



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ
ΚΟΣΜΗΤΟΛΟΓΙΑΣ

ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ-ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ-ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ

ΤΕΥΧΟΣ 32

ΤΟ

ΠΕΡΙΟΔΙΚΟ ΚΟΣΜΗΤΟΛΟΓΙΑΣ

ΚΑΛΛΥΝΤΙΚΟ

Ευρωπαϊκή
Νομοθεσία
1223/2009
για τα καλλυντικά
προϊόντα

Ακμή

Αντι-
γήρανση
& STRESS



ΚΩΔΙΚΟΣ: 01-7517
ΕΚΔΟΤΗΣ: NEW GENOMED ΕΠΕ
Ομήρου 70, Ν.Σ.μύνη - 17121

Αναπτυξιακό
Μοντέλο
Τουρισμού
Υγείας

Έκδοση
Genomed
Laboratories' link by

Private Label

Κατάλογος
Καλλυντικών
2014-2015
www.genomed.gr



private label



εμείς το κάνουμε

Έρευνα και ανάπτυξη προϊόντων
Δημιουργία προτύπων δειγμάτων
Τεχνική υποστήριξη παραγωγής
Θέματα νομοθεσίας
Σύνταξη τεχνικού φακέλου ΕΟΦ
Χημικές αναλύσεις
Μικροβιολογικοί έλεγχοι
Δερματολογικοί έλεγχοι
Τέστ αποτελεσματικότητας
Μικρές παραγωγές για Φαρμακεία

Σειρά προσώπου
Σειρά σώματος
Σειρά μαλλιών
Ιατροτεχνολογικά
Φάρμακα
Συμπληρώματα
διατροφής
DNA τέστ
Clinical studies



Σε Συνεργασία με Κορυφαίους
Δερματολόγους και Χημικούς

 **Genomed**

Υπηρεσίες Ανάπτυξης προϊόντων
Κεντρικά : Ομήρου 70 Ν.Σμόρνη, 17121 τηλ: 2109319050, ΦΑΞ: 2118002
www.genomed.gr, e-mail: genomed@genomed.gr

_περιεχόμενα

σελ

Ομιλία στην Ημερίδα της Ελληνικής
Εταιρείας Κοσμητολογίας 7

Ακμή 11

Προσδιορισμός προσωπικών
αναγκών για την αντιγήρανση
και επιλογή εξατομικευμένων
καλλυντικών 19

Αναπτυξιακό Μοντέλο
Τουρισμού Υγείας 24

Αντι-γήρανση
& STRESS 33

Παρουσίαση Φαρμακείου 42

Το ένζυμο της αθανασίας:
τελομεράση 46

Παρουσίαση εταιρείας 48

Συνταγές ομορφιάς 54

Τα Νέα της EEK 56

Δελτία Τύπου 58

Φαρμακεία μέλη της EEK 62

_editorial

Αγαπητοί Συνάδελφοι,



Στο παρόν τεύχος, παρουσιάζεται η ομιλία του συναδέλφου κ.Καπετάνστρατάκη που πραγματοποιήθηκε στην Ημερίδα της Ε.Ε.Κ. και αφορά όλα τα θέματα που προκύπτουν από το νέο κανονισμό και απασχολούν τη Βιομηχανία Καλλυντικών (π.χ. νανοϋλικά, καλλυντικοεπαγρύπνηση, GMP, υπεύθυνο πρόσωπο κ.λπ.). Η Ε.Ε.Κ. έχει προγραμματίσει μία ημερίδα ειδικά για τα θέματα της νομοθεσίας που συνεχώς εξελίσσεται και απασχολεί όλους τους συναδέλφους. Τα υπόλοιπα άρθρα αφορούν σε γενικότερα θέματα όπως: Ακμή, Τουρισμός υγείας και ιαματικές πηγές, Αντι-γήρανση & Stress, Τελομεράση: το ένζυμο της αθανασίας.

Δυστυχώς λόγω της έλλειψης αρκετών επιστημονικών άρθρων προς δημοσίευση, η έκδοση του περιοδικού καθίσταται ιδιαίτερα δύσκολη. Το Δ.Σ. της Ε.Ε.Κ. κάνει ότι είναι δυνατό για τη συνέχιση της έκδοσης, ωστόσο είναι αναγκασμένο να πάρει ορισμένες αποφάσεις για τις οποίες θα ενημερωθείτε σύντομα. Ενημέρωση για τις εκδηλώσεις και τα νέα της Ε.Ε.Κ. μπορείτε να βρίσκετε στην Ιστοσελίδα μας (<http://eek.org.gr>) και στις ιστοσελίδες κοινωνικής δικτύωσης Facebook (<http://www.facebook.com/groups/331377246884262/>), και LinkedIn http://www.linkedin.com/groups?gid=4198751&trk=hb_side_g). Ελπίζουμε να συνεχίσετε να στηρίζετε έμπρακτα την προσπάθεια της Ελληνικής Εταιρείας Κοσμητολογίας.

Με Συναδελφικούς χαιρετισμούς
Ο Πρόεδρος της Ε.Ε.Κ.
Γεώργιος Θ. Παπαϊωάννου
Ομ. Καθηγητής Πανεπιστημίου Αθηνών

Τα ευλόγητα άρθρα εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συγγραφέων.
Το περιοδικό διατηρεί το δικαίωμα συντόμευσης των δελτίων τύπου που λαμβάνει.

ΕΠΙΣΗΜΟ ΤΡΙΜΗΝΙΑΙΟ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟ
ΤΗΣ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ ΚΟΣΜΗΤΟΛΟΓΙΑΣ
Τεύχος 32 • Οκτώβριος Νοέμβριος Δεκέμβριος 2013

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 Χημικός, Σύμβουλος Ανάπτυξης και Καινοτομίας Καλλυντικών Προϊόντων
Σ. ΧΑΛΜΠΕΣ	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, ΕΚΠΑ

Επιστημονική Επιμελήτρια

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

Επιστημονική επιτροπή

Α. ΚΑΤΣΑΜΠΑΣ Ν. ΣΤΑΥΡΙΑΝΕΑΣ Α. ΚΑΤΣΑΡΟΥ Χ. ΑΝΤΩΝΙΟΥ	Καθηγητής Δερματολογίας ΕΚΠΑ Καθηγητής Δερματολογίας ΕΚΠΑ Καθηγήτρια 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. ΠΡΩΤΟΠΑΠΑ	Καθηγήτρια Τμ. Αισθητικής & Κοσμητολογίας, ΑΤΕΙ Αθήνας
Α. ΒΑΡΒΑΡΕΣΟΥ	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 Υλης: Κουρούβανη Ακριβή
Διεύθυνση Προγραμματισμού & Παραγωγής: Ελένη Τζομπανάκη
Επιμέλεια - Συντονισμός Έκδοσης: ΑΡΡ Καίτη Αντωνοπούλου

Με την εγγύηση και
την τεχνογνωσία της
trimed easy pharmacy

Κατασκευή, τοποθέτηση
και service από την Εταιρεία
μας, σε όλη την Ελλάδα

Η φαρμακευτική αγορά αλλάζει



Μαζί χτίζουμε το ανταγωνιστικό φαρμακείο

Ομιλία στην Ημερίδα της Ελληνικής Εταιρείας Κοσμητολογίας με θέμα:

«Εισαγωγική ομιλία για όλα τα θέματα που προκύπτουν
από το νέο κανονισμό και απασχολούν τη Βιομηχανία
Καλλυντικών (π.χ. νανοϋλικά, καλλυντικοεπαγρύπνηση,
GMP, υπεύθυνο πρόσωπο κ.λπ.)»

Το Υπεύθυνο Πρόσωπο, που σαν έννοια εμφανίζεται
πρώτη φορά στην 1223/2009, έχει ως καθήκον του
να διατηρεί τον Φάκελο του καλλυντικού προϊόντος
και να μπορεί να τον διαθέσει στις Ευρωπαϊκές Αρχές
όποτε του ζητηθεί, για μία περίοδο από την πρώτη κυ-
κλοφορία του καλλυντικού προϊόντος.

μέχρι 10 χρόνια από την παραγωγή της τελευταίας του
παρτίδας. Θα πρέπει να έχει έδρα εντός της Ευρωπαϊ-
κής Ένωσης και είναι υπεύθυνος ώστε να εξασφαλί-
ζει ότι τα προϊόντα για τα οποία είναι υπεύθυνος είναι
σύννομα με βάση την Ευρωπαϊκή Νομοθεσία. Πλέον
δεν επιτρέπεται να κυκλοφορούν στην Ευρωπαϊκή
Αγορά προϊόντα στα οποία δεν έχει ανατεθεί Υπεύθυ-
νο Πρόσωπο. Σε περίπτωση που δεν ανατεθεί σε κά-
ποιον άλλο, Υπεύθυνο Πρόσωπο για ένα καλλυντικό
προϊόν που παρασκευάζεται εντός της Ε.Ε. θεωρείται
ο ίδιος ο παραγωγός. Αντίστοιχα, για ένα προϊόν που
παρασκευάζεται από χώρα εκτός της Ε.Ε., υπεύθυνο
πρόσωπο θεωρείται ο πρώτος εισαγωγέας στην Ε.Ε.
εκτός και αν ανατεθεί σε τρίτο πρόσωπο.

Πριν τοποθετηθεί οποιοδήποτε προϊόν στην Ευρωπαϊ-
κή Αγορά το Υπεύθυνο Πρόσωπο θα πρέπει να εξα-
σφαλίζει ότι το προϊόν πληρεί όλες τις προϋποθέσεις
που έχει θεσπίσει ο νέος Ευρωπαϊκός Κανονισμός.
Πιο συγκεκριμένα οι υποχρεώσεις του Υπεύθυνου
Προσώπου έχουν να κάνουν με:

1. Την ασφάλεια του προϊόντος (Άρθρο 3)
2. Την ορθή παρασκευαστική πρακτική (GM.P., Άρ-
θρο 8)
3. Την εκτίμηση ασφαλείας (Safety Assessment, Άρ-
θρο 10) και τον φάκελο πληροφοριών προϊόντος
(Product Information File, P.I.F., Άρθρο 11).
4. Τη δειγματοληψία και τις αναλύσεις (ελέγχους, Άρ-
θρο 12)
5. Την κοινοποίηση (Notification, Άρθρο 13)
6. Τους περιορισμούς για ουσίες που αναφέρονται
στα παραρτήματα του 1223/2009 (Άρθρο 14)
7. Τις ουσίες CMR (Άρθρο 15)
8. Τα νανοϋλικά (Άρθρο 16)
9. Τα ίχνη απαγορευμένων ουσιών (Άρθρο 17)
10. Τη διενέργεια δοκιμών σε ζώα (Άρθρο 18)
11. Την επισήμανση του προϊόντος (Άρθρο 19)
12. Τους ισχυρισμούς για την αποτελεσματικότητα
του προϊόντος (Άρθρο 20)
13. Την πρόσβαση του κοινού στις πληροφορίες (Άρ-
θρο 21)

Ομιλία

Γιάννης Καπετανστρατάκης,

Chemist, MSc in Forensic Science,
Safety Assessor
QACS Ltd.

Η Ευρωπαϊκή νομοθεσία 1223/2009 για τα καλ-
λυντικά προϊόντα, που τέθηκε σε πλήρη εφαρ-
μογή τον Ιούλιο του 2013 αναφέρει ποιά βήματα
καλούνται πλέον να ακολουθήσουν οι παρα-
γωγοί, οι διανομείς και όσοι ασχολούνται με τον
κλάδο των καλλυντικών έτσι ώστε να μπορούν
να κυκλοφορούν τα προϊόντα τους ελεύθερα
στην Ευρωπαϊκή Αγορά. Είναι πολύ πιο απαι-
τητική από την υπάρχουσα ντιρεκτίβα (76/768/
EE) την οποία και αντικαθιστά και σκοπός της
είναι να εναρμονήσει όλους τους παραγωγούς
και διανομείς καλλυντικών έτσι ώστε να προκύ-
πτει η μέγιστη δυνατή ασφάλεια τόσο για τους
καταναλωτές όσο και για τα προϊόντα.

Οι κύριες αρμοδιότητες που καλούνται να ακο-
λουθήσουν όσοι κυκλοφορούν καλλυντικά
προϊόντα στην Ευρωπαϊκή Αγορά είναι η ανά-
θεση του Υπεύθυνου Προσώπου (Responsible
Person) και η κοινοποίηση των προϊόντων
τους στο πόρταλ της Ευρωπαϊκής Ένωσης
(Notification). Για να πραγματοποιηθεί η γνω-
στοποίηση το προϊόν θα πρέπει πρώτα να έχει
αξιολογηθεί ως προς την ασφάλειά του από
τον αξιολογητή ασφαλείας (Safety Assessor) ο
οποίος και θα παρουσιάζει τα ευρήματά του
στην έκθεση ασφαλείας (Safety Assessment).
Η έκθεση ασφαλείας και όλες οι αναλύσεις που
έχουν γίνει σε ένα προϊόν, περιέχονται στον
Φάκελο του Καλλυντικού Προϊόντος (Product
Information File, P.I.F) μαζί με όλες τις υπόλοι-
πες πληροφορίες που το ταυτοποιούν (μακέ-
τα, φόρμουλα, μέθοδος παραγωγής κτλ).

ΕΠΙΛΕΞΤΕ
ΕΠΙΓΡΑΦΕΣ **LED**

ΕΜΠΙΣΤΕΥΤΕΙΤΕ ΤΟΥΣ ΚΑΤΑΣΚΕΥΑΣΤΕΣ

Προβάλετε μηνύματα
σε όλες τις γλώσσες!



Κατασκευή, τοποθέτηση και service
από την Εταιρεία μας, σε όλη την Ελλάδα

08/08/2013

ΘΕΡΜΟΚΡΑΣΙΑ

ΣΥΜΠΛΗΡΩ

ΟΡΘΟΠΕΔΙΚ

Με πιστοποίηση CE-EMC, CE-LVD, ROHS

Επιγραφές εξωτερικού χώρου, νέας γενιάς LED MATRIX, με δυνατότητα
κατασκευής στα μέτρα που χρειάζεστε, με πράσινα, κόκκινα ή έγχρωμο led.

- Ασύρματη σύνδεση με ηλεκτρονικά υπολογιστή
- Δυνατότητα απεικόνισης:



*Το έργο μας περνάει

ΓΙΑ ΔΥΝΑΜΙΚΗ,
ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΗ
ΠΡΟΒΟΛΗ

- ✓ των προσφορών σας
- ✓ των προϊόντων σας
- ✓ των υπηρεσιών σας



Τηλ. κέντρο: 801 11 28600
(κλήση από σταθερά με χρέωση οριστικής μονάδας)
Τηλ.: 2510 229677
Fax: 2510 247017

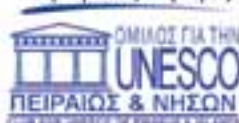


www.trimed.gr
email: info@trimed.gr

Facebook : <http://www.facebook.com/trimedgr>

YouTube : www.youtube.com/trimedgreece/

Υπερήφανος χορηγός:



14. Τη γνωστοποίηση σοβαρών ανεπιθύμητων ενεργειών (Άρθρο 23)
15. Πληροφορίες για ουσίες (Άρθρο 24)

Αναλυτικότερα το υπεύθυνο πρόσωπο θα πρέπει να εξασφαλίζει ότι το προϊόν δεν ενέχει κινδύνους για τους καταναλωτές όταν χρησιμοποιείται υπό αναμενόμενες συνθήκες. Θα πρέπει να ελέγχει ότι εφαρμόζεται το πρότυπο ISO 22716:2007 (Cosmetics G.M.P.) κατά την παραγωγή του καλλυντικού προϊόντος. Θα πρέπει να εξασφαλίζει ότι έχει πραγματοποιηθεί εκτίμηση ασφαλείας του καλλυντικού προϊόντος με βάση το Παράρτημα Ι του 1223/2009 η οποία θα παρουσιάζεται στην έκθεση αξιολόγησης ασφαλείας. Σε αυτή θα πρέπει να έχει συνεκτιμηθεί η έκθεση που θα έχει ο καταναλωτής σε κάθε ένα συστατικό του καλλυντικού προϊόντος με βάση τη χρήση του προϊόντος, έτσι ώστε να προκύψει ένας τοξικολογικός θεωρητικός έλεγχος για κάθε συστατικό του. Ενώ το περιεχόμενο της έκθεσης έχει καταστεί σαφές απο την Ε.Ε. όχι μόνο μέσω του Παραρτήματος Ι του 1223/2009, αλλά και μέσω των Ορίσων της SCCS, δεν υπάρχει σαφή εικόνα για το ποιός μπορεί να είναι αξιολογητής ασφαλείας. Με βάση την Ολλανδική Νομοθεσία αυτός θα πρέπει να είναι κάτοχος μεταπτυχιακού διπλώματος ειδίκευσης (Μ.Δ. Ε.) στους τομείς της Φαρμακευτικής, Τοξικολογίας ή συναφών τομέων και να έχει εμπειρία στον χώρο των καλλυντικών. Η έκθεση αξιολόγησης ασφαλείας θα πρέπει να κρατείται μαζί με τον Φάκελο του Καλλυντικού Προϊόντος. Μέσα στις αρμοδιότητες του υπεύθυνου προσώπου είναι η εξασφάλιση ότι η δειγματοληψία και οι έλεγχοι στο προϊόν πραγματοποιούνται με αξιόπιστο και επαναλήψιμο τρόπο. Η κοινοποίηση του καλλυντικού προϊόντος θα πρέπει να έχει γίνει πριν την κυκλοφορία του προϊόντος στην αγορά. Επίσης θα πρέπει πρώτα να έχει πραγματοποιηθεί αξιολόγηση της ασφαλείας του με ικανοποιητικά αποτελέσματα. Για να γίνει η κοινοποίηση του προϊόντος θα πρέπει να παρέχονται πληροφορίες όπως η φόρμουλα του προϊόντος, η περιγραφή του, οι προδιαγραφές του, αν περιέχει νανοϋλικά ή CMR ουσίες, αν πρόκειται να χρησιμοποιηθεί από παιδιά κάτω των 3 ετών, φωτογραφίες και ετικέτες του προϊόντος, αν πωλείται σε συσκευασία με άλλα προϊόντα και η χώρα προέλευσης του στην Επιτροπή μέσω του πύργου της Ε.Ε. (Cosmetic Products Notification Portal, CPNP, <https://webgate.ec.europa.eu/cnp/public/tutorial.cfm?CFID=44722036&CFTOKEN=f13c636d6dbe50db-E1227A3B-0E67-604F-C93F6A147AE04C4B&jsessionid=9218f9576530a9b98aa47e3c17183043c462TR>) Όσον αφορά τα νανοϋλικά αν περιέχονται σε

κάποιο καλλυντικό προϊόν, αυτό θα πρέπει να δηλώνεται στην Επιτροπή 6 μήνες πριν τη κυκλοφορία του καλλυντικού προϊόντος στην αγορά. Ο τελικός έλεγχος της ετικέτας του προϊόντος, θα γίνεται από το υπεύθυνο πρόσωπο το οποίο θα πρέπει να εξασφαλίζει ότι αναφέρονται πληροφορίες όπως το όνομα και η διεύθυνση του υπεύθυνου προσώπου, ο όγκος ή το βάρος του προϊόντος, ημερομηνία λήξης του προϊόντος (Date of Minimum Durability, Period After Opening, PAO) και η λίστα με τα συστατικά του προϊόντος κατά φθίνουσα σειρά ανάλογα με την συγκέντρωσή τους στο τελικό προϊόν. Στην ετικέτα δεν θα πρέπει να αναφέρονται ισχυρισμοί που προσδίδουν στο προϊόν ιδιότητες τις οποίες δεν έχει ή που δεν έχουν αποδειχθεί ότι έχει. Όλες οι πληροφορίες θα πρέπει να είναι διαθέσιμες στο κοινό αν ζητηθούν χωρίς όμως να προσβάλλονται τα πνευματικά δικαιώματα των παραγωγών. Ένα πολύ σημαντικό κομμάτι στο οποίο πρέπει να ενημερώνεται το υπεύθυνο πρόσωπο είναι, η παρακολούθηση της αγοράς και η καταγραφή ανεπιθύμητων παρενεργειών από τη χρήση των προϊόντων για τα οποία είναι υπεύθυνο. Αν τέτοιες προκύψουν θα πρέπει να ενημερώνεται και ο αξιολογητής ασφαλείας. Με βάση όλα τα παραπάνω οι αναλύσεις που πρέπει να γίνουν σε ένα προϊόν πριν κυκλοφορήσει στην ευρωπαϊκή αγορά είναι ιδιαίτερα απαιτητικές. Αυτές περιλαμβάνουν: τον έλεγχο για προσμίξεις και ίχνη απαγορευμένων ουσιών (βαρέα μέταλλα, αλλεργιογόνα κτλ), τον έλεγχο της αποτελεσματικότητας του συστήματος συντήρησης του καλλυντικού προϊόντος (challenge test), τη σταθερότητα του προϊόντος και τη συμβατότητά του με τον περιέκτη του (stability-compatibility test), τον δερματολογικό έλεγχο του προϊόντος (patch test) και έλεγχο της αποτελεσματικότητάς του (efficacy test). Οι ουσίες οι οποίες υπόκεινται σε κάποιον περιορισμό αναφέρονται στα Παραρτήματα II (απαγορευμένες ουσίες), III (ουσίες με περιορισμό), IV (επιτρεπόμενα χρώματα), V (επιτρεπόμενα συντηρητικά) και VI (επιτρεπόμενα φίλτρα). Η παρουσία αυτών των ουσιών μπορεί να επιτραπεί σε πολύ μικρά ποσοστά με βάση το άρθρο 17, μόνο αν η παρουσία τους είναι αναπόφευκτη με βάση τις καλές παραγωγικές διαδικασίες. Τέτοιες ουσίες είναι τα βαρέα μέταλλα (σκιές, make up προϊόντα), τα αλλεργιογόνα (αρώματα, προϊόντα με εκχυλίσματα), τα χρώματα (σαμπουάν, αφρόλουτρα), τα συντηρητικά και άλλες χημικές ουσίες.

