟΥ 18,
15123, 2106899540 ΦΑΞ 2106899541
SPANOUDI@ADVANCEPHARMACY.GR

ΝΕΑΠΟΛΗ

ΓΕΩΡΓΙΟΣ Ι ΠΑΠΑΙΩΑΝΝΟΥ, ΑΣΚΛΗΠΙΟΥ 144
(ΤΕΡΜΑ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ) 210 6454903
Φ 2106435583, GIORGOSPAPAIIOANNOY@MEDI-
CUM.GR

ΠΑΓΚΡΑΤΙ

ΘΕΟΛΟΓΗ ΕΛΕΝΗ
ΒΑΣ. ΓΕΩΡΓΙΟΥ Β' 50 & ΑΣΤΥΔΑΜΑΝΤΟΣ ΤΗΛ-
2107248800, 11634 ΦΑΞ-2107248800

ΖΑΝΝΑΚΗΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ & ΣΙΑ Ε.Ε. , ΕΡΑΤΟΣΘΕΝΟΥΣ
22 ,11635, ΤΗΛ: 2107519694 ΦΑΞ 2107519694
EMAIL ZANNAK22@OTENET.GR

ΠΑΙΑΝΙΑ

ΑΝΤΩΝΙΟΥ ΜΑΡΙΑ-ΑΓΓΕΛΙΚΗ Κ' ΣΙΑ Ο.Ε.
ΝΙΚ. ΣΤΑΜΑΤΙΟΥ 23Α ΤΗΛ-
2106029210ΦΑΞ-2106029210, 19002

ΧΑΡΑΤΣΑΡΗ ΜΑΓΔΑΛΗΝΗ , ΛΕΩΦ. ΛΑΥΡΙΟΥ 106 ,
19002, ΤΗΛ: 2106646760 ΦΑΞ 2106028878 EMAIL
MADALENACHAR@GMAIL.COM

ΠΑΛΑΙΟ ΦΑΛΗΡΟ

ΖΩΓΡΑΦΑΚΗ ΜΑΡΙΝΑ, ΑΓΙΟΥ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥ 49 ΤΗΛ-
2109830249 ΦΑΞ-2109830249, 17561
EMAIL: M.ZOGRAFAKI@HOTMAIL.COM

ΑΓΓΕΛΙΔΗΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ & ΣΙΑ Ο.Ε. , ΑΓ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥ
3 , 17561, ΤΗΛ: 2109814337 ΦΑΞ 2109815680 EMAIL
INFO@NAGGELIDIS.GR

ΔΕΣΠΟΙΝΑ Γ . ΚΙΚΙΔΟΥ, ΑΓ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥ 100 , 17561
2109850437 , Φ 2109850437, KIKIDOU.DESPOINA@
GMAIL.COM

ΠΑΤΗΣΙΑ – ΑΓΙΟΣ ΛΟΥΚΑΣ

ΓΙΑΝΝΙΤΣΗΣ ΠΕΤΡΟΣ & ΣΙΑ Ο.Ε. , ΠΑΤΗΣΙΩΝ 294,
11255 ΤΗΛ 2102281380 ΦΑΞ 2102014477
EMAIL GIANITSI@OTENET.GR

ΠΑΤΗΣΙΑ

ΠΕΡΙΚΛΗ ΓΕΩΡ. ΝΙΚΟΠΟΥΛΟΥ ΠΑΤΗΣΙΩΝ 185, 11253
2108673354 ΦΑΞ – 2108672871

ΠΕΡΙΣΤΕΡΙ

ΣΥΣΤΕΓΑΣΜΕΝΑ ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ ΛΥΓΔΑ ΑΣΠΑΣΙΑ –
ΛΥΓΔΑΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ , ΠΑΝΑΓΗ ΤΣΑΛΔΑΡΗ 37 , 12134
ΤΗΛ: 2105716881 ΦΑΞ 2105749149