Η παρουσία των βαρέων μετάλλων στα καλλυντικά δεν έχει οριοθετηθεί σαφώς από την Ε.Ε. Η μόνη χώρα που έχει προβεί σε δημοσίευση σαφών ορίων για την παρουσία των βαρέων μετάλλων στα καλλυντικά είναι η Γερμανία. Άλλες νομοθεσίες για την παρουσία βαρέων μετάλλων που υιοθετούνται και από τα καλλυντικά είναι αυτές που θεσπίζουν όρια παρουσίας των μετάλλων σε τρόφιμα, τατουάζ και άλλα. Η παρουσία των αλλεργιογόνων στα καλλυντικά προϊόντα ελέγχεται από το Παράρτημα III του 1223/2009. Πιο ολοκληρωμένη και αναλυτική εικόνα για τα αλλεργιογόνα βρίσκεται στο Ορίσιν της SCCS του 2010 όπου αναφέρεται ο έλεγχος σε 26 ουσίες οι οποίες θα πρέπει να αναγράφονται στην ετικέτα του προϊόντος με βάση το ποσοστό τους και το είδος του προϊόντος (εκπλενόμενο ή μη). Το συγκεκριμένο Ορίσιν δεν ήταν όμως επαρκές ώστε να καλύψει όλες τις αλλεργιογόνες ουσίες που μπορούν να βρεθούν στα καλλυντικά. Έτσι πρόσφατα δημοσιεύθηκε ένα νέο Ορίσιν της SCCS (SCCS/1459/11) το οποίο δεν έχει τεθεί ακόμη σε εφαρμογή. Αυτό αναφέρει 153 νέες αλλεργιογόνες ουσίες (σύνολο 179). Άλλες ουσίες που ελέγχονται και βρίσκονται στα Παραρτήματα είναι χημικές ουσίες όπως η φορμαλδεΰδη (συντηρητικά όπως το DMDM Hydantoin είναι δότες φορμαλδεΰδης), το φθόριο (οδοντόπαστες) και άλλα. Ο έλεγχος της αποτελεσματικότητας της συντήρησης του προϊόντος γίνεται από το challenge test. Υπάρχουν αρκετά πρωτόκολλα challenge test που είναι αποδεκτά από την Ε.Ε. και διαφέρουν κυρίως στον αριθμό των μικροοργανισμών που ελέγχουν και στα κριτήρια αποδοχής. Τέτοια είναι της Ευρωπαϊκής και Αμερικανικής Φαρμακοποιίας, το ISO 11930 και άλλα. Όπως αναφέρθηκε και παραπάνω, στη συσκευασία θα πρέπει να αναγράφεται η ημερομηνία ελάχιστης διατηρησιμότητας. Θα πρέπει να εξασφαλίζεται για κάθε προϊόν ότι καθ'όλη τη διάρκεια ζωής του διατηρεί ανέπαφες τις ιδιότητες που είχε κατά την παραγωγή του και ότι είναι συμβατό με τον περιέκτη του. Έτσι θα πρέ-

πει να γίνεται έλεγχος των συντηρητικών του, των φίλτρων του σε περίπτωση αντιηλιακού, του φθορίου σε περίπτωση οδοντόπαστας και άλλα. Ο έλεγχος αυτός πραγματοποιείται στρεσάροντας το προϊόν σε υψηλές/χαμηλές θερμοκρασίες και υγρασίες για συγκεκριμένο χρονικό διάστημα (συνήθως 3 μήνες). Ο έλεγχος αυτός ονομάζεται stability test. Έτσι: Σημαντικός είναι επίσης ο έλεγχος κατά το stability test της μετανάστευσης ουσιών όπως τα φθαλικά και τα βαρέα μέταλλα από τον περιέκτη στο προϊόν. Ένας ακόμη έλεγχος που εξασφαλίζει την ασφάλεια του προϊόντος είναι ο δερματολογικός έλεγχος. Με αυτόν ελέγχεται αν ένα προϊόν έχει την δυνατότητα να προκαλέσει αλλεργία ή ερεθισμό. Οι δύο τρόποι που μπορεί να γίνει δερματολογικός έλεγχος είναι το patch test και το HRIPT test. Η διαφορά των δύο είναι ότι το patch test ελέγχει αν ένα προϊόν είναι ερεθιστικό, ενώ το HRIPT test αν είναι υποαλλεργικό. Αν τα αποτελέσματα είναι ικανοποιητικά μπορεί να αναγράφεται πάνω στην ετικέτα του προϊόντος "δερματολογικά ελεγμένο" ή "υποαλλεργικό". Πολλές φορές αναφέρονται στις ετικέτες των καλλυντικών προϊόντων ισχυρισμοί που είτε δεν έχουν αποδειχθεί (ενυδατικό, αντιρυτιδικό κτλ) ή που δεν μπορούν να αποδειχθούν και είναι παραπλανητικοί για τον καταναλωτή (αποτρέπει την γήρανση, επουλώνει, μακραίνει τα μαλλιά κτλ). Η Ε.Ε. ενώ ήταν πάντα ευαίσθητη σε θέματα παραπλάνησης του καταναλωτή μέχρι πρόσφατα δεν είχε εκδόσει κάποια ντιρεκτίβα για τους ισχυρισμούς στα καλλυντικά προϊόντα που τους προσδίδουν ιδιότητες που δεν έχουν. Ο έλεγχος για την απόδειξη των ισχυρισμών μπορεί να γίνει με τεχνικά μέσα είτε με πάνελ εθελοντών. Όπως φαίνεται και από τα παραπάνω, ενώ οι αρμοδιότητες του υπεύθυνου προσώπου είναι πολλές και υποδεικνύουν άτομα με βαθιά γνώση και εμπειρία στο χώρο του καλλυντικού προϊόντος, εντούτοις η Ε.Ε. δεν αναφέρει τι γνώσεις χρειάζεται να έχει το υπεύθυνο πρόσωπο.

Ημερομηνία Ελάχιστης Διατηρησιμότητας	Αναγραφή Ημερομηνίας Λήξης	Αναγραφή PAO
≤30 μήνες	Υποχρεωτική	Προαιρετική
>30 μήνες	Προαιρετική	Υποχρεωτική

Η νομοθεσία κινείται στην κατεύθυνση του να κάνει τα προϊόντα πιο ασφαλή και αποτελεσματικά, πράγμα που θα οδηγήσει στην βελτίωση των προϊόντων προς όφελος όχι μόνο των καταναλωτών αλλά και των παραγωγών.

Γονιδιακός έλεγχος για

- | | |
|---|--|
| ☐ Σύνθεση και Διάσπαση κολλαγόνου | ☐ Προστασία - επαναδόμηση του DNA του δέρματος |
| ☐ Ανάπλαση σε βάθος | ☐ Θαμπή όψη, απώλεια ελαστικότητας |
| ☐ Επούλωση χωρίς ατέλειες | ☐ Πρόληψη σχηματισμού ουλών από τραυματισμό, εγχείρηση, έγκαυμα, ακμή, δερμοαπόξεση, laser, αποτρίχωση, Peeling |
| ☐ Αντιφλεγμονώδης δράση | |
| ☐ Αντιγήρανση, ανανέωση, | |
| ☐ Τριχόπτωση | |
| ☐ Δισχρωμίες | |
| ☐ Πανάδες | |
| ☐ Μέλασμα | |
| ☐ Υπερκεράτωση | |
| ☐ Ρυτίδες | |
| ☐ Κοινή ακμή, φαγεσворική, οζώδης, κυστική, σμηγματορροϊκή | |
| ☐ Ερεθισμό, κοκκινίλες | |
| ☐ Φωτογήρανση | |
| ☐ Δυνατότητα Αντιοξειδωσης και Αποτοξίνωση | |
| ☐ Κυτταρική γήρανση | |
| ☐ Επιδιόρθωση βλαβών από UV ακτινοβολία | |
| ☐ Ευαισθησία στην ηλιακή ακτινοβολία | |



Συνιστάται από δερματολόγους
Αποκλειστικά στα φαρμακεία
Αρ.Μητρώου ΕΟΦ Ι 789 05 2016

Genomed

Ακμή

ΑΡΘΡΟ

Δρ Κλειώ Δεσινιώτη

Δερματολόγος-Αφροδισιολόγος,
Επιστημονικός Συνεργάτης,
1η Πανεπιστημιακή Δερματολογική Κλινική,
Νοσοκομείο 'Ανδρέας Συγγρός'

Ποιοί εμφανίζουν ακμή;

Η ακμή είναι η συχνότερη νόσος του δέρματος και προσβάλλει το 80% των εφήβων, έχοντας έτσι χαρακτηριστεί ως νόσος της εφηβείας (εφηβική ακμή). Συνήθως ξεκινά κατά την αρχή της εφηβείας, στην ηλικία των 12-14 ετών, και εάν δεν γίνει θεραπεία, με την πάροδο των ετών, η ακμή θα αυξάνει μέχρι περίπου την ηλικία των 20-25 ετών.

Ωστόσο, η ακμή μπορεί να εμφανιστεί σε κάθε ηλικία. Η ακμή σε μικρότερο ποσοστό μπορεί να συνεχίζει ή να πρωτοεμφανίζεται σε μεγαλύτερη ηλικία (ενήλικος ακμή), σε περίπου 8% ενηλίκων ηλικίας 25-34 ετών, καθώς και 3% ατόμων ηλικίας 35-44 ετών. Επίσης, η ακμή μπορεί να εμφανιστεί και κατά τη νεογνική, τη βρεφική, τη μέση παιδική ή την προεφηβική περίοδο της ζωής, οπότε και εμφανίζει ιδιαιτερότητες στην προσέγγιση και την αντιμετώπιση.

Κατά τη διάρκεια της εφηβείας, η ακμή εμφανίζεται εξίσου σε αγόρια και κορίτσια,

ενώ η ενήλικος ακμή παρατηρείται συχνότερα σε γυναίκες και λιγότερο σε άνδρες.

Τι είναι η ακμή;

Η ακμή είναι πάθηση της τριχοσμηγματογόνου μονάδας του δέρματος που αποτελείται από τον σμηγματογόνο αδένα και τον τριχικό θύλακο. Έτσι εξηγείται και η εντόπιση της ακμής σε περιοχές του δέρματος που είναι πλουσιότερες σε σμηγματογόνους αδένες, όπως είναι το πρόσωπο και ο κορμός. Οφείλεται κυρίως στην τοπική δράση των ανδρογόνων στον

τριχοσμηγματογόνο θύλακο. Στις περισσότερες περιπτώσεις, οι ορμονικές εξετάσεις των ασθενών με ακμή είναι φυσιολογικές, αλλά υπάρχει τοπική 'υπερ-αντίδραση' των τριχοσμηγματογόνων θυλάκων στα φυσιολογικά ανδρογόνα. Ο μηχανισμός με τον οποίο δημιουργείται η ακμή είναι σύνθετος και περιλαμβάνει τέσσερις κύριους παράγοντες: την υπερβολική παραγωγή σμήγματος από τους σμηγματογόνους αδένες του δέρματος, την υπερκερατινοποίηση των κερατινοκυττάρων του θυλάκου, τον υπερπολλαπλασιασμό του προπιονικού βακτηριδίου της ακμής, και την τοπική φλεγμονή. Επίσης, είναι πιθανή η γενετική προδιάθεση της ακμής. Έχει βρεθεί πως εάν υπάρχει ιστορικό της ακμής σε κάποιον από τους γονείς, η ακμή του παιδιού μπορεί να είναι πιο επίμονη και να απαντά δυσκολότερα στις θεραπείες.

1. Υπερπλασία σμηγματογόνων αδένων με σμηγματορροία

Η σχέση μεταξύ ακμής και υψηλού ρυθμού έκκρισης σμήγματος υποστηρίζεται από τα εξής στοιχεία:

1. τα παιδιά ηλικίας 2-6 ετών συνήθως δεν έχουν ακμή, οπότε η έκκριση σμήγματος είναι ιδιαίτερα χαμηλή

2. τα μέσα επίπεδα έκκρισης σμήγματος είναι υψηλότερα σε άτομα με ακμή από ότι σε αυτούς χωρίς ακμή

3. Θεραπείες που ελαττώνουν την έκκριση σμήγματος, όπως τα οιστρογόνα ή η συστηματική ισοτρετινοΐνη, βελτιώνουν την ακμή.

Η αυξημένη παραγωγή σμήγματος σε ασθενείς με ακμή οφείλεται κυρίως στην υπεραντιδραστικότητα στην απάντηση του οργάνου-στόχου, δηλαδή της τριχοσμηγματογόνου μονάδας, ή/και σε αυξημένα κυκλοφορούντα ανδρογόνα

Αρκετά στοιχεία δείχνουν πως η υπερ-απάντηση του τελικού οργάνου στην ακμή είναι αρκετά πιθανή, καθώς

δεν προσβάλλονται όλοι οι σμηγματογόνοι θύλακοι. Η κατανομή των βλαβών της ακμής δεν είναι συμμετρική, παρά τη συνεχή παρουσία των ανδρογόνων στο αίμα.

σμηγματοκύτταρα από διαφορετικές περιοχές του σώματος επιδεικνύουν διαφορετική απάντηση στην διυδροτεστοστερόνη (ΔΥΤ) και την τεστοστερόνη (Τ). Σμηγματοκύτταρα από το πόδι έχουν χαμηλότερη ή καθόλου απάντηση, ενώ από το πρόσωπο επιδεικνύουν δόσοεξαρτώμενη αύξηση του πολλαπλασιασμού τους.

επίσης μερικές γυναίκες με αυξημένα επίπεδα ανδρογόνων (περιλαμβανομένων επινεφρδιακών όγκων) εμφανίζουν σημεία αρρενοποίησης αλλά όχι ακμή.

Συνοπτικά, τα ανδρογόνα είναι προκλητικός παράγοντας της ακμής, αν και οι περισσότεροι ασθενείς με ακμή δεν έχουν ιδιαίτερες ενδοκρινικές διαταραχές. Ο ορμονικός έλεγχος δεν έχει καμία έννοια για την επιλογή της θεραπείας της ακμής, ή την επιλογή συγκεκριμένης ορμονικής θεραπείας για την ακμή. Ο ορμονικός έλεγχος και ο υπέρηχος ωοθηκών είναι αναγκαία για την διαπίστωση κάποια ανωμαλίας ωοθηκών ή επινεφριδίων στις εξής περιπτώσεις:

γυναίκες με ακμή, που εμφανίζουν επίσης δα-
συτρυχισμό, διαταραχές εμμήνου ρύσεως,
σύνδρομο SAHA (σμηγματορροία, ακμή, δα-
συτρυχισμός, ανδρογενετική αλωπεκία)
όψιμη ακμή
ανθεκτική ακμή παρά τη θεραπεία
φλεγμονώδη προεφηβική ακμή

2. Διαταραχή αποφολίδωσης θυλάκου

Στον φυσιολογικό θύλακο τα κερατινοκύτταρα αποπύπτουν σαν μονήρη κύτταρα και απεκκρίνονται. Στην ακμή τα κερατινοκύτταρα υπερπολλαπλασιάζονται και δεν αποπύπτουν φυσιολογικά. Η φαγεσωρογένεση συνίσταται στην συσσώρευση κερατινοκυττάρων στο θύλακο σαν αποτέλεσμα ανώμαλης αποφολίδωσης τους.

Οι βλάβες της ακμής ξεκινούν με τον μικροφαγέσωρα, μια μικροσκοπική βλάβη που δεν είναι ορατή με το γυμνό μάτι. Με το χρόνο, ο θύλακος γεμίζει με λιπίδια, βακτήρια και κυτταρικά κομμάτια. Τελικά προκύπτει η κλινική βλάβη, είτε ως μη-φλεγμονώδης βλάβη (κλειστός ή ανοικτός φαγέσωρας), είτε ως φλεγμονώδης βλάβη εάν το *Propionibacterium acnes* πολλαπλασιαστεί και επάγει φλεγμονώδεις μεσολαβητές.

Γιατί συμβαίνει ανώμαλη αποφολίδωση στους ασθενείς με ακμή;

Η διαταραχή της αποφολίδωσης συμβαίνει πρώιμα στην εξέλιξη των βλαβών της ακμής και σχετίζεται με τον υπερπολλαπλασιασμό και την ανώμαλη διαφοροποίηση των κερατινοκυττάρων που έχουν αποτύχει να αποκολληθούν επαρκώς. Οι μηχανισμοί που ελέγχουν αυτή τη διαδικασία δεν έχουν πλήρως αποσαφηνιστεί. ωστόσο η σύνθεση των λιπιδίων, ανδρογόνα και τοπικές κυτοκίνες πιστεύεται πως παίζουν σημαντικό ρόλο.

Ανοσοϊστοχημικές μελέτες έχουν δείξει αύξηση στον ρυθμό πολλαπλασιασμού του βασικού

κερατινοκυττάρου και ανώμαλη διαφοροποίηση των κερατινοκυττάρων στο τοίχωμα του θυλάκου του μικροφαγέσωρα και του φαγέσωρα. Αυτές οι διαταραχές μπορεί να οφείλονται σε μια σχετική ελάττωση του λινολεϊκού οξέος του σμηγματογόνου αδένα.

Επίσης, υπάρχουν στοιχεία ότι οι κυτοκίνες εμπλέκονται στην φαγεσωρογένεση. Στους φαγέσωρες υπάρχουν υψηλά επίπεδα βιολογικά ενεργούς IL-1α. Πιστεύεται πως η IL-1 α εκφράζεται από τα θυλακικά κερατινοκύτταρα. Σε ένα *in vitro* μοντέλο φαγεσωρογένεσης, η προσθήκη IL-1 α σε ανθρώπινους τριχοσμηγματογόνους θυλάκους, προκάλεσε ανώμαλη αποφολίδωση, διαταραχή της ακεραιότητας του θυλακικού τοιχώματος και έναρξη της φαγεσωρογένεσης.

3. Βακτηριακός πολλαπλασιασμός και φλεγμονή

Ο κύριος μικροοργανισμός στη χλωρίδα του θυλάκου είναι το αναερόβιο διφθεροειδές *P.acnes*. Το *P.acnes* δεν θεωρείται λοιμογόνο, αλλά παίζει ρόλο στην ακμή. Αυτό που φαίνεται να είναι σημαντικό είναι το μικροπεριβάλλον του θυλάκου, το οποίο διευκολύνει τον αποικισμό του θυλάκου από αυτό το μη-κινητό βακτήριο, με συνέπεια την φλεγμονή. Υπάρχει συσχέτιση μεταξύ της μείωσης του ΠΑ και την κλινική βελτίωση της ακμής. Η μείωση του ΠΑ σχετίζεται με μείωση προ-φλεγμονωδών μεσολαβητών. Η απάντηση του ξενιστή σε φλεγμονώδη ερεθίσματα πιθανώς εξηγεί τις διαφορές στην ένταση της φλεγμονής.

Έχει δείχτεί ότι το *P.acnes*:

έχει ισχυρή ανοσοδιεγερτική δράση παράγει εξωκυττάρια μόρια που έχουν χημειοτακτική δράση για τα πολυμορφοπύρηνα ουδετερόφιλα. Εάν τα πολυμορφοπύρηνα μπουν στον θύλακο, μπορούν να φαγοκυτάρωσουν το *P.acnes* με αποτέλεσμα την απελευθέρωση υδρολυτικών ενζύμων, τα οποία πιθανώς είναι σημαντικά στην πρόκληση επιθηλιακής βλάβης του θυλάκου.

παράγει λιπάσες, πρωτεάσες και υαλουρονιδάσες, που είναι σημαντικά στην φλεγμονή. επάγει την παραγωγή TNF-α από περιφερικά μονοκύτταρα και κερατινοκύτταρα του δέρματος.

Το *P.acnes* επάγει τη φλεγμονή στην ακμή μέσω ενεργοποίησης TLRs (Toll-like receptors), και επακόλουθη απελευθέρωση κυτοκινών που ρυθμίζουν την τοπική ανοσιακή απάντηση.

Χρειάζονται μελέτες για να αναγνωρίσουν τα μόρια που συνδέονται με τους TLRs και να διευ-

κρινίσουν τον ρόλο τους στη φλεγμονή, ενώ οι TLRs φαίνεται να είναι ένας λογικός στόχος για θεραπευτική παρέμβαση ώστε να αναχαιτιστούν οι εμπλεκόμενες φλεγμονώδεις απαντήσεις μέσω κυτοκινών.

Τι προκαλεί ακμή;

Συχνά οι ασθενείς ρωτούν εάν βοηθά η ηλιακή έκθεση στην ακμή τους.

Η ηλιακή έκθεση δεν συνιστάται καθώς σχετίζεται με αυξημένο κίνδυνο καρκίνου του δέρματος. Για τους ασθενείς με ακμή ισχύουν οι ίδιοι κανόνες ηλιοπροστασίας και αποφυγής της ηλιακής έκθεσης που ισχύουν και για το γενικό πληθυσμό.