ΜΠΑΤΖΑΚΑΚΗ ΜΑΡΙΑ

ΠΑΝΑΓΗ ΤΣΑΛΔΑΡΗ 85, 12134 2105748880 ΦΑΞ
-2105767969 ΜΒΑΤΖΑΚΑΚΙ@PHARMAXIS.GR

ΠΟΛΥΓΩΝΟ

ΜΠΑΤΑΝΑ ΕΥΦΡΟΣΥΝΗ – ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ & ΣΙΑ Ο.Ε.
, ΜΗΤΡΟΠΕΤΡΟΒΑ 39, 11476
ΤΗΛ 2106430689 EMAIL ΕΡΑΠΛΟΜ@OTENET.GR

ΣΥΝΤΑΓΜΑ

ΠΙΝΟΤΣΗ ΥΠΑΚΟΗ & ΣΙΑ Ο.Ε. , ΒΟΥΛΗΣ 12 &
ΚΑΡΑΓΙΩΡΓΗ ΣΕΡΒΙΑΣ 10562
ΤΗΛ 2103225982 ΦΑΞ 2103225982

ΦΙΛΟΘΕΗ

ΣΥΣΤΕΓΑΣΜΕΝΑ ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ ΕΛΙΣΑΒΕΤ ΣΧΟΛΕΙΑΔΗ
-ΚΥΡΙΑΖΑΝΟΥ & ΑΛΙΚΗ ΚΥΡΙΑΖΑΝΟΥ ΟΕ
ΒΑΣ ΓΕΩΡΓΙΟΥ Β 11, 15237 2106749827 ΦΑΞ
-2106749827 FILOTHEIPHARMACY@OTENET.GR

ΧΑΛΑΝΔΡΙ

ΚΑΛΑΜΠΟΚΙΔΟΥ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ -ΠΑΠΑΓΟΥ 14 ΤΗΛ-
2106854902 ΦΑΞ-2106854902, 15234

ΣΩΤΗΡΟΠΟΥΛΟΥ ΣΤ - ΜΑΚΡΗ Β ΟΕ , ΑΝΔΡΕΑ
ΠΑΠΑΝΔΡΕΟΥ 8 , 15233
2106814883 ΦΑΞ 2106814883 EMAIL VELO@OTEN-
ET.GR, ΤΟ ΦΑΡΜΑΚΕΙΟ ΛΕΙΤΟΥΡΓΕΙ ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΑ
ΑΠΟ 08:00 ΕΩΣ 23:00 ΕΚΤΟΣ ΚΥΡΙΑΚΗΣ

ΨΥΧΙΚΟ

ΣΙΩΡΗ ΕΛΕΝΗ , 25ΗΣ ΜΑΡΤΙΟΥ & ΞΑΝΘΟΥ 1 ,
15451, 2106745039 ΦΑΞ - 2106745029

ΠΕΙΡΑΙΑΣ

ΑΓΙΑ ΣΟΦΙΑ -ΠΕΙΡΑΙΑΣ

ΖΑΒΙΑΚΑ ΕΛΕΝΗ & ΣΙΑ ΟΕ
ΛΑΚΩΝΙΑΣ 25, 18543 , 2104202225 ΦΑΞ -
2104182686

ΚΑΜΙΝΑΡΗ ΕΥΑΝΘΙΑ , ΕΛ ΒΕΝΙΖΕΛΟΥ 90 , 18534
ΤΗΛ 2104116341 ΦΑΞ 2104116341

ΟΙΚΟΝΟΜΙΔΗΣ ΣΤΕΦΑΝΟΣ
ΚΑΡΑΟΛΗ & ΔΗΜΗΤΡΙΟΥ 78 , 18534 2104112989
ΦΑΞ -2104102885 STEFANOSOIKO@HOTMAIL.COM

ΣΤΑΥΡΟΥΛΑ Ν. ΜΠΑΡΜΠΑΓΙΑΝΝΗ ΜΗΤΡΩΟΥ 66
ΤΗΛ-2104535829
ΦΑΞ-2104526031, 18537

ΛΟΥΒΗΣ ΕΥΣΤΑΘΙΟΣ ΒΑΣ. ΓΕΩΡΓΙΟΥ Β4 ΤΗΛ-
2104113232
ΦΑΞ-2110144643, 18534

ΚΕΡΑΤΣΙΝΙ

ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥ ΔΕΣΠΟΙΝΑ, ΓΡΗΓ. ΛΑΜΠΡΑΚΗ 517,
18757, ΤΗΛ ΚΑΙ ΦΑΞ: 2104008676,
EMAIL: DCONSTANDINOU@HOL.GR