Σχετικά με τον ρόλο της διατροφής της ακμής, παρόλο που στους ασθενείς με ακμή κυριαρχεί ευρέως η εντύπωση ότι ορισμένες τροφές, όπως η σοκολάτα, μπορεί να επιδεινώνουν την ακμή τους, η σύγχρονη ιατρική άποψη φαίνεται να είναι πως η επίδραση της διατροφής στην ακμή παραμένει αμφιλεγόμενη, καθώς δεν υπάρχουν επαρκή επιστημονικά στοιχεία που να την τεκμηριώνουν ούτε όμως να την απορρίπτουν. Μια λογική προσέγγιση είναι η πρόταση οι ασθενείς να ακολουθούν μια ισορροπημένη διατροφή, να διατηρούν φυσιολογικό δείκτη μάζας σώματος και να απογεύγουν την υπερκατανάλωση γλυκών και λιπαρών.

Οι περισσότεροι ασθενείς με ακμή δεν έχουν ορμονικό πρόβλημα. Ωστόσο, μπορεί να συστήνεται ορμονικός έλεγχος, όπως στην περίπτωση που η ακμή εμφανίζεται ή επιμένει στην ενήλικη ζωή, όταν συνοδεύεται από άλλα σημεία υπερανδρογονισμού στις γυναίκες, όπως δαδυτρυχισμός (δηλαδή αυξημένη τριχοφυΐα), ανδρογενετική αλωπεκία (δηλαδή αραίωση των μαλλιών της κεφαλής), ή διαταραχές της εμμήνου ρύσεως. Επίσης, μπορεί να γίνει ορμονικός έλεγχος σε περίπτωση ακμής που είναι ανθεκτική στις θεραπείες ή υποτροπιάζει μετά τη θεραπεία. Ο ορμονικός έλεγχος έχει ως στόχο τη διερεύνηση για νόσους όπως σύνδρομο πολυκυστικών ωοθηκών, συγγενή υπερπλασία των επινεφριδίων, ή σύνδρομο Cushing, οπότε και η συνεργασία του δερματολόγου με γυναικολόγο ή ενδοκρινολόγο συντελεί σε καλύτερη και πιο ολοκληρωμένη αντιμετώπιση των ασθενών.

Βασικές αρχές αντιμετώπισης της ακμής

Γενικά μέτρα φροντίδα του δέρματος με ακμή περιλαμβάνουν το πλύσιμο με ειδικό καθαριστικό της ακμής, πρωί και βράδυ, χωρίς έντονο τρίψιμο. Τα καλλυντικά προϊόντα θα πρέπει να είναι μη-φαγεσωρογόνα και τα καλυπτικά προϊόντα (make up) θα πρέπει επιπλέον να παρέχουν επαρκή κάλυψη. Συστήνεται οι ασθενείς με ακμή

να χρησιμοποιούν ένα αντιηλιακό μη λιπαρής σύστασης (oil-free), ιδίως κατά τη διάρκεια του καλοκαιριού ή την θεραπεία με συστηματική ισοτρετινοΐνη. Τα δερμοκαλλυντικά προϊόντα μπορεί να χρειάζονται είτε ως συμπληρωματική φροντίδα στη φαρμακευτική θεραπεία της ακμής, ή για να 'ισορροπούν' το ερύθημα και την απολέπιση που συνδέονται με τις τοπικές θεραπείες ακμής. Ειδικές ενυδατικές κρέμες είναι απαραίτητες κατά τη θεραπεία με συστηματική ισοτρετινοΐνη. Αντίθετα, η χρήση ακατάλληλων καλλυντικών προϊόντων ή η υπερβολική χρήση καλλυντικών ή μασκών, μπορεί να επιδεινώνει την ακμή.

Υπάρχει μια πληθώρα θεραπειών για την επιτυχή αντιμετώπιση της ακμής, που όμως θα πρέπει να προτείνονται από δερματολόγο. Οι θεραπείες της ακμής διακρίνονται σε συστηματικές (χάπια) και τοπικές (κρέμες, gels, lotion).

Σε γενικές γραμμές, σε ήπια ακμή αρκεί η τοπική θεραπεία με ρετινοειδές, υπεροξειδίο του βενζοϋλίου, ή αζελαϊκό οξύ. Αποφεύγεται η χρήση τοπικού αντιβιοτικού μόνου του, αλλά συνιστώνται νεότερες τοπικές θεραπείες που αποτελούν σταθερό συνδυασμό δυο τοπικών θεραπειών μαζί στο ίδιο σωληνάριο, όπως συνδυασμός αντιβιοτικού/υπεροξειδίου του βενζοϋλίου, ή συνδυασμός ρετινοειδούς/υπεροξειδίου του βενζοϋλίου. Οι γυναίκες ηλικίας άνω των 30 ετών συχνά εμφανίζουν αυξημένη ευαισθησία του δέρματος στις τοπικές θεραπείες της ακμής, γεγονός που θα πρέπει να λαμβάνεται υπόψη κατά το σχεδιασμό της θεραπείας.

Σε σοβαρότερες περιπτώσεις ακμής μπορεί να χρειάζεται η συστηματική θεραπεία (με χάπια) που περιλαμβάνει αντιβιοτικά, ορμονικές θεραπείες (αντισυλληπτικά χάπια: μόνο για γυναίκες) ή ισοτρετινοΐ

νη. Σε κάθε περίπτωση απαιτείται παρακολούθηση από δερματολόγο, ο οποίος συστήνει εξετάσεις αίματος όταν απαιτείται. Απαγορεύεται η εγκυμοσύνη κατά τη διάρκεια, και για 2 μήνες μετά τη λήξη της θεραπείας με συστηματική ισοτρετινοΐνη, καθώς πρόκειται για τερατογόνο φάρμακο για τις κοπέλες.

Επίσης, οι ασθενείς θα πρέπει να γνωρίζουν πως το αποτέλεσμα, δηλαδή η βελτίωση της ακμής, αργεί να φανεί μέχρι και 2 μήνες, και δεν θα πρέπει να απογοητεύονται και να σταματούν τη θεραπεία. Συγκεκριμένα, μερικές φορές μπορεί να υπάρχει μια αρχική επιδείνωση κατά τις πρώτες εβδομάδες θεραπείας, αλλά στους περισσότερους ασθενείς η ακμή βελτιώνεται κατά 60% σε 4 μήνες θεραπείας και τουλάχιστον κατά 80% σε 6 μήνες.

Επικουρική θεραπεία της ακμής μπορεί να αποτελούν οι πηγές φωτός με μπλε φως. Επίσης, για τις ουλές της ακμής μπορεί να προταθεί χημικό

peeling, δερμοαπόξεση ή laser.

Οι ασθενείς έχουν απορίες για το τι είναι η ακμή, και συχνά κάποιες απαντήσεις που βοηθούν στην κατανόηση αφορούν στο τι δεν είναι η ακμή, η ακμή δεν είναι μόλυνση, δεν είναι κολλητική, δεν είναι αλλεργία. Η ακμή δεν εμφανίζεται μόνο σε εφήβους, αλλά μπορεί να εμφανιστεί ξαφνικά στην ενήλικη ζωή. Η ακμή δεν οφείλεται σε έλλειψη σεξουαλικής δραστηριότητας, ούτε σε έλλειψη υγιεινής του δέρματος. Η ακμή δεν θα περάσει από μόνη της, αλλά χρειάζεται θεραπεία για να μην αφήσει μόνιμα σημάδια (ουλές). Η ακμή δεν είναι μόνον αισθητικό πρόβλημα, καθώς μπορεί να προκαλεί σημαντικά προβλήματα στην ψυχολογία, την κοινωνική προσαρμογή, τις φιλικές σχέσεις, την απόδοση στο σχολείο των εφήβων, καθώς και έλλειψη αυτοπεποίθησης, κατάθλιψη και δυσκολία ανεύρεσης εργασίας στους ενήλικες.

Ψυχολογικές επιπτώσεις της ακμής

Η αντίληψη που κυριαρχούσε παλιότερα ότι τα σπυράκια της ακμής είναι μια 'φυσική' κατάσταση της εφηβείας η οποία μεγαλώνοντας ο έφηβος θα περάσει από μόνη της έχει πλήρως ξεπεραστεί. Η ακμή πλέον σε ευρωπαϊκό επίπεδο ορίζεται ως μια χρόνια δερματική νόσος, με παρατεταμένη διάρκεια και συχνές υποτροπές- Μπορεί να επιμένει μετά την ηλικία των 25 ετών και να έχει σημαντική ψυχολογική και κοινωνική επίδραση που επηρεάζει την ποιότητα ζωής των ασθενών, εφήβων και ενηλίκων, σε βαθμό πιο σημαντικό από ότι ίσως φαντάζεται ο κόσμος. Η ακμή δεν είναι μια λιγότερο σημαντική, σε σχέση με άλλες δερματικές νόσους και στοιχεία από δημοσιευμένες μελέτες έχουν δείξει πως η ακμή είχε παρόμοια αρνητική επίδραση στην ψυχολογία των ασθενών με την ψωρίαση. (Επίσης, μια μελέτη έδειξε πως η σο βαρή ακμή είχε κοινωνική, ψυχολογική και συναισθηματική επίδραση σε παρόμοια επίπεδα με χρόνιες σοβαρές νόσους, όπως το άσθμα, ο διαβήτης ή η αρθρίτιδα.

Η ακμή μπορεί να επιδρά αρνητικά στην ψυχολογία, την κοινωνική ζωή και την ποιότητα ζωής, γενικότερα, των ασθενών, σε διαφορετικό βαθμό ανάλογα με την κάθε περίπτωση, όπως σε γυναίκες ή άνδρες, και εφήβους ή ενήλικες. Οι γυναίκες φαίνεται να επιβαρύνονται περισσότερο στην ποιότητα ζωής τους από την ακμή σε σχέση με τους άνδρες. Από την άλλη μεριά, η εφηβεία είναι μια ιδιαίτερη, μεταβατική περίοδος της ζωής, κατά την οποία ο έφηβος έχει ευαίσθητη ψυχολογία και δεν έχει διαμορφώσει πλήρως την εικόνα του εαυτού του. Στοιχεία δείχνουν πως η ακμή στην εφηβεία μπορεί να προκαλεί στον έφηβο χαμηλότερη αυτοεκτίμηση, χαμηλότερη αυτοπεποίθηση, κατάθλιψη, στιγματισμό, ακόμη και κοινωνικό αποκλεισμό- γνωρίζουμε ότι ο κόσμος των εφήβων μπορεί να είναι ιδιαίτερα σκληρός. Υπάρχουν στοιχεία πως οι έφηβοι με σημαντική ακμή έχουν

δυσκολία στις φιλίες, έχουν σπανιότερα σχέση με το άλλο φύλο, και χαμηλότερη απόδοση στο σχολείο. Πολλοί έφηβοι βιώνουν τις αρνητικές ψυχολογικές επιδράσεις της ακμής ακόμη και εάν έχουν λίγα σπυράκια. Δηλαδή η υποκειμενική σοβαρότητα της ακμής όπως την αντιλαμβάνεται ο ίδιος ο ασθενής μπορεί να μην συμπίπτει με την αντικειμενική σοβαρότητα της ακμής όπως την βλέπει κάποιος τρίτος. Έτσι, η επιλογή θεραπείας συστήνεται να εξατομικεύεται, καθώς ακόμη και μια ήπια ακμή μπορεί να είναι πολύ συμαντική και σοβαρή για τον έφηβο ασθενή.

Αντίστοιχα, η ακμή στους ενήλικες έχει κίνδυνο για σχηματισμό μόνιμων ουλών και επίδραση στην καθημερινότητα, στην ποιότητα ζωής και την ψυχολογία των ασθενών. Η ακμή μπορεί να προκαλεί σημαντικό άγχος και αισθήματα ντροπής. Στοιχεία αναφέρουν πως η ακμή μπορεί να προκαλεί κατάθλιψη, χαμηλή αυτοεκτίμηση, ενώ αναφέρονται υψηλότερα ποσοστά ανεργίας σε ενήλικες με ακμή.

Η ακμή λοιπόν δεν είναι μόνο ένα αισθητικό πρόβλημα, αλλά μια δερματική νόσος με αρκετές προεκτάσεις- Στην εποχή μας η 'εικόνα' επηρεάζει τις κοινωνικές και διαπροσωπικές σχέσεις αλλά και την αυτοεκτίμηση, και κατά συνέπεια την ψυχολογία και την ποιότητα ζωής- Η ακμή συχνά είναι χρόνια, έχει κίνδυνο σχηματισμού μόνιμων ουλών και χρειάζεται σωστή αντιμετώπιση από ειδικό Δερματολόγο. Υπάρχει η ανάγκη οι γιατροί να 'ακούμε' την επίδραση της ακμής όπως την αναφέρει ο ασθενής, και να γίνεται εκτίμηση της επιβάρυνσης στην ποιότητα ζωής του ασθενούς πριν την επιλογή της θεραπείας, ώστε να δίνεται η κατάλληλη εξατομικευμένη θεραπεία.

Συμπέρασμα

Ο δερματολόγος θα επιλέξει μετά από εξέταση και συζήτηση με τον ασθενή την πιο κατάλληλη θεραπεία για αυτόν, ανάλογα με την περίπτωσή του. Η καλή συνεργασία μεταξύ γιατρού και ασθενή είναι απαραίτητη για τα καλύτερα δυνατά αποτελέσματα, και για ένα υγιές και όμορφο δέρμα.

Επιλεγμένη βιβλιογραφία

1. Antoniou C, Dessinioti C, Stratigos AJ, Katsambas A. Clinical and therapeutic approach in childhood acne: An update. *Pediatr Dermatology* 2009;26:373-80
2. Katsambas A, Dessinioti C. New and emerging treatment in dermatology: acne. *Dermatol Ther* 2008;21:86-95
3. Katsambas AD, Dessinioti C. Hormonal therapy for acne: why not as first line therapy? Facts and controversies. *Clin Dermatol* 2010;28:17-23
4. Preneau S, Dessinioti C, Nguyen JM, Katsambas A, Dreno B. Predictive markers of response to isotretinoin in female acne. *Eur J Dermatol* 2013;23:478-66
5. Dreno B, Layton A, Zouboulis CC et al. Adult female acne: a new paradigm. *J Eur Acad Dermatol Venereol* 2013; Jan 10. doi: 10.1111/jdv.12061. [Epub ahead of print]
6. Nast A, Dreno B, Bettoli V et al. European Evidence-based (S3) guidelines for the treatment of acne. *J Eur Acad Dermatol Venereol* 2012;26 (Suppl 1):1-29

POWERFUL PLANTS
POWERFUL FIRMING

AHAVA
ACTIVE DEADSEA MINERALS
DEADSEA PLANTS
FIRMING BODY CREAM

FIRMING BODY CREAM

To 82% όσων το χρησιμοποίησαν απέκτησαν πιο σφριγηλό δέρμα.*

Αποκλειστικός αντιπρόσωπος:
BALU A.E. Φάρμακα-Καλλυντικά
30ο χμ Αθηνών - Λαυρίου,
19003 Μαρκόπουλο, Αττική
Τηλ. 22990 22341-5 Fax: 22990 22347-8
info@medhel.gr www.medhel.gr

*Βασισμένο σε δοκιμές διάρκειας 4 εβδομάδων από 20-30 ημερησιο έλεγχος. Η Firming Body Cream δοκιμάστηκε από 50 γυναίκες.

AHAVA
ACTIVE DEADSEA MINERALS

head & shoulders

No.1

**ΑΝΤΙΠΙΤΥΡΙΔΙΚΟ ΣΑΜΠΟΥΑΝ
ΣΤΟΝ ΚΟΣΜΟ***

ΕΩΣ ΚΑΙ **100%** ΧΩΡΙΣ ΠΙΤΥΡΙΔΑ**



*στο σπίτι σύμφωνα με Nielsen **σύμφωνα με 2010-2011 έτη
**από τις εβδομάδες με συχνή χρήση

med

NAPPY CREAM

ΚΡΕΜΑ
προστασίας
από συγγάματα
και ερεθισμούς

Ελληνικό
προϊόν



Η πιο **τρυφερή** περιποίηση
για την **επιδερμίδα!**

- ✓ Απαλή υφή & προστασία που διαρκεί
- ✓ Εύκολη στη χρήση
- ✓ Δεν περιέχει κορτιζόνη

Η MED NAPPY CREAM
προστατεύει κι ανακουφίζει
την ευαίσθητη επιδερμίδα,
δημιουργώντας ένα λευκό
προστατευτικό «φράγμα» στο
δέρμα. Εφαρμόζεται εύκολα,
αφού πλυθεί καλά η περιοχή.
Είναι 100% ασφαλής. Διατίθεται
σε συσκευασία 300gr.,
σε προνομιακή τιμή.

Άλλα προϊόντα της σειράς med



Med Lice Shampoo
Προλαμβάνει
την εμφάνιση ψευδαίμων



Med Calamine
Υδατική
καταπραυντική κρέμα



Med Urea 10%
Ενυδατική
σειρά περιποίησης

Medhel Ελλάς Α.Ε. Φαρμακοχημική Βιομηχανία
30^α χλμ. Αθηνών - Λαυρίου, 190 03 Μαρκόπουλο (Μεσσήγεια), Αθήνα - Ελλάδα
Τηλ.: 22990 22341-5, Fax: 22990 22347, www.medhel.gr

Για περισσότερες πληροφορίες και για δωρεάν δείγμα επικοινωνήστε μαζί μας!



Ο χαμένος κρίκος της αντιγήρανσης



Οι δερμο-θρεπτικές ταμπλέτες του Perfectil® Platinum, δημιουργήθηκαν για να ολοκληρώσουν την αντιγηραντική φροντίδα του δέρματος. Η μοναδική του σύνθεση με βιοθαλάσσιο κολλαγόνο, εκχύλισμα πεύκου, λυκοπένιο, ω3 & ω6 λιπαρά οξέα και συνένζυμο Q10 βοηθούν στην ανάπλαση και την προστασία του δέρματος, λειαίνοντας τις ρυτίδες και βοηθώντας στη διατήρηση της νεανικής όψης και της φυσικής απόχρωσης της επιδερμίδας.

Perfectil® Platinum - καινοτομία στην αντιγήρανση

Perfectil
PLATINUM

Δερμο-θρεπτικές ταμπλέτες

Διατίθεται στα φαρμακεία. Συμπλήρωμα διατροφής γνωστοποιημένο στον Ε.Ο.Φ.



Επισκευή - Ενταξίωση - Συμβουλή:
210 9941451, info@douni.gr, www.douni.gr

VITABIOTICS

Προσδιορισμός προσωπικών αναγκών

για την αντιγήρανση και επιλογή εξατομικευμένων καλλυντικών

Διαφήμιση

προσδιορισμός & λύσεις προσωπικών αναγκών για νεανική εμφάνιση
Αναπτύξτε τη βέλτιστη δυνατή νεανική και υγιή σας εμφάνιση

DNA: Το Γενετικό μας, αποτύπωμα

Το Γενετικό μας υλικό, το DNA, προσδιορίζει κάθε πτυχή της ζωής μας. Από τα φυσικά μας χαρακτηριστικά μέχρι και τον προσδιορισμό των χαρισμάτων, των μειονεκτημάτων αλλά και των προδιαθέσεων μας για ασθένειες. Αν και περισσότερο από το 99.9% του ανθρώπινου DNA είναι πανομοιότυπο σε όλους τους ανθρώπους, το υπόλοιπο 0.1% είναι αυτό που μας κάνει μοναδικούς. Αυτές οι λιγοστές διαφορές ονομάζονται μεταλλάξεις και καθορίζουν τη διαφορετικότητά μας σε σχέση με τους άλλους. Οι μεταλλάξεις στο Γενετικό μας υλικό μας κάνουν μοναδικούς, μας δίνουν ιδιαίτερες ικανότητες και προτερήματα, αλλά μας δημιουργούν και φραγμούς, μειονεκτήματα και προδιάθεση ασθενειών σε σχέση με τον γενικό πληθυσμό.

Κατανόηση - Αντίδραση - Ανταπόκριση

Το κλειδί για την κατανόηση, αντίδραση και ανταπόκριση στις πληροφορίες που φέρει το DNA μας βρίσκεται στην Προγνωστική Γονιδιωματική. Πρόκειται για τον κλάδο της Ιατρικής που ασχολείται με την ανίχνευση μεταλλάξεων στο DNA και τη χρήση αυτής της γενετικής πληροφορίας για να γίνει μια σχετική πρόβλεψη, όσων αφορά τη φυσική κατάσταση των ατόμων ή τους κινδύνους που αντιμετωπίζουν για ασθένειες. Η ταυτοποίηση τέτοιων μεταλλάξεων αποτελεί ένα

πολύτιμο εργαλείο που μπορεί να μας βοηθήσει είτε να τροποποιήσουμε τους κινδύνους είτε να ενισχύσουμε τις ικανότητές μας, εφαρμόζοντας τις κατάλληλες συστάσεις στον καθημερινό τρόπο ζωής μας, στη διατροφή και στην υγεία μας.

Εξέταση DNA της Genomed για Αντιγήρανση Ομορφιά

Τα γονίδιά μας, υποδεικνύουν τα αδύνατα μας σημεία, έτσι ώστε να πάρουμε τα απαραίτητα μέτρα για να καθυστερήσουμε τη διαδικασία της γήρανσης, να παραμείνουμε υγιείς, να φαινόμαστε και να νιώθουμε όσο το δυνατόν καλύτερα!