ΜΠΟΥΜΠΟΥΚΑ ΧΡΥΣΑΝΘΗ, Π.ΤΣΑΛΔΑΡΗ 42, ΤΗΛ:
2104315439, ΦΑΞ: 2104315478

ΚΟΡΥΔΑΛΛΟΣ

ΕΛΕΝΗ ΑΓΓΕΛΟΠΟΥΛΟΥ & ΣΙΑ Ο.Ε. ΗΠΕΙΡΟΥ 160,
18121, ΤΗΛ: 2105446457
EMAIL: PHARMACYINGR@GMAIL.COM

ΥΠΟΛΟΙΠΗ ΑΤΤΙΚΗ

ΑΓΙΑ ΜΑΡΙΝΑ

ΜΕΡΤΥΡΗΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ & ΣΙΑ Ο.Ε. ,
34° Χ Λ. ΣΟΥΝΙΟΥ , 19400
ΤΗΛ 2291091777 ΦΑΞ 2291091771

ΑΝΟΙΞΗ

ΠΕΡΡΩΤΗ - ΚΑΝΤΟΥΝΑ ΠΟΛΥΞΕΝΗ & ΣΙΑ Ε.Ε.Φαρμακεία,
ΠΛΑΤΕΙΑ ΑΝΟΙΞΕΩΣ 1, 14569, 2108141952
Φαξ: 2108141952

ΒΟΥΛΑ

ΓΕΡΑΚΙΟΥ ΤΖΟΥΛΙΑ , ΠΛΑΣΤΗΡΑ 11 , 16673
ΤΗΛ: 2109659980 ΦΑΞ 2108951768

ΚΟΡΩΠΙ

ΣΥΣΤΕΓΑΣΜΕΝΑ ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ ΝΙΚ ΑΥΓΕΡΙΝΟΣ & ΧΡΙΣΤΙΝΑ
ΑΥΓΕΡΙΝΟΥ Ο.Ε.Β. ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥ 138, 19400 2106623565
ΦΑΞ - 2106020107

ΠΟΡΤΟ ΡΑΦΤΗ

ΒΕΡΓΟΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ - Λ. ΓΡΕΓΟΥ - ΘΕΣΗ ΝΤΡΙΒΛΙΑ , 19003,
2299085450
ΦΑΞ - 2299074703

ΣΠΑΤΑ

ΟΛΥΜΠΙΑ ΜΑΓΟΥΡΗ & ΣΙΑ ΟΕ - ΔΗΜΑΡΧΟΥ ΧΡΗΣΤΟΥ
ΜΠΕΚΑ 100, 19004
2106635135 ΦΑΞ - 2106635134

ΒΑΡΗ

ΚΑΦΦΑ ΣΟΦΙΑ ΒΑΣ.ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥ 32
ΤΗΛ-2108970092 ΦΑΞ-2108970092
ΒΑΣ.ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥ 32, 16672

ΓΕΡΑΚΑΣ

ΚΥΡΙΔΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ Κ' ΣΙΑ Ο.Ε.
ΤΗΛ-2106614088 ΦΑΞ-2106614088 ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ 23,
15344

ΜΑΡΚΟΠΟΥΛΟ/ΑΤΤΙΚΗΣ

ΛΑΔΑ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ, ΣΟΥΝΙΟΥ 58, 19003 ΤΗΛ-2299040033
ΦΑΞ-2299040033

ΜΑΡΚΟΠΟΥΛΟ/ΩΡΟΠΟΥ

ΠΑΠΑΛΕΞΗ ΠΟΛΥΞΕΝΗ ΜΑΡΚΟΠΟΥΛΟ ΩΡΟΠΟΥ, 19015
ΤΗΛ-2295079061 ΦΑΞ-2295079061
POLIXENIPAPALEXI@GMAIL.COM

ΛΑΓΟΝΗΣΙ

ΔΑΔΙΩΤΗΣ Π. ΕΜΜΑΝΟΥΗΛ ΛΕΩΦΟΡΟΣ ΚΑΛΥΒΙΩΝ 51,
19010, ΤΗΛ-2291070061 ΦΑΞ-2291025009
MDADIO@OTENET.GR

ΠΑΛΑΙΑ ΠΕΝΤΕΛΗ

ΚΟΥΤΣΟΓΙΑΝΝΗ ΔΗΜΗΤΡΑ
ΒΑΣ.ΓΕΩΡΓΙΟΥ 3 , 15236 ΤΗΛ & ΦΑΞ -2108030209

ΕΠΑΡΧΙΑ

ΠΕΛΛΟΠΟΝΗΣΟΣ

ΑΡΓΟΣ

ΤΑΡΝΑΡΗ ΣΟΦΙΑ & ΣΙΑ Ο.Ε. , ΤΕΡΜΑ ΗΡΑΚΛΕΟΥΣ 5
21200, ΤΗΛ 2751068820 ΦΑΞ 2751068820

ΚΟΡΙΝΘΟΣ

ΚΡΙΕΜΠΑΡΔΗ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ , ΕΘΝΙΚΗΣ ΑΝΤΙΣΤΑΣΕΩΣ 93
20100, ΤΗΛ 2741080680 ΦΑΞ 2741080680

ΜΑΜΑΛΟΥΚΑΣ Γ & ΣΙΑ Ο.Ε. , ΣΩΓ ΠΥΛΑΡΙΝΟΥ 72 ,
20100, ΤΗΛ 2741022067 ΦΑΞ 2741073797

ΕΥΛΟΚΑΣΤΡΟ

ΚΛΑΔΟΥΧΟΣ ΑΝΤΩΝΗΣ , ΤΣΑΛΔΑΡΗ ΠΑΝΑΓΗ 53,
20400, ΤΗΛ 2743023644 ΦΑΞ 2743023680

ΝΑΥΠΛΙΟ

ΜΕΛΛΟΥ ΟΥΡΑΝΙΑ Κ' ΣΙΑ Ο.Ε. ΜΠΟΥΜΠΟΥΛΙΝΑΣ 37 ,
2100, ΤΗΛ-2752029844 ΦΑΞ-2752099375

ΠΑΤΡΑ

ΛΑΤΣΗΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ , ΜΕΣΟΛΟΓΓΙΟΥ 2 , 26221
ΤΗΛ 2610327820 ΦΑΞ 2610323862

ΠΡΟΣΕΛΕΝΤΗΣ – ΧΙΩΝΗΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ , ΚΟΡΙΝΘΟΥ 34
26223, ΤΗΛ 2610427878 ΦΑΞ 2610427878

ΡΑΠΤΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ & ΣΙΑ Ο.Ε. , ΚΟΛΟΚΟΤΡΩΝΗ 52 ,
26221, ΤΗΛ 2610279009 ΦΑΞ 2610279009 EMAIL
TEORAPTIS13@GMAIL.COM

ΣΥΣΤΕΓΑΣΜΕΝΑ ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ ΤΡΙΒΥΖΑ ΚΑΤΕΡΙΝΑ –
ΤΡΙΒΥΖΑ ΜΑΡΙΑ Ο.Ε. ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ 197 & ΑΡΕΘΑ ,
26443, ΤΗΛ 2610421145 ΦΑΞ 2610421145