Άλλες Εξετάσεις DNA της Genomed περιλαμβάνουν:

- Υγεία & Ευεξία
- Διαχείριση Βάρους
- Αθλητικές Επιδόσεις
- Φαρμακογονιδιωματική

προσδιορίστε τις γενετικές αιτίες για τη γήρανση του δικού σας δέρματος

Προσδιορίστε τις γενετικές σας ανάγκες για να καθυστερήσετε τη γήρανση

Τι εξετάζουμε;

Με την εξέταση DNA Αντιγήρανση Ομορφιά ανιχνεύονται οι μεταλλάξεις συγκεκριμένων γονιδίων τα οποία επηρεάζουν την γήρανση του δέρματος. Επίσης, ανιχνεύονται μεταλλάξεις γονιδίων που ελέγχουν τον μεταβολισμό των τροφών, την προδιάθεση μας για ασθένειες & επηρεάζουν όχι μόνο την εμφάνιση του

δέρματός αλλά και τη γενικότερη υγεία μας. «Το πότε αρχίζουν να γίνονται εμφανή τα σημάδια της γήρανσης, το πόσο γρήγορα και με τι ρυθμό γερνά το δέρμα μας εξαρτάται από το DNA μας που είναι μοναδικό!»

Τι μας δείχνουν τα αποτελέσματα;

Πώς το γενετικό μας προφίλ επηρεάζει τον κίνδυνο πρόωρης γήρανσης, ώστε να εμποδίσουμε με τον πιο αποτελεσματικό τρόπο τις πρόωρες φθορές στο δέρμα

και όχι μόνο. Πιο συγκεκριμένα μαθαίνουμε:

- Πώς τα γονίδιά μας επηρεάζουν την ικανότητα του δέρματος μας για τη σύνθεση του κολλαγόνου και την προστασία από τις ρυτίδες.
- Πώς και πόσο μας προστατεύουν τα γονίδια μας από περιβαλλοντικούς παράγοντες που επιταχύνουν τη διαδικασία γήρανσης και οδηγούν στην πρόωρη εμφάνιση ρυτίδων στο δέρμα μας.
- Πόσο ικανοποιητική είναι η αντιοξειδωτική δράση του δέρματος μας, η ικανότητά του δηλαδή να αμύνεται σε παράγοντες που προκαλούν σημαντικές φθορές στα δερματικά κύτταρα.
- Ποια είναι η γενετική ικανότητα των δερματικών μας κυττάρων να ανανεώνονται με σκοπό να εμποδίσουν την πρόωρη εμφάνιση ρυτίδων.
- Πόσο αυξημένο κίνδυνο έχει το δέρμα μας για ερεθισμό από χημικά που χρησιμοποιούμε καθημερινά, όπως καθαριστικά και απορρυπαντικά.
- Πόσο αυξημένο κίνδυνο έχει το δέρμα μας για καρκίνο του δέρματος (μελάνωμα), λόγω μειωμένης “γονιδιακής προστασίας” από την ηλιακή ακτινοβολία.
- Πόσο αυξημένο κίνδυνο έχουμε για πρόωρη απώλεια των μαλλιών μας (και για γυναίκες και για άνδρες).
- Πώς τα γονίδιά μας επηρεάζουν το μεταβολισμό των τροφών, την υγεία του δέρματος αλλά και ολόκληρου του οργανισμού μας προσδιορίστε τις διατροφικές σας ανάγκες για αντι-γήρανση και βέλτιστη υγεία.

Τι λύσεις παίρνουμε;

Γνώση του γενετικού μας προφίλ για τα συγκεκριμένα αίτια γήρανσης του “δικού μας” δέρματος, με σκοπό να λάβουμε τα κατάλληλα μέτρα πρόληψης για να καθυστερήσουμε και

να επιβραδύνουμε την εμφάνιση ρυτίδων και γήρανσης.
Γνώση των “προσωπικών μας” γενετικών διατροφικών αναγκών, για την προστασία του δέρματος μας, από τους πολλούς παράγοντες που ευθύνονται και προκαλούν γήρανση, με σκοπό να μπορέσουμε να τους διαχειριστούμε με τον πιο αποτελεσματικό τρόπο.

Εlix προηγμένη φροντίδα του δέρματος

Η ένωση της ομορφιάς και της επιστημονικής εξειδίκευσης σε μια θαυματουργή σειρά δερμοφαρμακευτικών καλλυντικών, που αντιστρέφει τον χρόνο και επαναπροσδιορίζει την νεανική εμφάνιση της επιδερμίδας.

Elix RPO C

Το επιστημονικό σύμπλεγμα συστατικών που ενεργοποιεί την νεότητα με πρωτοποριακούς αντιγηραντικούς παράγοντες, θεραπεπτικά ενεργά συστατικά και ισχυρά στοιχεία νεότητας. Επιστημονική φροντίδα και εξειδίκευση Οι φόρμουλες και τα χαρακτηριστικά των προϊόντων elix βασίζονται σε επιστημονικές ανακαλύψεις στην αντιγήρανση.

Η σειρά elix περιλαμβάνει:

3 Κρέμες Βάσεις και 6 Serum που δίνονται για εξατομικευμένη περιποίηση ανάλογα με τα αποτελέσματα του test.

Ελέγχονται γονίδια που σχετίζονται με:

ΓΟΝΙΔΙΩΜΑΤΙΚΗ ΔΕΡΜΑΤΟΣ

- Σύνθεση Κολλαγόνου
- Αντιοξειδωτική Ικανότητα Επιδερμίδας
- Ευερεθιστότητα δέρματος
- Ικανότητα Επιδερμίδας για Αποτοξίνωση
- Ανανέωση Κυττάρων της Επιδερμίδας
- Καρκίνος του Δέρματος (Βασικοκυτταρικός τύπος)
- Καρκίνος του Δέρματος (Μελάνωμα)
- Πρόωρη απώλεια μαλλιών (για άνδρες και γυναίκες)

ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΓΟΝΙΔΙΩΜΑΤΙΚΗ

- Μεταβολισμός Λιπιδίων
- Μεταβολισμός Φολικού οξέος
- Απορρόφηση & Αποθήκευση Σιδήρου
- Φλεγμονώδης Απόκριση
- Αντιοξειδωτική Δράση

- Αποτοξίνωση
- Ευαισθησία στο Αλάτι - Υπέρταση
- Μεταβολισμός Αλκοόλ
- Μεταβολισμός Καφεΐνης

Μάθετε για τα γονίδιά σας, βελτιώστε την ποιότητα της ζωής σας!

Διαδικασία Δειγματοληψίας

Η δειγματοληψία του γενετικού σας υλικού (DNA) είναι ανώδυνη, ολιγόλεπτη και δεν απαιτεί λήψη αίματος. Περιλαμβάνει τη λήψη κυττάρων από το εσωτερικό του στόματος (μάγουλο) με μία ειδικά αποστειρωμένη μπατονέτα. Στο εργαστήριο Μοριακής Γενετικής, το DNA σας απομονώνεται και στη συνέχεια αναλύεται για την ανίχνευση μεταλλάξεων. Η εχεμύθεια ως προς τα προσωπικά δεδομένα τηρείται για όποιον το επιθυμεί, εφόσον κατά την δειγματοληψία, αντί για ονοματεπώνυμο συμπληρωθεί ένας μοναδικός κωδικός που θα γνωρίζει μόνο ο εξεταζόμενος. Το γονιδιακό σας υλικό μετά την ολοκλήρωση της εξέτασης και την παράδοση των αποτελεσμάτων καταστρέφεται.

Δείγμα Αποτελέσματος

Η κάθε κατηγορία απαιτεί την εξέταση πολλαπλών γονιδίων. Το πρώτο μέρος της αναφοράς παρουσιάζει τα αποτελέσματα της προσωπικής σας εξέτασης συμπεριλαμβανομένων των γονιδίων που εξετάστηκαν και την ημερομηνία συλλογής των αποτελεσμάτων. Η ερμηνεία των γενετικών αποτελεσμάτων σας παρουσιάζεται με τρόπο ώστε να κατανοήσετε τη επίδραση αυτών των γονιδίων στις κατηγορίες εξετάσεων που πραγματοποιού-νται στο εργαστήριο γενετικής. Αυτή ακολουθείται από χρήσιμες πληροφορίες και εξατομικευμένες συστάσεις.

Δήλωση Εμπιστευτικότητας

Η εταιρεία πρέπει να δεσμεύεται για την προστασία των προσωπικών σας δεδομένων. Όλα τα αποτελέσματα των γενετικών εξετάσεων DNA και οποιεσδήποτε άλλες προσωπικές πληροφορίες διαφυλάσσονται υπό την αυστηρή πολιτική εμπιστευτικότητας που ακολουθείται. Οι πληροφορίες δεν γνωστοποιούνται, κάτω από οποιεσδήποτε συνθήκες, σε τρίτους, εκτός από την περίπτωση που εσείς θα δώσετε τη συγκατάθεσή σας.

Οι προσωπικές σας πληροφορίες δεν γνωστοποιούνται - εκτός αν υπάρχει η συγκατάθεσή σας - σε κανέναν εκτός της εκάστοτε εταιρείας , ούτε και σε άτομα εντός της εταιρείας, εκτός από εκείνους που διενεργούν τις γενετικές αναλύσεις και συντάσσουν την αναφορά των αποτελεσμάτων.

Βιβλιογραφία

1. Bissett DL, Miyamoto K, Sun P, Li J, Berge CA. Topical niacinamide reduces yellowing, wrinkling, red blotchiness, and hyperpigmented spots in aging facial skin. Int J Cosmet Sci 2004; 26:231-8; PMID:18492135; <http://dx.doi.org/10.1111/j.1467-2494.2004.00228.x>
2. Nusgens BV, Humbert P, Rougier A, Colige AC, Haftek M, Lambert CA, et al. Topically applied vitamin C enhances the mRNA level of collagens I and III, their processing enzymes and tissue inhibitor of matrix metalloproteinase 1 in the human dermis. J Invest Dermatol 2001; 116:853-9; PMID:11407971; <http://dx.doi.org/10.1046/j.0022-202x.2001.01362.x>
3. Haftek M, Mac-Mary S, Le Bitoux MA, Creidi P, Seit  S, Rougier A, et al. Clinical, biometric and structural evaluation of the long-term effects of a topical treatment with ascorbic acid and madecassoside in photoaged human skin. Exp Dermatol 2008; 17:946-52; PMID:18503551; <http://dx.doi.org/10.1111/j.1600-0625.2008.00732.x>
4. Kerscher M, Buntrock H. Anti-aging creams. What really helps?. Hautarzt 2011; 62:607-13; PMID:21755353; <http://dx.doi.org/10.1007/s00105-011-2137-6>
5. Murray JC, Burch JA, Streilein RD, Iannacchione MA, Hall RP, Pinnell SR. A topical antioxidant solution containing vitamins C and E stabilized by ferulic acid provides protection for human skin against damage caused by ultraviolet irradiation. J Am Acad Dermatol 2008; 59:418-25; PMID:18603326; <http://dx.doi.org/10.1016/j.jaad.2008.05.004>
6. Draelos ZD. The latest cosmeceutical approaches for anti-aging. J Cosmet Dermatol 2007; 6:2-6; PMID:17348987; <http://dx.doi.org/10.1111/j.1473-2165.2007.00313.x>
7. Zhai H, Behnam S, Villarama CD, Arens-Corell M, Choi MJ, Maibach HI. Evaluation of the antioxidant capacity and preventive effects of a topical emulsion and its vehicle control on the skin response to UV exposure. Skin Pharmacol Physiol 2005; 18:288-93; PMID:16145283; <http://dx.doi.org/10.1159/000088014>
8. Elmetts CA, Singh D, Tubesing K, Matsui M, Katiyar S, Mukhtar H. Cutaneous photoprotection from ultraviolet injury by green tea polyphenols. J Am Acad Dermatol 2001; 44:425-32; PMID:11209110; <http://dx.doi.org/10.1067/mjd.2001.112919>
9. Kafi R, Kwak HS, Schumacher WE, Cho S, Hanft VN, Hamilton TA, et al. Improvement of naturally aged skin with vitamin A (retinol). Arch Dermatol 2007; 143:606-12; PMID:17515510; <http://dx.doi.org/10.1001/archderm.143.5.606>
10. Varani J, Warner RL, Gharaee-Kermani M, Phan SH, Kang S, Chung JH, et al. Vitamin A antagonizes decreased cell growth and elevated collagen-degrading matrix metalloproteinases and stimulates collagen accumulation in naturally aged human skin. J Invest Dermatol 2000; 114:480-6; PMID:10692106; <http://dx.doi.org/10.1046/j.1523-1747.2000.00902.x>
11. Bhawan J. Short- and long-term histologic effects of topical tretinoin on photodamaged skin. Int J Dermatol 1998; 37:286-92; PMID:9585903; <http://dx.doi.org/10.1046/j.1365-4362.1998.00433.x>
12. Lupo MP, Cole AL. Cosmeceutical peptides. Dermatol Ther 2007; 20:343-9; PMID:18045359; <http://dx.doi.org/10.1111/j.1529-8019.2007.00148.x>

Κρέμα ανανέωσης



Εργαστήριο Φαρμακείου
Pharmacy Lab

Με εκχυλίσματα φυτών,
ειδικής επεξεργασίας

Τα φυτά είναι

- Alcorno Tinctoria
- Betula Alba
- Calendula Officinalis
- Picea Excelsa
- Lavandula Angustifolia

Δερματολογικά ελεγμένη

Σε συνεργασία με κορυφαίους
Δερματολόγους

Αποκλειστικά στα φαρμακεία

Genomed
Laboratoires Skin by

Προϊόντα υγείας & ομορφιάς
Κεντρικά: Ομήρου 70, 171 21 Ν. Σμύρνη, Τηλ.: 210 9319050,
FAX: 2118002242, www.genomed.gr, e-mail: kalivas@genomed.gr



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.



LA BELLE PAULE

À la recherche en 1768

Κρέμα αρωματική

Κρέμα αρωματική
και κλινική
κρέμα αρωματική

Κρέμα γυαλιού και
ενδοκαταστάσεων



ISATIS
TINCTORIA

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

Αναπτυξιακό Μοντέλο Τουρισμού Υγείας

Το μέλλον των ιαματικών πηγών στην Ελλάδα

ΑΡΘΡΟ

Κωνσταντίνος Κουσκούκης

Καθηγητής Δερματολογίας-π. Γεν. Γραμ.

Υπουργείου Παιδείας

Πρόεδρος Επιτροπής Προστασίας Ιαματικών
Φυσικών Πόρων

Ο Τουρισμός Υγείας αφορά στην πρόληψη, διατήρηση, θεραπεία, ανάρρωση και αποκατάσταση της υγείας με σύγχρονες ιατρικές μεθόδους ή με φυσικές μεθόδους συνδυάζοντας την ξεκούραση, τη χαλάρωση και τη διασκέδαση. Βασική ιδέα είναι η ψυχική, συναισθηματική και πνευματική αναζωογόνηση του ατόμου σε ένα χαλαρώτικό περιβάλλον. Πρόκειται για δυναμικά αναπτυσσόμενο οικονομικό κλάδο παγκοσμίως.

Κύριο αναπτυξιακό βραχίονα του τουρισμού υγείας αποτελούν:

- Ο παραδοσιακός Ιαματικός Τουρισμός ή Θερμαλισμός
- Ο Τουρισμός ευεξίας-ομορφιάς-SPA
- Ο Ιατρικός Τουρισμός

Ο Θερμαλιστικός-Ιαματικός Τουρισμός αποτελεί ειδική μορφή τουρισμού, η οποία περιλαμβάνει όλες τις δραστηριότητες και σχέσεις προσωρινής διακίνησης και διαμονής ανθρώπων οι οποίοι έχουν στόχο την πρόληψη, την διατήρηση και την αποκατάσταση της σωματικής και ψυχικής υγείας καθώς και ευεξίας τους, με τη χρήση φυσικών ιαματικών πόρων. Περιλαμβάνει πέραν των δραστηριοτήτων του Ιαματικού Τουρισμού και τις δραστηριότητες αναψυχής και αναζωογόνησης που μπορούν να έχουν και μη ασθενείς τουρίστες που επισκέπτονται τις ιαματικές πηγές. Σημαντικός ο ρόλος των ιαματικών νερών επί-

σης και στην κοσμετολογία και για την παρασκευή καλλυντικών και προϊόντων spa.

Ο θερμαλισμός αποτελεί ένα ευρύ πεδίο προληπτικών και θεραπευτικών εφαρμογών με τη χρήση φυσικών ιαματικών πόρων σε χώρους με ιδιαίτερα περιβαλλοντικά και πολιτιστικά χαρακτηριστικά και σε εξειδικευμένες εγκαταστάσεις για την σωματική, ψυχική και πνευματική υγεία του ανθρώπου. Δεν αφορά μόνο τα ηλικιωμένα άτομα (babyboomers), αλλά πρέπει να καθιερωθεί και ως τάση συμπεριφοράς των νέων σε ό,τι αφορά την πρόληψη (new lifestyle).

Το κέντρο θερμαλιστικού-ιαματικού τουρισμού είναι ένα εξειδικευμένο και ειδικά εξοπλισμένο κέντρο όπου η πρόληψη, η αποκατάσταση της υγείας και η αναζωογόνηση του χρήστη γίνεται με την λουτροθεραπεία, την ποσιθεραπεία, τα ατμόλουτρα, την εισπνοθεραπεία, τις ρινοπλύσεις, τους κατιονισμούς, την πηλοθεραπεία, την σπηλαιοθεραπεία, την αλατοθεραπεία και άλλες μεθόδους υπό ιατρική παρακολούθηση.

Στα κέντρα θαλασσοθεραπείας παρέχονται επίσης, εκτός από τις υπηρεσίες ιαματικής θεραπείας, θεραπείες ευεξίας και θαλασσοθεραπείας με τη χρήση θερμαινόμενου θαλασσινού νερού, άμμου, λάσπης, φυκιών και άλλων θαλασσίων υλικών σε συνδυασμό με το θαλάσσιο περιβάλλον.

Ο Τουρισμός Ομορφιάς-Ευεξίας-Spa αποτελεί συνδυασμό διακοπών με υπηρεσίες πρόληψης, διατήρησης ή βελτίωσης της υγείας μέσω προγραμμάτων ολικής αναζωογόνησης και χαλάρωσης σε σωματικό, πνευματικό και συναισθηματικό επίπεδο. Περιλαμβάνει τομείς, όπως:

- Αισθητική δερματολογία (Botox, Laser αποτρίχωση)
- Αντιγήρανση με αυτόλογους αυξητικούς παράγοντες
- Αδυνατίσμα (Μεσοθεραπεία, Υπέρηχοι)
- Αποτοξίνωση
- Υγιεινή μεσογειακή διατροφή
- Βελτίωση φυσικής κατάστασης
- Φυσικοθεραπεία
- Φυτοθεραπεία, αρωματοθεραπεία

Ο Ιατρικός Τουρισμός περιλαμβάνει τη διαχείριση ιατρικών αναγκών επισκεπτών σε μία ξένη χώρα και τον

ιατρικό τουρισμό επιλογής. Η διαχείριση ιατρικών αναγκών επισκεπτών σε μία ξένη χώρα είτε για διακοπές είτε για επαγγελματικούς λόγους ή για προσωρινή εγκατάσταση περιλαμβάνει επείγοντα περιστατικά υγείας ή τακτικές υγειονομικές ανάγκες για χρόνια νοσήματα. Στον Ιατρικό Τουρισμό Επιλογής οι ασθενείς επιλέγουν να ταξιδέψουν προκειμένου να λάβουν μία συγκεκριμένη ιατρική υπηρεσία ωθούμενοι από:

- Το κόστος των υπηρεσιών
- Την ποιότητα των υπηρεσιών
- Τον χρόνο αναμονής για αντίστοιχες υπηρεσίες στη χώρα προέλευσης τους
- Τη δυνατότητα συνδυασμού ιατρικής φροντίδας με ψυχαγωγία και ταξίδι

Οι πιο διαδεδομένες υπηρεσίες αυτού του είδους τουρισμού είναι:

- Εξωσωματική Γονιμοποίηση (IVF)
- Δερματολογία-Μεταμόσχευση τριχών - A-PRP
- Πλαστική-Επανορθωτική-Αισθητική Χειρουργική
- Οδοντιατρική (Εμφυτεύματα-Ορθοδοντική-Αισθητική)
- Κέντρα αποκατάστασης
- Κέντρα αιμοκάθαρσης
- Οφθαλμολογία (Επεμβάσεις με Laser)
- Καρδιοχειρουργική
- Μεταμοσχεύσεις οργάνων
- Θεραπεία χρόνιων παθήσεων και ιατρική φροντίδα AMEA

Ο Τουρισμός Ομορφιάς-Ευεξίας-Spa αποτελεί συνδυασμό διακοπών με υπηρεσίες πρόληψης, διατήρησης ή βελτίωσης της υγείας μέσω προγραμμάτων ολικής αναζωογόνησης και χαλάρωσης σε σωματικό, πνευματικό και συναισθηματικό επίπεδο. Περιλαμβάνει τομείς, όπως:

- Αισθητική δερματολογία (Botox, Laser αποτρίχωση)
- Αντιγήρανση με DNA γονιδιακό έλεγχο, αυτόλογους αυξητικούς παράγοντες
- Αδυνατίσμα με DNA γονιδιακό έλεγχο, (Μεσοθεραπεία, Υπέρηχοι)
- Αποτοξίνωση με DNA γονιδιακό έλεγχο,
- Υγιεινή μεσογειακή διατροφή με DNA γονιδιακό έλεγχο
- Βελτίωση φυσικής κατάστασης με DNA γονιδιακό έλεγχο,
- Φυσικοθεραπεία
- Φυτοθεραπεία, αρωματοθεραπεία

AMEA ορίζεται η ομάδα του πληθυσμού που αντιμετωπίζει περιορισμούς στην καθημερινότητά της λόγω φυσικών, εγκεφαλικών ή άλλων αδυναμιών και που χρήζει ιδιαίτερης φροντίδας κατά τη διάρκεια του ταξιδιού τους, σε καταλύματα και άλλες τουριστικές υπηρεσίες εξαιτίας των ιδιαίτερων αναγκών που παρουσιάζουν.

Οι παράγοντες που ωθούν στην ανάπτυξη του ιατρικού τουρισμού από την πλευρά της προσφοράς είναι:

- Το κόστος και η ποιότητα των παρεχόμενων υπηρεσιών
 - Οι σύγχρονες νοσοκομειακές μονάδες σε όλη την επικράτεια
 - Το εξειδικευμένο ιατρικό και νοσηλευτικό προσωπικό
 - Η κινητικότητα των γιατρών-μετεκπαίδευση στο εξωτερικό
 - Η ανάπτυξη διεθνών προτύπων πιστοποίησης
 - Η αύξηση των ιδιωτικών παρόχων υγειονομικών υπηρεσιών
 - Τα ασφαλιστικά προϊόντα χαμηλότερου κόστους
 - Τα νομικά κωλύματα για εξωσωματική γονιμοποίηση στις καθολικές χώρες
 - Αξιοποίηση κονδυλίων από τα Κοινοτικά Προγράμματα Στήριξης για χρηματοδότηση επενδυτικών πρωτοβουλιών προς την κατεύθυνση ανάπτυξης του Τουρισμού Υγείας
- Οι παράγοντες που ωθούν στην ανάπτυξη του ιατρικού τουρισμού από την πλευρά της ζήτησης είναι:
- Οι δημογραφικές αλλαγές
 - Η αύξηση του προσδόκιμου επιβίωσης και η αυξανόμενη γήρανση του πληθυσμού δημιουργούν ανάγκες για επένδυση σε ένα μακροχρόνιο σχεδιασμό προσέλκυσης ατόμων της τρίτης ηλικίας καθώς αυτά διαθέτουν χρόνο και άνεση για ταξίδια εκτός περιόδου αιχμής
 - Οι λίστες αναμονής στα δημόσια νοσοκομεία της Ε.Ε

Σε ό,τι αφορά στις σύγχρονες τάσεις παγκοσμίως, η παραδοσιακή λουτροθεραπεία έλαβε τη μορφή του Ιαματικού Τουρισμού.

Στην Ελλάδα, προς το παρόν, η χρήση των ιαματικών πηγών γίνεται μόνο για θεραπευτικούς σκοπούς, καθώς δεν περιλαμβάνει προσφορά υπηρεσιών που αφορούν στην αναζωογόνηση του οργανισμού. Η χώρα μας διαθέτει σημαντικές προοπτικές να γίνει η πρωτεύουσα του Θερμαλισμού στη Μεσόγειο επειδή διαθέτει πάνω από 720 πηγές από τις οποίες έχουν ενεργοποιηθεί μόνο οι 77 και μόνο 20 από αυτές έλαβαν θετική γνωμοδότηση για θεραπευτικές ενδείξεις. Η ύπαρξη οργανωμένων χώρων wellness και spa μέσα σε ήδη υπάρχουσες ξενοδοχειακές μονάδες ευνοεί την ανάληψη πρωταγωνιστικού ρόλου στον ιδιαίτερα προσοδοφόρο αυτό τομέα τουρισμού υγείας, εστιάζοντας στο χαμηλότερο κόστος έναντι άλλων υπηρεσιών.

Η ζήτηση για τον ιαματικό τουρισμό στην Ελλάδα χαρακτηρίζεται από έντονη εποχικότητα, ιδίως στις μεγάλες λουτροπόλεις. Οι μικρές ιαματικές πηγές προτιμούνται περισσότερο από τον τοπικό πληθυσμό ενώ τις μεγάλες λουτροπόλεις τις επι-

σκέπτονται συνήθως άτομα από άλλα μέρη της Ελλάδας. Ο μέσος όρος παραμονής των ατόμων είναι γύρω στις 13-14 ημέρες δηλαδή περίπου ό,τι συμβαίνει στον υπόλοιπο τουρισμό. Όσον αφορά στην ηλικία και στο φύλο των λουομένων παρατηρείται συνήθως ότι είναι άτομα τρίτης ηλικίας και ότι οι γυναίκες αποτελούν το μεγαλύτερο ποσοστό (60-65%). Ο αριθμός ατόμων που χρησιμοποιεί τις ιαματικές πηγές αναλογεί στο 1,4% του ελληνικού πληθυσμού , ενώ το ποσοστό αυτό ήταν μεγαλύτερο στο 1,7% σε σχέση με παλιότερα. Η φθίνουσα πορεία του ιαματικού τουρισμού στην Ελλάδα οφείλεται:

- στον ανταγωνισμό που προέρχεται από το χώρο της φαρμακοβιομηχανίας
- στην απροθυμία των γιατρών να αναγνωρίσουν την υδροθεραπεία ως ιατρική μέθοδο
- έλλειψη της σχετικής διαφήμισης και πληροφόρησης του κοινού από τα μέσα ενημέρωσης (τηλεόραση,ραδιόφωνο, εφημερίδες, περιοδικά κλπ.) τόσο στο εσωτερικό όσο και στο εξωτερικό

Η Ελλάδα παρουσιάζει αρκετά πλεονεκτήματα για την ανάπτυξη του Τουρισμού Υγείας, όπως εξαιρετο βιοκλίμα για λουτροθεραπεία, αεροθεραπεία , θαλασσοθεραπεία, σπηλαιοθεραπεία ,πλούσια πολιτιστική και ιστορική κληρονομιά , όμορφο φυσικό περιβάλλον και φημισμένη μεσογειακή διατροφή.

Τα οφέλη του Τουρισμού Υγείας είναι ότι πρόκειται για μορφή τουρισμού καθ' όλη τη διάρκεια του χρόνου καθώς και ότι ορισμένες θεραπείες απαιτούν συστηματική ή επαναλαμβανόμενη εφαρμογή. Επιπλέον , οι υπηρεσίες wellness and spa μπορούν να συμβάλουν στην αύξηση των εσόδων της ξενοδοχειακής μονάδας ενώ δημιουργούνται και θέσεις εργασίας σε εξειδικευμένο ιατρικό προσωπικό και προσωπικό ξενοδοχείων.

Το οικονομικό μέγεθος από αυτή τη δραστηριότητα διεθνώς κυμαίνεται μεταξύ 15 και 20 δισεκατομμυρίων δολαρίων το οποίο αποδίδεται σε 5 περίπου εκατ. ασθενείς με μέσο όρο ιατρικής δαπάνης 3.000 έως 4.000 δολαρίων. Το μέγεθος αυτό αναφέρεται μόνο στον ιατρικό τουρισμό επιλογής και μόνο στις δαπάνες ιατρικών υπηρεσιών και όχι βέβαια στις δαπάνες ταξιδιών και διαμονής εκτός νοσοκομείων. Οι χώρες με τα περισσότερα έσοδα από Ιατρικό Τουρισμό είναι: η Ινδία , η Σιγκαπούρη ,η Ταϊλάνδη , η Βραζιλία , το Μεξικό , η Κόστα Ρίκα , η Κούβα ,η Ουγγαρία και η Τουρκία. Η κρίση έχει ελαττώσει το διαθέσιμο εισόδημα των ασθενών και συγχρόνως έχει αυξήσει τη σημασία του παράγοντα «χαμηλό κόστος» στην επιλογή του τόπου θεραπείας. Παράγοντες που συμβάλλουν στη μείωση του κόστους είναι το φθηνότερο εργατικό κόστος , τα χαμηλότερα κόστη αναφορικά με την νομική και ασφαλιστική κάλυψη της ιατρικής ευθύνης καθώς και απλούστερα κανονιστικά και νομικά λειτουργικά πλαίσια για τους παρόχους υγείας.

Τα έσοδα δεν θα προέλθουν από κεντρική κρατική πρωτοβουλία , όμως το κράτος πρέπει να βοηθήσει

με θεσμικές παρεμβάσεις. Ο Ιατρικός Τουρισμός είναι ακόμα ένας κλάδος υπό διαμόρφωση διεθνώς όπως επίσης και η Ελλάδα δεν έχει διαμορφώσει το δικό της προφίλ προσφοράς. Με όλες τις αβεβαιότητες, ένας ρεαλιστικά αισιόδοξος στόχος σε μεσοπρόθεσμο ορίζοντα(3-4 χρόνια) είναι να έρχονται 100.000 ασθενείς το χρόνο και να δαπανούν κατά μέσο όρο 4.000 ευρώ ο καθένας , δηλαδή 3.000 ευρώ σε ιατρικά και 1.000 ευρώ σε ξενοδοχειακά και συναφή, με συνολικό κόστος 400 εκατ. ευρώ ετησίως. Παράλληλα, μπορεί να υπάρχουν πρόσθετα έσοδα από την ιατρική εξυπηρέτηση όσων θέλουν να έρθουν με κύριο στόχο τον τουρισμό και όχι τη θεραπεία .

Σε δέκα χρόνια, αν αναπτυχθεί η διασυννοριακή φροντίδα μέσα στην ΕΕ, και αν χρησιμοποιηθούν κατάλληλα οι υποδομές , μπορεί να τεθεί στόχος πενταπλάσιος, δηλαδή 2 δισεκ. ευρώ το χρόνο. Αξίζει να σημειωθεί ότι το όφελος που μπορεί να εκτιμηθεί πιο άμεσα είναι κυρίως αυτό των παρόχων υγείας. Ο τουριστικός κλάδος θα ωφεληθεί περισσότερο εφόσον δημιουργήσει πακέτα που επεκτείνουν τη διαμονή των ασθενών και των συγγενών τους πέρα από τον ιατρικά απαραίτητο χρόνο, ή εάν παράσχει υπηρεσίες μάρκετινγκ και οργάνωσης από τους παρόχους υγείας και γενικά παρέχει ένα αίσθημα ασφάλειας στο μέσο τουρίστα.

Ο Ιατρικός Τουρισμός είναι ένα σύνθετο σύνολο από υπηρεσίες που μετέχουν πάροχοι υγείας(κλινικές , νοσοκομεία, κέντρα αποκατάστασης) , πάροχοι υπηρεσιών φιλοξενίας και μεταφοράς (ξενοδοχεία, αεροπορικές εταιρίες, επιτόπια μετακίνηση) , ασφαλιστικοί οργανισμοί υγείας(ιδιωτικές εταιρίες, φορείς κοινωνικής ασφάλισης) , οργανισμοί πιστοποίησης υπηρεσιών ιατρικού τουρισμού και medical tourism facilitators.

Τα τελευταία χρόνια υπάρχει προσφορά ελκυστικών πακέτων και υπηρεσιών εναλλακτικών μορφών τουρισμού (ιαματικού, θρησκευτικού , πολιτιστικού ,διατροφολογικού ,οικολογικού, αθλητικού τουρισμού και αγροτουρισμού). Επίσης , άνω του 25% των ευκατάστατων Ευρωπαίων ταξιδιωτών αναζητούν πρωτότυπες βιωματικές εμπειρίες και τουριστικές υπηρεσίες.

Ο Τουρισμός Υγείας μπορεί να καθιερωθεί ως αναπτυσσόμενη οικονομική δραστηριότητα λόγω:

- Εκμηδενισμού των αποστάσεων και κατάργησης των συνόρων στα πλαίσια της Ευρωπαϊκής Ένωσης
- Βελτίωσης του μορφωτικού επιπέδου των ταξιδιωτών
- Αυξανόμενης μετακίνησης ατόμων της τρίτης ηλικίας για περισσότερες υπηρεσίες υγείας
- Ανάπτυξης του κοινωνικού τουρισμού
- Έντονου ρυθμού ζωής των σύγχρονων εργαζομένων
- Τάσης για πιο υγιεινούς και εναλλακτικούς τρόπους διαβίωσης
- Αναζήτησης τουλάχιστον του 10% των Ευρωπαίων εκτός εθνικών συνόρων για υπηρεσίες σχετιζόμενες με την υγεία σε λογικά

οικονομικά πλαίσια ,κάθε εποχή του χρόνου.

Ευοίωνες προοπτικές ανάπτυξης του Τουρισμού Υγείας-Θερμαλισμού είναι το νέο θεσμικό πλαίσιο(Ν.4179/2013/αρθ. 20 περί ιατρικού και ιαματικού τουρισμού) , η εφαρμογή της ευρωπαϊκής οδηγίας 24/2011 από τον Οκτώβριο του 2013 , η νομοθετική επεξεργασία του ιατρικού τουρισμού για εναρμόνιση με την Ευρωπαϊκή οδηγία , η πρωτοβουλία για ένταξη της υδροθεραπείας στην πρωτοβάθμια φροντίδα υγείας , η παραμονή της λουτροθεραπείας και της αεροθεραπείας στον κατάλογο ΕΟΠΥΥ , η ένταξη δράσεων του ιαματικού τουρισμού στον αναπτυξιακό νόμο και κυρίως η αναγνώριση των ιαματικών πηγών.

Σύμφωνα με την κοινοτική οδηγία 24/2011 (αρθ. 6,7,8,9) , θα είναι δυνατόν οι ασφαλισμένοι μίας χώρας της Ε.Ε. να μεταβαίνουν σε άλλο κράτος –μέλος για τη λήψη υγειονομικής περίθαλψης εφόσον η εν λόγω θεραπεία περιλαμβάνεται στις παροχές που προβλέπει η νομοθεσία ασφάλισης του κράτους –μέλους του ασφαλισμένου. Το κράτος-μέλος ασφάλισης θα επιστρέφει στον ασφαλισμένο τα έξοδα τα οποία θα είχαν καλυφθεί από το ίδιο το κράτος αν η ίδια ή παρόμοια υγειονομική περίθαλψη είχε παρασχεθεί στο έδαφος του. Η πλήρης εφαρμογή της οδηγίας μπορεί να προσφέρει μεγάλη ευκαιρία για τους παρόχους υπηρεσιών Ιατρικού Τουρισμού.

Οι πάροχοι πρέπει να έχουν οργάνωση και διαδικασίες που να μπορούν να πιστοποιηθούν από τα Ευρωπαϊκά συστήματα που θα δημιουργηθούν για το σκοπό αυτό . Τα κράτη υποδοχής πρέπει να διασφαλίσουν ότι οι εισερχόμενοι ασθενείς δεν θα εκτοπίσουν τους γηγενείς ασθενείς στα νοσοκομεία.

Η Ελλάδα συνεπώς φαίνεται ότι στρατηγικά έχει τη δυνατότητα να ωφεληθεί πολύ ως πάροχος υπηρεσιών από την εφαρμογή της Ευρωπαϊκής οδηγίας. Απαιτούνται όμως τα εξής:

- Προεγκρίσεις από τους φορείς ασφάλισης στη χώρα προέλευσης
- Πληρωμή στη χώρα παροχής θεραπείας και ολοκλήρωση διαδικασιών αποζημίωσης των ασθενών
- Πληροφόρηση για τις δυνατότητες του ασθενούς να επιδιώξει διασυννοριακή φροντίδα
- Διακίνηση ιατρικής πληροφορίας
- Διασφάλιση συνέχειας στη φροντίδα πριν και μετά τη θεραπεία
- Αναγνώριση συνταγών στα κράτη-μέλη
- Ποιότητα υπηρεσιών και ασφάλεια ασθενών

□ Οι επιχειρήσεις και οι αρμόδιοι φορείς θα πρέπει να προβούν σε εκπόνηση πακέτων με εξειδίκευση σε συγκεκριμένα είδη θεραπειών, τοπικών πιλοτικών προγραμμάτων και εξασφάλιση συστημάτων ποιότητας μέσα σε θεσμικά πλαίσια

Τέλος, για την αναγνώριση των ιαματικών πηγών , απαιτούνται η κατάθεση φακέλων για αναγνώριση των υπολοίπων ιαματικών πηγών ,η συμπλήρωση φακέλων με τα απαιτούμενα από το νόμο δικαιολογητικά για την αναγνώριση των πηγών που εκκρεμούν , η θέσπιση κριτηρίων λειτουργίας των θερμαλιστικών κέντρων , οι πρωτοβουλίες για διαδικασίες πιστοποίησης των ιαματικών πηγών εν όψει εφαρμογής της ευρωπαϊκής οδηγίας , η κατηγοριοποίηση των ιαματικών πηγών ανάλογα με την ποιότητα των παρεχομένων θερμαλιστικών υπηρεσιών (value for money), η αναβάθμιση της τουριστικής εκπαίδευσης σε όλα τα επίπεδα και ειδικότερα στον τομέα του ιαματικού τουρισμού για τη δημιουργία εξειδικευμένου προσωπικού (λουτρονόμοι κ.α.) καθώς και η εφαρμογή προγραμμάτων κατάρτισης και επιμόρφωσης.

BIBΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Κουσκούκης Κ: Ιατρική Αισθητική και Κοσμετολογία, Εκδ Medi-Jeunesse, 445:391-94, σ.365-75, σ.25-38, σ.257-260, σ.353, σ.279-85, σ.359, σ.361, σ.267-70, σ.271, σ.357, σ.149-180, σ.411-15, σ.431-4, σ.403-9, σ.325-34. .Duchene-Marullaz P.: <<Therapeutique thermale>> In: Monsalier J.F., Carli A., PHainaut J.F. editurs: <<Precis de Therapeutique>>. <<Maloine. Paris 1990 ;pp.1106-1114>>. Gualtierotti R.: <<La Thalassotherapie>>. In: Bartoletti C.A., Legnand J.L. editurs: <<Manuel pratique de Medecine Esthetique>>. 1ere edition, Paris pp:265-268 .Lotti, T., Freedman D.: <<Balneology and spa treatment in dermatology: The European joint of view>>. <<J.E.A.D.V.1994;3:449-450>>. Βουδούρης Κ: Ιαματική λουτροθεραπεία ρευματικών παθήσεων, Β' Συνέδριο για τα ΘΜΝ, 1988,559:σ284-7. Κουσκούκης Κ: Δερματολογία-Αφροδισιολογία, Αθήνα 1987, 301:σ.13, σ.230-34, σ.114-15, σ.121, σ.89. Τσάπας Γ: Η ποσιθεραπεία σε νοσήματα του ουροποιητικού και πεπτικού συστήματος, Β' Συνέδριο για τα ΘΜΝ, 1988, 559:277-80 Etude : Etude pilote sur les effets cliniques et biologiques de la balneotherapie avec une Eau Thermale riche en selenium J.Pinton, H.Friden, N.Keffaneh-Wold. S.Wold, B.Dreno, A.Richard, T.Bieber. (Staquet, 1997) .Αγγελίδης Ζ.: <<Ταξινόμηση πηλών και φυσικοχημικές ιδιότητες πηλού>>, Β' Συνέδριο για τα ΘΜΝερά, 1988, 559:σ.75 Jagger M, Zmood D: Hydrotherapy for pHysotherapists in a community health center. Aust Fam PHysician 13:878, 1984 .Kuczera M, Kokot F: The influence of spa therapy on the endocrine system. Erythropoietin (Polish). Pol Arch Med Wewn 95(Part 2) :21,1996 Laborde JM, Dando WA, Pewsers MJ: Influence of weather on osteoarthritis. Soc Sci Med 23:549,1986 207.Landewe RE, Peeters R, Verreussel RL, et al: No difference in effectiveness measured between treatment in a thermal bath and in an exersise bath in patients with rheumatoid arthritis (Dutch). Ned Tijdschr Geneesk 136:173, 1992 .Sukenik S, Horowitz J: Balneotherapy (spa) therapy for rheumatic diseases. Harefuah 119:165, 1990.Verhagen AP, De Vet HCW, De Bie RA, et al; Taking baths: The efficacy of balneotherapy in patients with arthritis: A systematic review. J Rheumatol 24: 1964, 1997 .Grahame R, Hunt JN, Kitchen S, et al: The diuretic and natriuretic effect of water immersion; A possible rationale for balneotherapy. Ann Rheum Dis 37:567, 1978.Halevi S, Friger M, Giryas H, et al: The role of trace elements in the effectiveness of balneotherapy for psoriasis. Ann Dermatol, in press

Διαχείριση Βάρους-Παχυσαρκία

No.1

DNA Παχυσαρκίας
& Διαχείρισης Βάρους
Στον Κόσμο



ΕΩΣ ΚΑΙ 100% Χωρίς περιττά κιλά

σε συνεργασία με κορυφαίους Διαιτολόγους
& καθηγητές της Φαρμακευτικής Σχολής Αθηνών

αποκλειστικά στα φαρμακεία

 **Genomed**

Υπηρεσίες Γονιδιακού Ελέγχου

Κεντρικά : Ομήρου 70 Ν.Σμύρνη, 17121 τηλ: 2109319050, ΦΑΞ: 2118002242

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

HYDROVIT

HEALTHCARE

ΑΝΤΙΡΥΤΙΔΙΚΗ & ΑΝΤΙΓΗΡΑΝΤΙΚΗ ΠΕΡΙΠΟΙΗΣΗ



Αποδεδειγμένη αποτελεσματικότητα

HYDROVIT Retinol Plus:

- ✓ **Μειώνει** τις λεπτές ρυτίδες σε 4 εβδομάδες και τις βαθιές σε 12 εβδομάδες.
- ✓ **Περιορίζει** τις μελαγχρωματικές βλάβες.
- ✓ **Βελτιώνει** την υφή και το χρώμα του δέρματος, καθώς και τα επίπεδα ενυδάτωσής του.

Αποτέλεσμα από 7 ημέρες:

- ✓ Αναδομείται το δέρμα του προσώπου.
- ✓ Επιδιορθώνονται οι ατέλειες της επιδερμίδας.
- ✓ Απαλύνονται τα σημάδια του χρόνου.
- ✓ Το δέρμα γίνεται μαλακό και ελαστικό σαν νεανικό.