ΤΡΙΠΟΛΗ

ΡΕΛΛΙΑ ΕΛΕΝΗ Π., Τ. ΣΕΧΙΩΤΗ 25 , 22100
2710239077 Φ 2710221353, INFO@E.RELLI.GR

ΒΟΛΟΣ

ΓΕΩΡΓΙΑ Ν. ΤΣΑΤΣΟΥ & ΣΙΑ Ο.Ε. , Κ. ΚΑΡΤΑΛΗ 102
38221, ΤΗΛ 2421029947 ΦΑΞ 2421029947
PHARMACY@TSATSOS.EU

ΔΡΑΜΑ

ΧΡΙΣΤΟΠΟΥΛΟΣ ΣΤΕΡΓΙΟΣ & ΣΙΑ Ο.Ε. , ΒΕΡΓΙΝΑΣ 49,
66100, ΤΗΛ 2521039715 ΦΑΞ 2521055083

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ

ΣΥΣΤΕΓΑΣΜΕΝΑ ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ ΝΙΚΟΛΑΟΣ ΔΑΝΙΛΟΥΛΗΣ
– ΑΛΙΚΗ ΚΟΥΤΟΥΡΟΥΣΗ & ΣΙΑ Ο.Ε. , ΤΣΙΜΙΣΚΗ 7 &
ΙΩΝΟΣ ΔΡΑΓΟΥΜΗ 2310547633 Φ 2310574632_ΚΙΝ
6945273159

ΕΥΟΣΜΟΣ

ΓΟΥΝΑΡΗ ΠΑΓΩΝΑ , ΟΛΥΜΠΙΑΔΟΣ 103, 56224
ΤΗΛ 2310776576 ΦΑΞ 2310776576

ΚΑΛΑΜΑΡΙΑ

ΑΡΓΥΡΙΟΥ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ , ΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΛΙΔΗ 2 , 55132
ΤΗΛ 2310450940 ΦΑΞ 2310450940

ΣΤΑΜΑΤΗ ΕΛΕΝΗ – ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ , ΠΟΝΤΟΥ 68 , 55131
ΤΗΛ 2310416244 ΦΑΞ 2310416244

ΣΙΝΔΟΣ

ΠΑΝΤΕΛΙΔΗΣ ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΣ , ΠΛΑΤΕΙΑ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑΣ 2,
57400, ΤΗΛ 2310798107 ΦΑΞ 2310798448

ΚΙΛΚΙΣ

ΠΕΤΜΕΖΑΣ ΝΙΚΟΣ & ΣΙΑ Ο.Ε. , Ν. ΣΑΝΤΑ 61100,
ΤΗΛ 2341064194 ΦΑΞ 2341064194

ΝΑΟΥΣΑ

ΠΟΥΤΟΥΡΗ ΔΕΣΠΟΙΝΑ Α. , ΠΛΑΤΕΙΑ ΔΙΟΙΚΗΤΗΡΙΟΥ 1 ,
59200, ΤΗΛ 2332022831 ΦΑΞ 2332022831

ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗ

ΑΘΑΝΑΣΙΑΔΟΥ ΕΥΑΝΘΙΑ & ΣΙΑ Ε.Ε. , 14ΗΣ ΜΑΪΟΥ 53, 68100,
ΤΗΛ 2551026478 ΦΑΞ 2551088595

Ν.ΗΜΑΘΕΙΑΣ

ΑΛΕΞΑΝΔΡΕΙΑ

ΚΟΚΚΙΝΟΥ ΦΡΟΣΩ ΧΡΙΣΤΙΝΑ , Δ. ΒΕΤΣΟΠΟΥΛΟΥ 45, 59300,
ΤΗΛ 2333023362 ΦΑΞ 2333028248

ΧΑΛΚΙΔΑ

ΔΗΜΗΤΡΙΟΥ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ , ΕΛ ΒΕΝΙΖΕΛΟΥ 77, 34100
ΤΗΛ 2221082210 ΦΑΞ 2221082803
EMAIL DIM-PHAR@OTENET.GR

ΑΓΓΕΛΙΑ

Ενοικιάζεται
στην Καλλιθέα
χαροκόπου αυτόνομος
επαγγελματικός χώρος
86τμ 1 ου ορόφου
κατάλληλος για ιατρείο,
φωτεινός ανακαινισμένος
δίπλα στον ΗΣΑΠ
Τάχυρον τιμή ευκαιρίας
τηλ: 693 2255 853
Δημήτρης Πατερουλάκης