7 μονοδόσεις

60 μονοδόσεις

Target
PHARMA
HEALTHCARE

Διατίθεται μόνο στα φαρμακεία  Δερματολογικά ελεγμένο

Έδρα: Μενάνδρου 54, 104 31 Αθήνα, Τηλ: 210 5224830, Fax: 210 5224838

Υποκατάστημα: Πρωτομαγιάς 17, 543 52 Κωνσταντινούπολη Θεσ/κη, Τ & F: 2310 942896

E-mail: info@targetpharma.gr, http://www.targetpharma.gr

100%
BUREAU VERITAS
Certification
BY 201004

ΣΥΣΚΕΥΕΣ ΜΕΤΡΗΣΗΣ ΣΤΑΘΕΡΟΤΗΤΑΣ ΓΑΛΑΚΤΩΜΑΤΩΝ



Πρόβλημα: Διαχωρισμός φάσεων σε γαλακτώματα και εναιωρήματα

Λύση: Ταχεία και αξιόπιστη πρόβλεψη χρόνου ζωής με συσκευές LUM

- ✓ Ανάπτυξη νέων προϊόντων εύκολα και γρήγορα
- ✓ Επιλογή κατάλληλης σύστασης σταθεροποιητών
- ✓ Δυνατότητα επιτάχυνσης διεργασιών έως 2300 φορές
- ✓ Αυτόματη και αντικειμενική μέτρηση διαπερατότητας κατά μήκος του δείγματος (καινοτομία της LUM)
- ✓ Προσδιορισμός κατανομής μεγεθών σωματιδίων
- ✓ Βελτιστοποίηση διαδικασιών παραγωγής
- ✓ Ταχεία ανάλυση αποτελεσμάτων με ειδικό λογισμικό
- ✓ Αρχαιοθήκη & ιχνηλασιμότητα μετρήσεων
- ✓ Ποιοτικός έλεγχος & διασφάλιση ποιότητας



→ Επισκεφθείτε μας στην έκθεση In Cosmetics στο Αμβούργο (περίπτερο 4C15)



ΑΝΑΛΥΤΙΚΕΣ ΣΥΣΚΕΥΕΣ Α.Ε.

Δρ Κ.Ι. ΒΑΜΒΑΚΑΣ - ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟΣ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ



Αθήνα: Τζαβέλλα 9 & Μυκόνου 152 31 Χαλάνδρι, Τηλ.: 210 6748973
E-mail: contact@analytical.gr, Fax: 210 6748978, www.analytical.gr
Θεσσαλονίκη: Παπαναστασίου 102, 546 42 Χαριλάου, Τηλ. 2310 903971
E-mail: analytic@hol.gr, Fax: 2310 903972



NOVAQUASOL A®

Vitamin A - Dexpanthenol

ΕΛΑΦΡΕΣ ΔΕΡΜΑΤΟΠΑΘΕΙΕΣ



Διαχρονική Αξία στη Δερματολογία

Αναπληστική, Αντικνηστώδης και Επουλωτική δράση

NOV/ΕΚ2/06.13



Α. Κηφισού 132, 121 31 Αθήνα • Τηλ.: 210 5702199 • Fax: 210 5728215 • ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟ ΤΜΗΜΑ: Τηλ.: 210 5702199 - ΤΜΗΜΑ ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΗΣ: Τηλ.: 0209443388
Η Παράκληση Χαρακτηριστικών και Παράκληση Θεραπευτικής εντός του Ηφαίστου, έκδοση:

Προσδιορισμός προσωπικών αναγκών
για την αντιγήρανση και επιλογή
εξατομικευμένων καλλυντικών



Σε Συνεργασία με Κορυφαίους
Δερματολόγους και Χημικούς

Genomed

Προϊόντα Υγείας & Ομορφιάς

Κεντρικά : Ομήρου 70 Ν.Σμύρνη, 17121 τηλ: 2109319050, ΦΑΞ: 2118002

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

Αντι-γήρανση & STRESS

ΑΡΘΡΟ

Γιώργος Χρούσος,

Παιδίατρος-ενδοκρινολόγος,
Καθηγητής και Διευθυντής της Πρώτης
Παιδιατρικής Κλινικής του Παιδιατρικού
Νοσοκομείου "Αγία Σοφία"
Ιατρική Σχολή του Πανεπιστημίου Αθηνών

Ομοιόσταση

Ομοιόσταση είναι η αρμονική ισορροπία, σωματική και ψυχική, που έχει ένα ανθρώπινο ον. Νόσος είναι η έλλειψη αυτής της αρμονίας λόγω αδυναμίας του οργανισμού να επαναφέρει την ισορροπία ύστερα από μια «απειλή». Οι έννοιες αυτές με άλλη ορολογία υπάρχουν ήδη από την εποχή του Πυθαγόρα και του Αλκμήωνα. Η Ιπποκράτικη Ιατρική βασίσε σε αυτές τις πολύ σωστές αντιλήψεις όλο της το οικοδομήμα.

Το 19ο και 20ο αιώνα οι Claude Bernard, Walter Cannon και Hans Selye επαναφέρουν και αναβαπτίζουν αυτές τις έννοιες. Σήμερα χρησιμοποιούμε τους μοντέρνους όρους ομοιόσταση για την αρμονία της ζωής, στρεσογόνα ερεθίσματα για τα απειλητικά, διαταρακτικά, βλαπτικά ερεθίσματα, τα οποία μπορεί να είναι φυσικά ή ψυχικά, και στρες/stress για την κατάσταση της απειλούμενης ή διαταραγμένης ομοιόστασης. Άγχος είναι το συναίσθημα δυσφορίας που έχουμε όταν αντιμετωπίζουμε ανεπιτυχώς μια στρεσογόνα κατάσταση. Στον οργανισμό υπάρχουν πολλά ομοιοστατικά συστήματα μεταξύ των οποίων είναι και το Σύστημα του Στρες. Σας αναφέρω μερικά από τα πιο σημαντικά: το Σύστημα του φόβου και του θυμού που εδράζεται στις αμυγδαλές του εγκεφάλου, το Σύστημα αμοιβής/ τιμωρίας το οποίο «κρύβεται» πίσω απ' ό,τι μας δίνει ευχαρίστηση, το θηλασμό του μωρού, το σεξ, τη διατροφή αλλά και πίσω από τους εθισμούς, κάπνισμα, αλκοόλ, ναρκωτικά. Άλλα Ομοιοστατικά Συστήματα είναι το Μεταβολικό, το Καρδιοαναπνευστικό, του Ύπνου, το Ανοσολογικό, του Πόνου και της Κόπωσης.

Όσον αφορά το Σύστημα του Στρες, στον οργανισμό μας υπάρχουν τμήματα στον εγκεφαλο και

την περιφέρεια, καθώς και ουσίες, οι μεσολαβητές του στρες, που τον βοηθούν να ανταποκριθεί στα στρεσογόνα ερεθίσματα και να επαναφέρει την υγιή ομοιόσταση ή ευσταση. Το σύστημα του στρες παίζει τεράστιο ρόλο στην επιβίωση του ατόμου. Είναι αυτό που επέτρεψε στον άνθρωπο να προσαρμόζεται κάτω από στρεσογόνες επιλεκτικές πιέσεις κατά την εξέλιξη και να αλλάζει γενετικά. Οι πιέσεις αυτές ήταν κυρίως η παρατεταμένη έλλειψη τροφής, η αφυδάτωση, οι λοιμώξεις, οι τραυματισμοί, καθώς και η πρόβλεψη των κινήσεων και η αποφευκτική ή επιθετική αντιμετώπιση των εχθρών. Σήμερα υπάρχει άφθονη τροφή, η πείνα, η αφυδάτωση και οι λοιμώξεις έχουν εν πολλοίς ελεγχθεί, η βία και οι τραυματισμοί έχουν ελαττωθεί, ενώ τα θηρία και οι βάρβαροι εχθροί δεν υπάρχουν στην καθημερινή ζωή. Η σωματική άσκηση δεν είναι πια αναγκαίο κομμάτι της καθημερινότητας. Το σύγχρονο στρες του δυτικού ανεπτυγμένου κόσμου είναι περισσότερο ψυχοκοινωνικής και λιγότερο σωματικής φύσης. Το παθολογικό στρες έχει βλαπτική επίδραση στον οργανισμό και είναι αυτό που ο Hans Selye αποκάλεσε distress.

Το σύστημα του στρες είναι ένα σύστημα συναγερμού το οποίο είναι φτιαγμένο για να αντιμετωπίζει οξύ και βραχυπρόθεσμο στρες που διαρκεί ώρες ή, το πολύ, μέρες. Όταν η κατάσταση στρες αρχίζει και διαρκεί εβδομάδες τότε επηρεάζει και τον εγκέφαλο και το σώμα. Όταν δηλαδή, το στρες μετατρέπεται από οξύ σε χρόνιο, τότε κυρίως γίνεται νοσογόνο. Αυτό το αποκαλούμε Όριο Υποχώρησης, και είναι όρος που δανειζόμαστε από τη Φυσική. Αν πάρει κανείς μια μεταλλική ράβδο και την πιέσει, η ράβδος λυγίζει αλλά όταν αποσύρεται το βάρος η ράβδος επανέρχεται στο κανονικό. Όταν όμως η πίεση είναι τέτοια που μετά την απόσυρση του βάρους η ράβδος δεν επανέρχεται, τότε έχουμε περάσει το Όριο Υποχώρησης. Έτσι και στον οργανισμό υπάρχει ένα όριο όπου από εκεί και πέρα αρχίζουμε να έχουμε βλάβες μη αναστρέψιμες. Το Σημείο Υποχώρησης είναι το σημείο καμπής (fipping point) όπου μπαίνουμε σε δυσομοιόσταση. Ναι μεν μένουμε ζωντανοί αλλά σε μια ισορροπία παθολογική που έχει αρνητικές επιπτώσεις στον οργανισμό. Όλες οι χρόνιες νόσοι είναι δυσομοιοστατικές καταστάσεις. Εκεί κατατάσσεται και η παχυσαρκία και οι διαταραχές του άγχους. Η βλάβη ή η νόσος που προκύπτει έχει φυσικά σχέση με τη γενετική και επιγενετική προδιάθεση του κάθε ατόμου και το περιβάλλον του.

Η ανάπλαση των ιστών

Για να εξασφαλίσουν την διαιώνιση των ιστών τους οποίους συνθέτουν, ορισμένα κύτταρα του

καλλυντικό_33

οργανισμού μας έχουν ένα μυστικό: αναπαράγονται. Τα μητρικά κύτταρα χωρίζονται σε δυο θυγατρικά κύτταρα και ούτω καθεξής. Ένα παράδειγμα: τα ερειστικά κύτταρα που προσφέρουν στήριξη και ελαστικότητα σε ιστούς όπως το δέρμα και οι μύες, τα κύτταρα που επενδύουν τα τοιχώματα των αιμοφόρων αγγείων ή του εντέρου και τα κύτταρα που παίζουν ρόλο σε ορισμένες φλεγμονώδεις διαδικασίες ονομάζονται πολλαπλασιαστικά κύτταρα, σε αντιπαράθεση με άλλα κύτταρα μη πολλαπλασιαστικά, όπως τα νευρικά κύτταρα, τα οποία δεν διαιρούνται ή διαιρούνται ελάχιστα όταν ενηλικιωθούν και τα οποία είναι επομένως ανίκανα να αναπαραχθούν.

Η συνεχής ανανέωση των πολλαπλασιαστικών κυττάρων καθυστερεί τη γήρανση των ιστών. Δυστυχώς, δεν είναι αιώνια. Σε μια δεδομένη στιγμή, ο χρόνος θα κάνει αισθητή την παρουσία του, τα θυγατρικά κύτταρα θα αποικοδομηθούν όλο και περισσότερο και τελικά θα πεθάνουν.

Τα κύτταρα δεν βγαίνουν αλώβητα από αυτή την ανανέωση. Παραδόξως, σε κάθε διαιρέση τροποποιούνται και γίνονται λίγο πιο γερασμένα από τα μητρικά τους κύτταρα. Από γενιά σε γενιά η απόδοσή τους μειώνεται. Τα μη πολλαπλασιαστικά κύτταρα, όπως είναι η πλειονότητα των νευρώνων, δεν μπορούν να διαιρεθούν, αλλά είναι παρ' όλα αυτά ικανά να ανανεώσουν σταθερά τα συστατικά τους, κάτι που ονομάζεται «turnover». Δεν είναι ικανά να πραγματοποιούν αιωνίως αυτό το turnover και οι βλάβες συσσωρεύονται για να προκαλέσουν τελικά το θάνατο των κυττάρων.

Η μάχη των γονιδίων

Τα κύτταρα των νεαρών ιστών διαφέρουν σημαντικά από τα κύτταρα που έχουν ληφθεί από γηραιότερους ιστούς. Με την ηλικία εκφυλίζονται όλο και περισσότερο και αποκτούν όλο και περισσότερες δυσμορφίες. Διαιρούνται όλο και πιο αργά. Ενώ οι πρώτες γενιές διαιρούνται μια φορά την ημέρα στο εργαστήριο, ο ρυθμός αυτός μειώνεται προοδευτικά και τελικά σταματά εντελώς.

Η διαίρεση των κυττάρων εξαρτάται από τη σχέση ισχύος ανάμεσα στα γονίδια που κωδικοποιούν για τον πολλαπλασιασμό των κυττάρων και αυτά που αναστέλλουν αυτή την αύξηση. Στην αρχή, τα γονίδια που ευνοούν τον κυτταρικό πολλαπλασιασμό υπερέχουν, αλλά στη συνέχεια η τάση αντιστρέφεται υπέρ άλλων γονιδίων που δεν είχαν ακόμη εκδηλωθεί.

Ορισμένα γονίδια εκφράζονται μόνο στα γηρασμένα κύτταρα ή μόνο στα νεαρά κύτταρα, συνδέονται ειδικά με τη γήρανση και αντιτίθενται στη δράση των γονιδίων που ευνοούν την κυτταρική διαίρεση. Έστερα από ένα ορισμένο αριθμό διαιρέσεων, τα γονίδια που συνδέονται με τη γήρανση ενεργοποιούνται για να επιβραδύνουν τον πολλαπλασιασμό των κυττάρων και τελικά να τον σταματήσουν.

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. 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.

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
- 11)** Διατροφική Γονιδιωματική (Μεταβολισμός ομοκυστεΐνης και λιπιδίων)

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 καρκινογόνους 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 Ισοφλαβινοειδή φυτο-οιστρογόνα.

Οι μεταλλάξεις των γονιδίων που σχετίζονται με τον μεταβολισμό του φυλικού οξέος και τις βιταμίνες του συμπλέγματος B (B6, B12) επηρεάζουν τα ενεργά κύτταρα που διαιρούνται συνεχώς, όπως αυτά του δέρματος και έχουν μια σταθερή απαίτηση θρεπτικών συστατικών για την αναπαραγωγή του DNA. Το φυλικό οξύ και οι βιταμίνες B παίζουν ουσιαστικό ρόλο στη σύνθεση των νουκλεοτίδιων που είναι οι βασικές δομικές μονάδες του DNA. Τα βασικά κύτταρα του δέρματος έχουν αυξημένη ανάγκη σε φυλικό οξύ και βιταμίνες B. 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.

Χημική πίεση και γήρανση

Ορισμένες καταστάσεις μπορούν να επιταχύνουν πρόωρα και με μη αναστρέψιμο τρόπο τη διαδικασία της γήρανσης των κυττάρων μας. Το στρες στο οποίο μπορούν να υποβληθούν τα κύτταρά μας σχετίζεται τελικά με το στρες που βιώνουμε ως άτομα. Στο κυτταρικό επίπεδο, η πίεση είναι κυρίως (βιο)χημική.

Είναι αλήθεια, ωστόσο, ότι η πίεση ενός ατόμου μπορεί να οδηγήσει σε πίεση του κυττάρου. Οι ουσίες που παράγονται από τα επινεφρίδια πυροδοτούν τη σύνθεση αμινοξέων, μεταξύ των οποίων το γλουταμινικό, στο επίπεδο των διαφορετικών τμημάτων των εγκεφάλου. Το γλουταμινικό προκαλεί τελικά υπερβολική διέγερση των νευρικών κυττάρων, οδηγώντας σε ένα μηχανισμό που μπορεί να πυροδοτήσει μια συμπληρωματική παραγωγή ελεύθερων ριζών, επικίνδυνη για τους νευρώνες. Οι ελεύθερες ρίζες είναι οι άμεσοι εχθροί των κυττάρων. Αυτά τα πολύ αντιδραστικά και τοξικά μόρια σχηματίζονται από το οξυγόνο που αναπνέουμε και

ενώνονται με οποιοδήποτε άλλο μόριο, προκαλώντας πολλές διαταραχές μέσω οξειδωσης.

Το παράδοξο του οξυγόνου

Αναπόφευκτα, το 2 – 3% του οξυγόνου που αναπνέουμε μετατρέπεται σε ελεύθερες ρίζες. Ο στρεσογόνος αυτός παράγοντας μπορεί να επιφέρει μια ανεπανόρθωτη βλάβη των διαδικασιών γήρανσης. Κάθε κατάσταση που ευνοεί την εμφάνιση ελεύθερων ριζών πρέπει να θεωρείτε ως εξίσου στρεσογόνος παράγοντας. Για παράδειγμα κατά τη διάρκεια μιας παρατεταμένης έκθεσης στον ήλιο, οι υπερϊώδεις ακτίνες ευνοούν την παρουσία ελεύθερων ριζών στο περιβάλλον των δερματικών κυττάρων. Είναι σαν ορισμένα μόρια να μετατρέπονται σε οξυγονούχο ύδωρ. Το αλκοόλ προκαλεί επίσης τη σύνθεση ελεύθερων ριζών στο επίπεδο του ήπατος. Ο καπνός του τσιγάρου παράγει εκατοντάδες διαφορετικούς τύπους ελεύθερων ριζών που εισάγονται στην κυκλοφορία του αίματος στο επίπεδο των πνευμόνων, γεγονός που προκαλεί στους καπνιστές πρόωρη γήρανση του δέρματος, μέσω εσωτερικής ή εξωτερικής οδού, κυρίως στο επίπεδο του προσώπου και των χεριών. Όποια και αν είναι η προέλευσή τους ή ο τύπος τους, οι ελεύθερες ρίζες θα έχουν καταστροφική δράση στα κύτταρα. Για παράδειγμα, θα αλλοιώσουν τα κυτταρικά τοιχώματα, επιπλέκοντας τις ανταλλαγές με το εξωτερικό περιβάλλον, κάτι που θα απομονώσει όλο και περισσότερο το κύτταρο. Η παραγωγή ενέργειας από σάκχαρα και λίπη, θα διαταραχθεί επίσης, κάτι που θα έχει συνέπειες στο σύνολο του κυττάρου. Πράγματι, τα κύτταρα έχουν ανάγκη από πολλή ενέργεια για να αμυνθούν έναντι του στρες και η έλλειψη ενέργειας θα επιδεινώσει τις βλάβες που έχουν δημιουργηθεί από αυτό.

Το ακόμη χειρότερο είναι ότι οι ελεύθερες ρίζες επιτίθενται επίσης στο γενετικό υλικό, προκαλώντας γενετικές μεταλλαγές οι οποίες μπορεί να ευνοούν την εμφάνιση καρκινικών κυττάρων ή να επιταχύνουν το θάνατο των κυττάρων. Οι πρωτεΐνες επίσης δεν βγαίνουν αλώβητες, αλλά οι βλάβες που υφίστανται δεν είναι ανεπανόρθωτες: πολύ απλά, συντίθενται νέες πρωτεΐνες.

Οι εργαστηριακοί πειραματισμοί έχουν δείξει σαφώς τις ομοιότητες που έχουν τα νεαρά κύτταρα που υποβάλλονται σε διαφορετικές χημικές πιέσεις και τα γηρασμένα κύτταρα. Όλες οι καταστάσεις που μπορεί να οδηγήσουν σε μη φυσιολογική παραγωγή ελεύθερων ριζών προκαλούν μια επιτάχυνση των διαδικασιών γήρανσης σε σχέση με τη φυσιολογική κατάσταση, κατά την οποία τα κύτταρα διαταράσσονται από μια ελάχιστη ποσότητα ελεύθερων ριζών.

Κατά τη διάρκεια της εξέλιξης, τα κύτταρα ανέπτυξαν τρόπους άμυνας για να προφυλάσσονται από το οξειδωτικό στρες, αλλά αυτά τα όπλα δεν είναι απόλυτα. Σε περίπτωση εσωτερικής πίεσης, τα κύτταρα μπορούν να παραδεχτούν την αδυναμία τους. Εκθέτουμε τα κύτταρα σε ευεργετικές ουσίες, ενώ παράλληλα υποβάλλουμε μέρος του δείγματος σε διαφορετικές πιέσεις, όπως η έλλειψη οξυγόνου, οι μηχανικές έλξεις, η ιδιαίτερη σύνθεση του εξωκυτ-

τάριου περιβάλλοντος, οι ρυπογόνοι παράγοντες κλπ. Στη συνέχεια, παρατηρούμε πως αντιδρούν τα κύτταρα στην πίεση, παρουσία ή όχι αυτών των ελεγχμένων προϊόντων, και τον τρόπο τον οποίο γερνούν λιγότερο ή περισσότερο γρήγορα. Οι εργασίες αυτές οδήγησαν επομένως σε ένα φαρμακολογικό μοντέλο in vitro, ικανό να ελέγξει τις προστατευτικές ιδιότητες των εν λόγω μορίων.

Τα κύτταρα κατά του στρες

Για να αντιμετωπίσουν τους διάφορους παράγοντες του στρες, τα κύτταρα χρειάστηκε να μάθουν να αντιστέκονται και να εξαλείφουν τις ελεύθερες ρίζες που είναι τοξικές και δημιουργούν διάφορες δυσλειτουργίες. Τα πρώτα όπλα στη μάχη αυτή είναι τα βιολογικά αντι-οξειδωτικά που διαθέτουν είτε ειδικά ένζυμα (πρωτεΐνες που αποτοξινώνουν τις ελεύθερες ρίζες) είτε άλλα μόρια όπως η βιταμίνη E και η C, που μετατρέπουν τις ελεύθερες ρίζες σε αβλαβή στοιχεία.

Στο επίπεδο του γενετικού υλικού, για την αποκατάσταση των φθαρμένων τμημάτων υπάρχουν πρωτεΐνες που ανιχνεύουν σε μόνιμη βάση τις βλάβες με σκοπό να διατηρήσουν ανέπαφη τη γενετική πληροφορία και να εξαλείψουν τις περισσότερες πηγές λάθους προς την κωδικοποίηση των γονιδίων. Οι πρωτεΐνες που μεταβάλλονται από τις ελεύθερες ρίζες καταστρέφονται από ειδικά ένζυμα. Όσο για τα λιπίδια της κυτταρικής μεμβράνης, σε περίπτωση σημαντικών διαταραχών, στα μόρια αυτά αντικαθίστανται αμέσως.

Η αυτοκτονία, τελευταίο όπλο

Παρά τα τόσα μέσα που διαθέτουν τα κύτταρα για να αντιδρούν στο κυτταρικό στρες, συμβαίνει σε περίπτωση ισχυρής παρουσίας ελευθέρων ριζών να διαταράσσονται οι γραμμές της άμυνάς τους. Στις περιπτώσεις αυτές δεν μπορούν πλέον να εξασφαλίζουν την καταστροφή των τοξικών αυτών εχθρών και την αποκατάσταση των βλαβών που προκαλούν.

Σε περιπτώσεις ιδιαίτερα έντονου στρες, το κατεστραμμένο κύτταρο μπορεί είτε να πεθάνει βίαια, γιατί η καταστροφή είναι τέτοια που δεν είναι δυνατή η επιβίωση (κυτταρική νέκρωση), είτε να ζητήσει «κατά παραγγελία» το θάνατό του (απόπτωση), μια κατάσταση κατά την οποία ο κύτταρο ζητεί την καταστροφή της γενετικής του κληρονομιάς.

Το πρόβλημα της γήρανσης

Τα ποντίκια και οι αρουραίοι ζουν μόνο λίγα χρόνια. Εμείς ζούμε κατά μέσο όρο έως τα 80 στην Δυτική Ευρώπη, την Ιαπωνία και την βόρεια Αμερική. Οι χελώνες των νήσων Καλαπάγκος ζουν έως 200 χρόνια. Γνωρίζουμε από καιρό ότι το γενετικό υλικό των διαφόρων αυτών ειδών ευθύνεται για την μακροβιότητά τους. Τι σημαίνει αυτό; οι εργασίες που γίνονται σε κυτταρικό επίπεδο μπορούν να δώσουν μια απάντηση. Τα γονίδια είναι υπεύθυνα για τη σύνθεση - μέσω μιας σύνθετης διαδικασίας μετάφρασης του μηνύματος που περικλείουν - μορίων που μάχονται κατά του στρες. Για παράδειγμα, τα

μόρια αυτά αντιδρούν με τις ελεύθερες ρίζες και τις αφοπλίζουν ή μπορούν να αποκαταστήσουν ή και να κατασκευάσουν εκ νέου τα κατεστραμμένα κυτταρικά συστατικά.

Το πρόβλημα για την μακροβιότητά μας είναι ότι τα διάφορα μέσα άμυνας και αποκατάστασης δεν είναι τέλεια: ορισμένες από τις βλάβες αυτές δεν μπορούν να επιδιορθωθούν και συσσωρεύονται. Επομένως, αυτό που καθορίζει την επιβίωση των κυττάρων μας,

και κατ' επέκταση την επιβίωσή μας, είναι η ισορροπία ανάμεσα στους μηχανισμούς άμυνας κατά του στρες και το επίπεδο των βλαβών.

Για ποιο λόγο η εξέλιξη, που συντελείται σε όλα τα ζωντανά είδη εδώ και δισεκατομμύρια χρόνια, δεν κατάφερε να μας προφυλάξει από όλες τις πιέσεις που υφίστανται τα κύτταρά μας; Φανταστείτε για λίγο μια εταιρεία ή ένα οικοσύστημα όπου όλα τα άτομα θα ήταν αθάνατα, ακόμα και οι απόγονοί τους! Σύντομα θα αντιμετωπίζαμε ένα αδιέξοδο, με χαρακτηριστικό την έλλειψη αρκετών πόρων για όλους, με αποτέλεσμα να καταδικαστεί ένα ολόκληρο είδος στην εξαφάνιση.

Καρκίνος ή γήρανση

Είμαστε λοιπόν καταδικασμένοι σε περιορισμένη διάρκεια ζωής. Τα ποντίκια και οι αρουραίοι πεθαίνουν έπειτα από μερικά χρόνια ακριβώς επειδή δεν αμύνονται αρκετά κατά των μεταβολών της γενετικής τους κληρονομιάς. Η φυσική άμυνα που διαθέτουν οι άνθρωποι τους παρέχει μια ασπίδα ενάντια στην πρόωγη εμφάνιση καρκίνων. Ωστόσο, με τη γήρανση αυξάνεται ο κίνδυνος ανάπτυξης καρκίνου. Αυτό οφείλεται εν μέρει στην μειωμένη δραστηριότητα των κυττάρων που είναι υπεύθυνα για την καταστροφή των καρκινικών κυττάρων, τα οποία εμφανίζονται συνεχώς στον οργανισμό μας.

Από την άλλη πλευρά, η γήρανση εκτός κυττάρου και η όλο και μεγαλύτερη παρεμπόδιση της ικανότητάς του να διαιρείται μπορεί να απωθήσει την μετατροπή ενός φυσιολογικού κυττάρου σε καρκινικό. Πέρα από ένα ορισμένο επίπεδο βλάβης, το γηράσκον κύτταρο μπορεί επίσης να καταλήξει στον αφανισμό.

Κατά τη διάρκεια της ζωής συγκρούονται, λοιπόν, δυο κόσμοι: όταν είμαστε νέοι, έχουμε πολύ λιγότερες πιθανότητες να αναπτύξουμε καρκίνο, όταν όμως εκδηλωθεί ένας καρκίνος μπορεί να είναι πολύ επικίνδυνος, δεδομένου ότι τα κύτταρα των νέων έχουν μεγαλύτερη ικανότητα αναπαραγωγής. Στις μεγαλύτερες ηλικίες διατρέχουμε μεγαλύτερο κίνδυνο για εμφάνιση καρκινικών κυττάρων, όμως ο καρκίνος θα αναπτυχθεί λιγότερο γρήγορα, εφόσον τα κύτταρα των ηλικιωμένων έχουν μικρότερη αναπαραγωγική ικανότητα.

Πώς, λοιπόν, με δεδομένα τα ανωτέρω, μπορούμε να παλέψουμε ενάντια στην εμφάνιση καρκίνων; Πρώτον, εργασίες που έχουν γίνει στα ανθρώπινα κύτταρα έδειξαν ότι πρέπει να μειωθεί το επίπεδο της βλάβης που υφίστανται τα κύτταρα και η γενετική τους κληρονομιά μέσω της αναγνώρισης των αιτιών των βλαβών αυτών, τα οποία μπορεί να

προέρχονται από το περιβάλλον, τον τρόπο ζωής, το υπερβολικό κάπνισμα (νικοτινισμός), την κατάχρηση οινόπνευματων κ.λ.π. Δεύτερον, πρέπει να έχουμε πολύ αποτελεσματικά συστήματα άμυνας, τα οποία πιθανότατα επηρεάζονται από το ψυχολογικό στρες, τον τρόπο διατροφής καθώς και από τους προγόνους μας.

Ο στόχος της έρευνας

Δεν επιδιώκουμε να αυξήσουμε το προσδόκιμο ζωής των ανθρώπων, μόνο να εξουδετερώσουμε τις παθογόνες επιδράσεις της γήρανσης. Το ακραίο όριο για τα ανθρώπινα όντα πλησιάζει τα 125 χρόνια, επειδή υφιστάμεθα τους περιορισμούς των γονιδίων μας, τα οποία, σε κάποια στιγμή, σταματούν την κυτταρική αποκατάσταση και δεν είναι σε θέση να αντιμετωπίσουν την αιφνίδια εμφάνιση μιας βλάβης των ιστών κάποιου ζωτικού οργάνου. Αν τα συστήματα κυτταρικής αποκατάστασης ήταν πιο εξελιγμένα, πιο τελειοποιημένα, θα μπορούσαμε να ζούμε περισσότερο, αλλά κάτι τέτοιο δεν προβλέπεται στο άμεσο μέλλον, εκτός και αν η βιολογική εξέλιξη μας επιφυλάσσει κάποια ευνοϊκή έκπληξη.

Ο στόχος της έρευνας στον τομέα της γεροντολογίας είναι να διατηρήσει όσο το δυνατόν περισσότερο ένα υψηλό επίπεδο δημιουργικότητας, ανεξαρτησίας και κινητικότητας στους ηλικιωμένους. Οι κοινωνικές συνέπειες της έρευνας αυτής θα είναι να ανατρέψει την τρέχουσα τάση διαρκούς αύξησης του κοινωνικού κόστους που συνεπάγονται οι παθολογικές καταστάσεις που συνδέονται με τη γήρανση.

Παρατηρώντας τη γήρανση των κυττάρων σε τεχνητές συνθήκες, με ή χωρίς στρεσογόνους παράγοντες, οι ερευνητές ανίχνευσαν την έκφραση ειδικών γονιδίων που συνδέονται με τη γήρανση των κυττάρων. Προς το παρόν, πρέπει να διευκρινιστεί περαιτέρω ο ρόλος των γονιδίων αυτών. Θα μπορούσαν όμως να έχουν κάποια σχέση με τις παθολογικές καταστάσεις που χαρακτηρίζουν τη γήρανση, όπως η νόσος Alzheimer ή Parkinson.

Η καλύτερη κατανόηση των κυτταρικών μηχανισμών και των διαταραχών που σχετίζονται με τη γήρανση θα μπορούσε να συμβάλει στην ανάπτυξη αποτελεσματικών θεραπειών που θα επέτρεπαν στους ηλικιωμένους να γερνούν διατηρώντας την καλή τους υγεία.

Η ιατρική και ηθική δεοντολογία

Στον όρκο του Ιπποκράτη ζητείται τους γιατρούς να ασκούν το επάγγελμά τους με τον καλύτερο δυνατό τρόπο, έτσι ώστε να επιτυγχάνουν τη μέγιστη ανακούφιση των προβλημάτων που προκαλεί η νόσος. Είναι επομένως λογικό ότι η ιατρική έρευνα επεκτείνεται όλο και περισσότερο στον τομέα της γεροντολογίας με σκοπό να ανακουφίσει τα προβλήματα από τα οποία πάσχουν οι ηλικιωμένοι.

Είναι πολλές οι κοινωνικές συνέπειες από την παράταση του μέσου όρου ζωής, που διπλασιάστηκε σχεδόν μέσα σε έναν αιώνα, στις προνομιούχες κοινωνίες των δυτικών χωρών. Εμείς θα πρέπει να ακολουθήσουμε τους κανόνες της δεοντολογίας και

να ασκήσουμε πίεση, για παράδειγμα προτείνοντας νομοσχέδια στα Κοινοβούλια της κάθε χώρας, έτσι ώστε να εξαλειφθούν οι αρνητικές συνέπειες αυτής της παράτασης της διάρκειας ζωής και να προαχθούν οι θετικές συνέπειες.

Μεταξύ των θετικών συνεπειών βρίσκεται και η πιθανότητα να έχουν όλα τα παιδιά δυο ζευγάρια παππούδων – γιαγιάδων, σε ένα κόσμο όπου οι γονείς είναι όλο και πιο δραστήριοι – πολυσχολοί, στο πλαίσιο της όλο και πιο απαιτητικής κοινωνίας μας. Ο κόσμος μας δεν μπορεί παρά να γίνει πιο συνετός, δεδομένου ότι οι ηλικιωμένοι διαθέτουν ουσιαστική πείρα για τη ζωή και τα σκαμπανεβάσματα της.

Οι ηλικιωμένοι έχουν επίσης ένα ρόλο να παίξουν στην κοινωνία με τις διάφορες εθελοντικές δραστηριότητές τους, όχι μόνο στο πλαίσιο της οικογένειας, αλλά και στα νοσοκομεία, τα σχολεία ή τους διάφορους συλλόγους, για να μη μιλήσουμε για τον οικονομικό τους ρόλο στην κατανάλωση, τον τουρισμό κ.λπ.

Υπάρχουν όμως πολλοί κίνδυνοι ολίσθησης. Τα συστήματα συνταξιοδότησης τίθενται υπό αμφισβήτηση όλο και περισσότερο, σε όλες τις χώρες της Ευρωπαϊκής Ένωσης, όπως και τα συστήματα κοινωνικής ασφάλισης. Κατευθυνόμαστε σιγά σιγά προς ένα σύστημα όπου οι ιδιωτικές ασφαλιστικές εταιρίες γνωρίζουν σημαντική άνθηση. Εκεί είναι που πρέπει να παρέμβουν οι δεοντολογικές συστάσεις και οι κοινοβουλευτικοί. Και μάλιστα, οι ασφαλιστές θα αντιμετωπίσουν τον πειρασμό να χρησιμοποιήσουν τις γνώσεις που θα προκύπτουν σχετικά με τη γενετική ή άλλη ανίχνευση των παραγόντων κινδύνου που υπάρχουν για την ανάπτυξη κάποιας νόσου. Οι γνώσεις αυτές θα μπορούσαν να τους χρησιμεύσουν στην τροποποίηση των ασφαλιστηρίων συμβολαίων ανάλογα με το προφίλ υγείας του πελάτη τους ή ακόμη και να αποκλείσουν άτομα από κάθε είδους ασφάλιση.

Το βέβαιο είναι ότι η γεροντολογία θα καταλήξει σε κοινωνικές σημαντικές μεταβολές. Νέα φάρμακα, νέα μέσα παρακολούθησης ή διάγνωσης, προσαρμογής ή δημιουργίας αντικειμένων που απαντούν στις ανάγκες των ηλικιωμένων, τροποποιήσεις των οικογενειακών δομών κ.λπ.

Οι δημοκρατικοί λαοί πρέπει να δώσουν το παράδειγμα και να απορρίψουν σθεναρά τους κινδύνους που μπορεί να προκύψουν, χρησιμοποιώντας με τον καλύτερο τρόπο τα μέσα της σύγχρονης επιστήμης για να ατενίσουν το μέλλον με ηρεμία.

BIBΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

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 Vito. 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.
5. Stephen C. Waring, DVM, PhD; Roger N. Rosenberg, MD. 2008

private label

καλλυντικά
φάρμακα
συμπληρώματα διατροφής
DNA test



Σε Συνεργασία με Κορυφαίους
Δερματολόγους και Χημικούς

εμείς το κάνουμε

Genomed

Προϊόντα Υγείας & Ομορφιάς

Κεντρικά : Ομήρου 70 Ν.Σμύρνη, 17121 τηλ: 2109319050, ΦΑΞ: 2118002

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



Γράφει ο
ΜΑΝΟΣ ΜΑΡΑΓΚΟΣ,
Φαρμακοποιός

Υδρολυμένο πόσιμο κολλαγόνο

Η απόλυτη προστασία στις αλλαγές του καιρού

Τους φθινοπωρινούς, αλλά και τους χειμερινούς μήνες, λόγω της αλλαγής των καιρικών συνθηκών και της βαρομετρικής πίεσης, προκαλούνται διάφορα φαινόμενα ευαισθησίας του οργανισμού μας. Συγκεκριμένα, οι πόνοι των αρθρώσεων επιδεινώνονται με την πτώση της θερμοκρασίας και την αύξηση της υγρασίας στην ατμόσφαιρα. Αν και τα αίτια του φαινομένου βρίσκονται υπό έρευνα, μας απασχολεί το γεγονός πως περίπου 2,5 εκατομμύρια ενήλικες στη χώρα μας υποφέρουν, άλλοι περισσότερο και άλλοι λιγότερο, από κάθε είδους αρθρίτιδα και πολύ συχνά χονδροπάθεια. Το υδρολυμένο κολλαγόνο μπορεί να δράσει αποφασιστικά ως μία ενίσχυση του μεταβολισμού του χόνδρου των αρθρώσεων και ως εκ τούτου αποτελεί σημαντική βοήθεια για την πρόληψη, την αντιμετώπιση και τη θεραπεία των συμπτωμάτων των παθήσεων των αρθρώσεων, καθώς και σε πολλά μικρά προβλήματα στην κίνηση, τα οποία οφείλονται είτε στη διαδικασία της γήρανσης, είτε σε παλαιότερους τραυματισμούς.

Αυτό εξηγείται απλά γιατί το 50% του ξηρού βάρους του χόνδρου, που καλύπτει την εσωτερική επιφάνεια της άρθρωσης, αποτελείται από κολλαγόνο (2 έως 4 χιλιοστών). Με τις καθημερινές σύγχρονες συνθήκες ζωής όπως η κακή διατροφή, η έλλειψη άσκησης με αποτέλεσμα την αύξηση του σωματικού βάρους, το κάπνισμα, το άγχος, σε συνδυασμό με το πέρασμα του χρόνου το πάχος του κολλαγόνου μειώνεται αρκετά και αισθητά.

Έχει παρατηρηθεί δε πως τα κινητικά προβλήματα και ο πόνος σε πλάτη, σε ώμους, γόνατα, ισχίο, χέρια και πόδια που ταλαιπωρούν τους ασθενείς με αρθρικά προβλήματα μπορούν σημαντικά να μειωθούν με τη καθημερινή πρόσληψη υδρολυμένου κολλαγόνου.

Η σωστή επιλογή του πόσιμου κολλαγόνου είναι πολύ σημαντική και το Collagen Pro Active αποτελεί μία έγκυρη πηγή πρόσληψης, καθώς εκτός από υδρολυμένο κολλαγόνο ανώτερης ποιότητας, είναι εμπλουτισμένο και με μαγνήσιο, πυρίτιο, αλλά και με το σύμπλεγμα των Βιταμινών Β.



Παράλληλα με το κολλαγόνο, ένας υγιεινός τρόπος ζωής, με ισορροπημένη διατροφή (πρόσληψη λιπαρών οξέων Ω3, βιταμίνη D και Α), φυσικά άσκηση, η αισιοδοξία, αλλά και το χαμόγελο, μπορούν να αποτελέσουν πολυτιμη βοήθεια στην ύφεση των συμπτωμάτων των αρθροπαθειών και όχι μόνο.

Μάνος Μαραγκός, Φαρμακοποιός
Λεωφ. Αλεξάνδρας 119
mmaragos@hotmail.com

Collagen Pro-Active

“Η Απόλυτη προστασία,,

- Στις αλλαγές του καιρού •Στις αρθρώσεις μας
- Στην επιδερμίδα μας •Στην οστεοπόρωση
- Στα μαλλιά μας •Στα νύχια μας
- Στην ενέργειά μας •Στον ύπνο μας

ΠΡΟΣΟΧΗ ΣΤΙΣ ΑΠΟΜΙΜΗΣΕΙΣ
ΤΟ ΑΥΘΕΝΤΙΚΟ COLLAGEN PRO ACTIVE ΕΧΕΙ ΤΟ
ΣΤΗΝ ΕΤΙΚΕΤΑ ΚΑΙ ΚΑΘΕΤΑ ΤΗ ΛΕΞΗ COLLAGEN



Pro-Active
collagen

Κάνει την ομορφιά και την υγεία τρόπο ζωής!

ΖΗΤΗΣΤΕ ΤΟ ΑΠΟ ΤΟΝ ΦΑΡΜΑΚΟΠΟΙΟ ΣΑΣ

Αποκλειστική διάθεση για Ελλάδα & Κύπρο: COLLAGEN POWER A.E.

Ηρώς Κωνσταντοπούλου 47-49, Βύρωνα Τ.Κ. 16231

Τηλ.: 801 300 3100 (αστική χρέωση) & 213 008 1013, Fax: 211 800 5435, e-mail: info@collagenpower.gr



Επισκεφθείτε την ιστοσελίδα μας www.collagenpower.gr



Drink Collagen for Health & Beauty

ΣΕ 2
ΥΠΕΡΟΧΕΣ
ΓΕΥΣΕΙΣ
ΛΕΜΟΝΙ
&
ΦΡΑΟΥΛΑ

ΙΔΑΝΙΚΟ
ΓΙΑ ΑΝΤΡΕΣ
&
ΓΥΝΑΙΚΕΣ



Ε Π Ι Κ Ο Ι Ν Ω Ν Η Σ Τ Ε Ο Ψ Ο Τ Α !