Για βαριά, πρησμένα,
κουρασμένα πόδια και για
την καλή λειτουργία της
μικροκυκλοφορίας

Το RuscoVen BioGel είναι ένα βιολογικό καλλυντικό που χαρίζει σύσφιξη και ελαστικότητα, ενώ παράλληλα μειώνει την αίσθηση του βάρους στα κάτω άκρα. Η συνεργική δράση του εκχυλίσματος του Ρούσκου, με τα άλλα φυτοσυμπλέγματα, έχουν μια ευεργετική δράση στη μικροκυκλοφορία. Αυτή η συνέργεια επιτρέπει στο RuscoVen να βελτιώνει τη φλεβική μικροκυκλοφορία και να μειώνει την αίσθηση του βάρους στα κάτω άκρα. Η παρουσία του αιθέριου ελαίου της Μέντας προσδίδει επίσης μια ευχάριστη αίσθηση φρεσκάδας.

Η επιλογή μας να συνθέσουμε τη γέλη από εκχύλισμα θαλάσσιου λειχήνα, ένα κόκκινο φύκος με φυσική πηκτική δράση, μας επέτρεψε να εξαλείψουμε τα συνθετικά πηκτικά παράγωγα του πετρελαίου και να δημιουργήσουμε ένα gel, το οποίο δημιουργεί ένα ανεπαίσθητο φιλμ, που αποδίδει στο δέρμα τις ευεργετικές δράσεις των ενεργών συστατικών του για όλη την ημέρα.

Τρόπος χρήσης Εφαρμόστε μια ικανοποιητική ποσότητα gel και κάντε ένα ελαφρό μασάζ με κινήσεις από κάτω προς τα πάνω. Συστήνονται 2 εφαρμογές την ημέρα κατά προτίμηση το πρωί και το βράδυ.

Σύνθεση: Aqua, Alcohol*, Glycerin, Betaine, Chondrus Crispus, Mentha Piperita Leaf Oil, Xylitol, Ruscus Aculeatus Root Extract*, Aesculus Hippocastanum Fruit Extract*, Centella Asiatica Leaf Extract, Vitis Vinifera Leaf Extract, Althaea Officinalis Root Extract*, Citric Acid, Aroma, Glucose, Potassium Sorbate, Sodium Dehydroacetate, Benzyl Alcohol, Limonene, Linalool, Citronellol, Geraniol.

* Βιολογικό συστατικό

RuscoVen Bio Gel / Σωληνάριο των 100 ml

Παράγεται από: **Aboca S. p.A. Società Agricola** Loc. Aboca, 20 - 52037 Sansepolcro (AR) • www.aboca.com



RuscoVen

ο ειδικός για την ευεξία των ποδιών σας

KaboNatura
s.p.a. - 20137 Sansepolcro (AR)

Διανέμεται από: KABONATURA O. E
Ιερών Παύλου 3, ΑΝΟΙΕΗ 14569, ΑΤΤΙΚΗ.
τηλ. 210 800 4866, fax 210 800 4865
e-mail info@kabonatura.com
www.kabonatura.gr

Aboca®

Laboratories' link by
Genomed



**ΙΑΤΡΙΚΗ
ΦΡΟΝΤΙΔΑ**



**ΠΑΧΥΣΑΡΚΙΑ
ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ
ΒΑΡΟΥΣ**



**ΣΩΣΤΗ ΕΠΙΛΟΓΗ
ΤΡΟΠΟΥ ΖΩΗΣ
& ΑΝΤΙΓΗΡΑΝΣΗ**



**ΑΘΛΗΤΙΚΕΣ
ΕΠΙΔΟΣΕΙΣ**

Όταν η Επιστήμη και η Πρόληψη Συμβαδίζουν,
τα Γονίδια Αποκαλύπτουν ...

Υπηρεσίες Γονιδιακού Ελέγχου
Ομήρου 70,
Νέα Σμύρνη, 17121
Τηλ: 210.9319050
Fax: 211.8002242

www.genomed.gr, e-mail: genomed@genomed.gr