αPR
Health Communications Agency

Δημόσιες Σχέσεις
 Health & Medical Communications
 Γραφείο Τύπου
 Οργάνωση συνεδρίων, εκδηλώσεων, webinars
 Social Media
 Συμβουλευτική Στρατηγική Επικοινωνίας
 Patient Access and Services
 Διαφήμιση
 Marketing
 Detailing & e-detailing
 Sales Solutions

Alpha Public Relations | Health Communications Agency
Ακαδημίας 28, 106 71 Αθήνα T: 210 3645 629, F: 210 3644 441
info@apr.com.gr | www.apr.com.gr

Μέλος της Inventiv Health & της Chandler Chicco /oca

ΣΠΟΥΔΕΣ ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΗΣ ΣΤΗΝ ΚΥΠΡΟ

ΔΙΔΑΚΤΡΑ
ΜΟΝΟ
ΓΙΑ ΤΑ 4
ΕΤΗ
ΦΟΙΤΗΣΗΣ



BSc στην Φαρμακευτική, στην Ελληνική γλώσσα

- Σπουδές στην Κύπρο
- Σύγχρονο πρόγραμμα σπουδών, σύμφωνα με τις απαιτήσεις της νομοθεσίας για τη φαρμακευτική εκπαίδευση
- 4 χρόνια σπουδών συν 1 χρόνος πρακτικής μετά τη λήψη του πτυχίου για συμμετοχή στις εξετάσεις απόκτησης άδειας επαγγέλματος
- Έμπειρο Διδακτικό Προσωπικό
- Σύγχρονα Εργαστήρια Φαρμακευτικής
- Ασφαλές Περιβάλλον Διαβίωσης

Γενικές Πληροφορίες για το
πρόγραμμα Φαρμακευτικής

- Οι απόφοιτοι των τμημάτων Φαρμακευτικής μετά τη λήψη των πτυχίων τους (4 έτη) και την συμπλήρωση της πρακτικής τους άσκησης (1 έτος) μπορούν να παρακαθίσουν σε εξετάσεις για την απόκτηση της άδειας επαγγέλματος Φαρμακοποιού και να αποκτήσουν έτσι, όλα τα επαγγελματικά δικαιώματα του φαρμακοποιού και τη δυνατότητα άσκησης του, τόσο στην Κύπρο όσο και στις υπόλοιπες ευρωπαϊκές χώρες
- Μεταφορές/μεταγραφές από άλλα εκπαιδευτικά ιδρύματα
- Οι μεταφορές μπορεί να γίνουν μέχρι το δεύτερο έτος

ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΛΕΥΚΩΣΙΑΣ

Λεωφ. Μακεδονίτσας 48, Τ.Κ. 24005, 1700 Λευκωσία, Κύπρος
Τηλ.: 00357 22841528 Φαξ: 00357 22352067
Τηλέφωνο Γραφείου Ελάδας: 8011000709
(από σταθερό και με αστική χρέωση) ή 6972406560
E-mail: admissions@unic.ac.cy
www.unic.ac.cy / www.unio.gr/eece.gr



ΥΠΟΤΡΟΦΙΑ
35%
ΓΙΑ ΦΟΙΤΗΤΕΣ
ΑΠΟ
ΕΛΛΑΔΑ

Γενικές Πληροφορίες για το
Πανεπιστήμιο Λευκωσίας

- Είναι ο μεγαλύτερος οργανισμός τριτοβάθμιας εκπαίδευσης της Κύπρου
- Ισότιμο και ομοταγές των Ελληνικών Ανώτερων Εκπαιδευτικών Ιδρυμάτων (Α.Ε.Ι.)
- Προσφέρει τη δυνατότητα εγκατάστασης φοιτητών εξωτερικού σε εστίες του Πανεπιστημίου
- Προσφέρει πρόγραμμα ένταξης όλων των νέων φοιτητών στο ακαδημαϊκό περιβάλλον ενώ προσφέρει και διαρκή στήριξη των φοιτητών
- Οι υποδομές της Πανεπιστημιούπολης περιλαμβάνουν μεταξύ άλλων, βιβλιοθήκη, εσπιατόρια, καφετέριες, κινηματογράφο, γυμναστήριο και φοιτητικές εστίες

Γλώσσα Ελληνική
Δίδακτρα 6.800 / έτος

Παρουσίαση Φαρμακείου

Δημήτρης Τριανταφυλλίδης

ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΟ

- Γεννήθηκε στην Αθήνα
- Σπουδές:Φαρμακευτική στο πανεπιστήμιο Ρώμης (1972-1976) - Πειραματική διατριβή στη Φαρμακοχημεία.
- Σεμινάρια - Συνέδρια: Ετήσια σεμινάρια Πανεπιστημίου Αθηνών, Συνέδρια Ο.Σ.Φ.Ε. της Π.Ε.Φ. και του Σ.Φ.Ε.Ε. Κατά καιρούς έχει αρθρογραφήσει σε επιστημονικά περιοδικά και σε κλαδικά έντυπα.
- 1979 – 1981: Υπεύθυνος Παραγωγής στην εταιρεία Γερολυμάτος.
- 1981 έως σήμερα διατηρεί φαρμακείο στην περιοχή της Φιλαδέλφειας.
- 1990 – 1992: Συμμετοχή στην κωδικοποίηση καλλυντικών του Ε.Ο.Φ, μέσω του Ι.Φ.Ε.Τ. και:
 - Γραμματέας της Ελληνικής Εταιρείας Φαρμακοχημείας,
 - Μέλος του Ανωτάτου Πειθαρχικού Συμβουλίου του Π.Φ.Σ.
 - Μέλος του Διοικητικού Συμβουλίου του Φ.Σ.Α.
 - Μέλος του Εποπτικού Συμβουλίου του ΠΡΟ.ΣΥ.Φ.Α.Π.Ε.
- Τις τρεις τελευταίες τριετίες: Γενικός Γραμματέας του Δ.Σ. του Ομίλου ΠΡΟ.ΣΥ.Φ.Α.Π.Ε., Διαχειριστής του Φ.Σ.Α., μέλος του Εκτελεστικού Συμβουλίου της Ο.Σ.Φ.Ε.
- Στις πρόσφατες εκλογές του Φ.Σ.Α. εξελέγη αντιπρόσωπός του στον Π.Φ.Σ. και μέλος του Πειθαρχικού Συμβουλίου του Φ.Σ.Α.
- Από τον Ιούνιο 2010: ΠΑΝ.ΣΥ.ΦΑ.



Πού και πότε σπουδάσατε τη Φαρμακευτική και τις σας έκανε να την εξασκήσετε στην περιοχή σας;

Σπούδασα τη Φαρμακευτική στο Πανεπιστήμιο La Sapienza της Ρώμης από το 1972 έως το 1976. Γυρίζοντας από τη Ρώμη εκπλήρωσα τις στρατιωτικές μου υποχρεώσεις και εργάστηκα για διάστημα 2 ετών ως Υπεύθυνος Παραγωγής στο εργοστάσιο Π.Ν. Γερολυμάτος. Αποχωρώντας από τη Φαρμακευτική Βιομηχανία, αποφάσισα να ασκήσω τη φαρμακευτική μέσα από το χώρο του φαρμακείου, θεωρώντας ότι ο φαρμακοποιός ασκεί πρωτοβάθμια φροντίδα υγείας και οφείλει να βρίσκεται κοντά στο συνάνθρωπό του και να προσφέρει όσο καλύτερα και συνειδητά μπορεί τις επιστημονικές του γνώσεις.

Πόσα χρόνια είστε Πρόεδρος της ΠΑΝ.ΣΥ.ΦΑ. Μιλήστε μας για την ιδέα, την ίδρυση, την εξέλιξη και τα μέλη σας.

Είμαι Πρόεδρος της Πανελλήνιας Συνεταιριστικής

Φαρμακοποιών από τον Ιούνιο του 2010. Η ΠΑΝ.ΣΥ.ΦΑ. ιδρύθηκε το 1997 από όλους τους Συνεταιρισμούς της Ελλάδας. Στην αρχή με ένα μικρό κεφάλαιο, για να πραγματοποιεί τριγωνικές πωλήσεις παραφαρμάκων, με σκοπό να επιτυγχάνονται οικονομίες κλίμακας και έτσι να ωφελούνται οι μικροί Συνεταιρισμοί. Συνεπώς, η ΠΑΝ.ΣΥ.ΦΑ. ιδρύθηκε για να αποτελέσει τον εμπορικό βραχίονα των Συνεταιρισμών με σκοπό την ενδυνάμωσή τους. Σήμερα μετά από 17 χρόνια, ο κύκλος εργασιών της αυξάνει διαρκώς στον τομέα των παραφαρμάκων, ενώ παράλληλα εξελίσσονται οι δραστηριότητές της και αυξάνεται η διαπραγματευτική της δύναμη προς όφελος πάντα των Συνεταιρισμών – Μετόχων της.

Πιστεύετε στην ανάπτυξη του εργαστηρίου του φαρμακείου και εάν ναι τι θα συμβουλευάτε τα μέλη σας και τους νεώτερους συναδέλφους σας.

Όπως ο δικηγόρος καταξιώνεται στις δικαστικές αίθουσες, ο χειρουργός ασκεί το λειτουργημά του στο χειρουργείο ή ο αρχιτέκτονας αναδεικνύεται στο σχεδιαστήριό του, έτσι και ο φαρμακοποιός εκτιμάται μέσα από την εφαρμογή της επιστήμης του. Αυτή η εφαρμογή δεν μπορεί να είναι άλλη από τη λειτουργία του φαρμακευτικού εργαστηρίου. Πώς άλλωστε θα μπορούσε κανείς να «ποιήσει φάρμακο» χωρίς να εμπλακεί στη διαδικασία της εργαστηριακής παρασκευής; Γι' αυτό και συμβουλευώ τους νεώτερους συναδέλφους μου, να μην το απαξιώνουν αφού μόνο μέσα από αυτό μπορεί ο φαρμακοποιός να εξελίξει την ίδια του την επιστήμη και να διαφοροποιηθεί από κάποιον απλό «φαρμακοπώλη». Άλλωστε, υπάρχουν αρκετά λαμπρά παραδείγματα συναδέλφων, που μέσα από το εργαστήριό τους παρασκεύασαν σκευάσματα καταξιωμένα πλέον στη συνείδηση του καταναλωτικού



κοινού και όχι μόνο.

Πιστεύετε στην ανάπτυξη των private label προϊόντων στο φαρμακείο και εάν ναι, τι κριτήρια θα βάζατε;

Φυσικά και πιστεύω – πώς θα μπορούσα άλλωστε να μην το κάνω, δεδομένου ότι η έννοια αυτή συνυπάρχει πλέον στη φιλοσοφία της ΠΑΝ.ΣΥ.ΦΑ. και όχι τυχαία ή από απλή εμπορική εκτίμηση. Μέσα στο 2013, το 12% του κύκλου εργασιών της, αφορούσε προϊόντα δικής μας ετικέτας. Τα προϊόντα ιδιωτικής ετικέτας βρίσκονται πια σε υψηλή θέση στην εκτίμηση των καταναλωτών, διαγράφοντας μια επιτυχημένη εμπορική

πορεία. Άρα έχουμε διανύσει το μισό δρόμο. Ο άλλος μισός έχει να κάνει με την ποιότητά τους και την εξέλιξή τους, ώστε να είναι η πιο συμφέρουσα ποιοτική επιλογή για κάποιον. Σε αυτό το σημείο θα ήθελα να κάνουμε μια παραδοχή. Τα τελευταία χρόνια ο φαρμακοποιός με τον τρόπο άσκησης του λειτουργημάτων του, βρέθηκε πολύ κοντά στο χειμαζόμενο καταναλωτή και δημιούργησε την εικόνα ότι από τα χέρια του ο καταναλωτής θα πάρει το κατάλληλο ποιοτικό και ασφαλές προϊόν. Η δημιουργία όμως, των e-shop με μόνο κριτήριο την χαμηλή τιμή, ήλθε να προκαλέσει σύγχυση στον καταναλωτή όσον αφορά τα κριτήρια επιλογής του. Εν προκειμένω λοιπόν, τα προϊόντα ιδιωτικής ετικέτας στο φαρμακείο, οφείλουν να εγγυώνται την επωφελή σχέση ποιότητας, ασφάλειας και τιμής, ώστε η εικόνα αλλά και ο ρόλος του φαρμακοποιού να μην «τραυματιστούν» παρεκκλίνοντας από τις προδιαγραφές και τη δεοντολογία που τα χαρακτηρίζουν. Η ΠΑΝ.ΣΥ.ΦΑ. δε, προκειμένου να συνδυάσει τα παραπάνω με την τεχνολογική εξέλιξη, επένδυσε στα προϊόντα ιδιωτικής ετικέτας και με παράλληλη δημιουργία ενός αξιόπιστου e-shop – αυτό του Supermedical – μετέχει στις σύγχρονες εξελίξεις αλλά και στη στήριξή τους.

Ποια είναι η εκτίμηση σας για την οικονομική κατάσταση που διέρχεται η χώρα;

Είναι πέραν πάσης αμφιβολίας ότι δεν άξιζε στον Ελληνικό λαό αυτό που σήμερα βιώνει. Από την άλλη μεριά κανείς δεν είναι άμοιρος ευθυνών. Σε αυτή τη χώρα ζούσαμε και ζούμε όλοι και με τη στάση μας καθορίζαμε και καθορίζουμε άλλος λίγο άλλος περισσότερο τις εξελίξεις. Ωστόσο, το μερίδιο του «λογαριασμού» που πληρώνουμε δεν είναι αυτό που πραγματικά μας αντιστοιχεί. Τι πρέπει να κάνουμε; Να ξεκινήσουμε με άλλη νοοτροπία σκέψης και συμπεριφοράς, ό,τι αποφασίσουμε να ξεκινήσουμε. Αλλά ακόμα και αν δεν ξεκινήσουμε κάτι, με άλλη νοοτροπία και συμπεριφορά να διορθώσουμε τα ήδη υπάρχοντα. Πρέπει να γίνουμε ενεργοί και όχι «παρόντες». Πρέπει να συμμετέχουμε τεκμηριώνοντας και αμφισβητώντας αυτό που δεν τεκμηριώνεται σωστά ή επαρκώς. Τίποτα δεν είναι δεδομένο – αυτό τουλάχιστον το μάθαμε καλά και επώδυνα. Τα δεδομένα είναι για την Ιστορία, οι εξελίξεις όμως είναι δική μας ευθύνη. Ας γυρίσουμε πίσω μόνο για να κοιτάξουμε αυτά που αξίζει να πάρουμε μαζί μας στο μέλλον – και ευτυχώς έχουμε πολλά και διαχρονικά. Με αυτά τα δεδομένα δεν μπορώ να είμαι απαισιόδοξος.

Τι πιστεύετε ότι πρέπει να γίνει για τη βελτίωση των συνθηκών στην φαρμακευτική αγορά;

Αναμφίβολα χρειαζόταν εξορθολογισμός της φαρμακευτικής δαπάνης. Όμως μόνο αυτήν μείωσαν δραστικά από το σύνολο των δαπανών Υγείας, για λόγους εντυπώσεων. Τα διαγνωστικά κέντρα την ίδια στιγμή, διπλασίασαν την ετήσια δαπάνη τους και τα δε φαρμακεία του ΕΟΠΥΥ, αντί μειώσεων είχαν αύξηση σε σχέση με το 2012. Αυτό το τοπίο, με αυτή την κατάσταση της οικονομίας, δεν αλλάζει εύκολα. Δεν μπορούμε να μιλήσουμε για βελτίωση όταν συνεχώς επιδεινώνονται οι συνθήκες που επικρατούν στο χώρο. Όταν η επιλογή είναι η απορρύθμιση, με το σκεπτικό της «πλήρους απελευθέρωσης για να λειτουργήσουν οι νόμοι της αγοράς και να μειωθεί η δαπάνη», τότε εύλογα κανείς μπορεί να οδηγηθεί σε συμπεράσματα για το ποια είναι η

προτεραιότητα των κυβερνόντων. Φοβάμαι ότι πρέπει να ξανανακαλύψουμε τον τροχό και να αποδομήσουμε τους «δούρειους ίππους» – είτε αυτοί λέγονται «δίκτυα» πάσης φύσεως και ημεδαπής ή αλλοδαπής προέλευσης είτε «νομοσχέδια» είτε «καλές προθέσεις». Πώς όμως μπορείς να αποδομήσεις κάτι που έχει τεράστια τεχνογνωσία υπηρεσιών και προϊόντων, λεπτομερή σχεδιασμό, οικονομική στήριξη και νομοθετική κάλυψη; Μα, χρησιμοποιώντας και εσύ τα ίδια όπλα. Και εδώ αναφέρομαι στα «συνεταιριστικά δίκτυα και προϊόντα». Θέλω να πω ότι ακόμα και σε μια τόσο δύσκολη και δυσοίωνη περίοδο, μπορούμε να εκμεταλλευτούμε τις συγκυρίες και τα γεγονότα. Αρκεί να έχουμε αυτό που σας ανέφερα προηγουμένως: άλλη νοοτροπία και άλλη συμπεριφορά απέναντι στα πράγματα. Υπό αυτή την έννοια βλέπω ορίζοντα μπροστά μας.



Βιβλιοπαρουσίαση

Τα μικρόβια και ο Άνθρωπος

Αγαπητές Κυρίες και Αγαπητοί Κύριοι

Σας ενημερώνω ότι τελευταία εκδόθηκε το βιβλίο «Τα Μικρόβια και ο Άνθρωπος, μια γνωριμία με τον κόσμο των μικροβίων, για όλους». Είναι γραμμένο από τον Στέλιο Χατζηπαναγιώτου και τον υπογράφοντα και το προλογίζει Ο Ακαδημαϊκός και Καθηγητής των Πανεπιστημίων Αθηνών και Harvard κ. Δημήτρης Τριχόπουλος.

Το Βιβλίο παρουσίασαν στη Στοά του Βιβλίου οι κ.κ.

Βατόπουλος, Αλκιβιάδης Καθηγητής Μικροβιολογίας στην Εθνική Σχολή Δημοσίας Υγείας. Κίττας, Χρήστος Τέως Πρύτανης του Πανεπιστημίου Αθηνών, Καθηγητής Πανεπιστημίου Αθηνών.

Κρεμασπινού, Τζένη Πρόεδρος του Κέντρου Ελέγχου και Πρόληψης των Λοιμώξεων, Καθηγήτρια Δημόσιας Υγείας.

Τριχόπουλος, Δημήτρης Ακαδημαϊκός, Καθηγητής Ιατρικής Πανεπιστημίου Αθηνών και Ιατρικής του Πανεπιστημίου Harvard.

Το βιβλίο είναι 1100 σελίδων και χωρίζεται σε πέντε ενότητες και το παράρτημα:

- Α. Τα γενικά χαρακτηριστικά των μικροβίων και τη σχέση τους με τον άνθρωπο
- Β. Πώς αντιμετωπίζονται τα μικρόβια
- Γ Την ειδική μικροβιολογία
- Δ Μικρόβια και Λοιμώξεις του Ανθρώπου
- Ε Μικρόβια και περιβάλλον και
- ΣΤ Στο παράρτημα που αναφέρεται στα : μικρόβια και τις λοιμώξεις στον ανοσοκατεσταλμένο ασθενή και μικρόβια και οι συχνότερες λοιμώξεις στην παιδική ηλικία



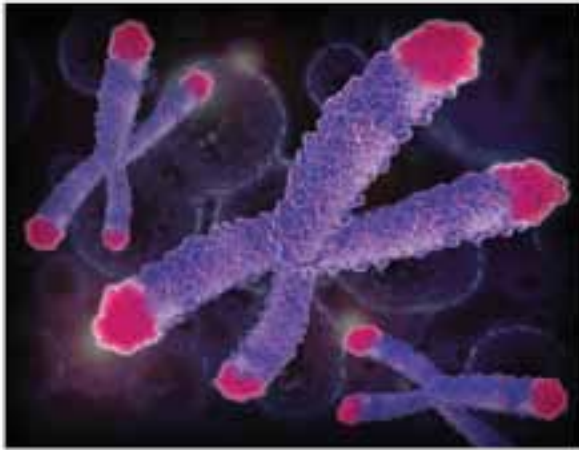
Είναι ένα πλήρες βιβλίο γνώσεων στην μικροβιολογία με όλα τα νεότερα δεδομένα της επιστήμης μας.

Για μεγαλύτερη ενημέρωση σας επισυνάπτονται φυλλάδια. Επίσης στην ιστοσελίδα www.tamikronia.gr θα δείτε περισσότερες λεπτομέρειες.

Με ιδιαίτερη εκτίμηση

Ν. Ι. Λεγάκης, Ομ. καθ. Μικροβιολογίας Πανεπιστημίου Αθηνών
6944-501183

Το ένζυμο της αθανασίας: τελομεράση



ΑΡΘΡΟ

Αρχοντία Παπαδά

πτυχιούχος στη Διατροφολογία - Διαιτολογία,
από το Kingston University της Αγγλίας.

Αννα Τσουρεκά,

Παθολόγος-Διαβητολόγος και Διευθύντρια
παθολογικής κλινικής του Metropolitan.

Μέχρι πρόσφατα, πιστεύαμε ότι οι ασθένειες προκαλούν τη φθορά και το γήρας. Η αλήθεια όμως είναι ότι το γήρας δεν προκαλείται από τη φθορά του χρόνου, αλλά είναι προγραμματισμένο στο DNA του κάθε ανθρώπου. Το γονιδίωμα, αλλιώς DNA, εμπεριέχει χρωμοσώματα τα οποία, όπως θα αναλυθεί παρακάτω, στα άκρα τους βρίσκονται τα τελομερή και κατά επέκταση το ένζυμο που τα διατηρεί και επιμηκύνει, η τελομεράση.

Συνεπώς, το DNA του κάθε ανθρώπου φέρει πληροφορίες για το μέλλον της υγείας του καθώς και για τον ρυθμό γήρανσης του. Ο ρυθμός αυτός δεν είναι ίδιος για όλους και αυτό εξαρτάται, για παράδειγμα, από τη διατροφή, την άσκηση, το stress, το κάπνισμα, την παχυσαρκία, την υπέρταση, την υψηλή χοληστερόλη, τη χρήση οινόπνευματος και το υψηλό επίπεδο σακχάρου. Πριν όμως αποφασίσετε πώς θα μειώσετε τον ρυθμό γήρανσης σας, πρέπει

να εκτιμηθεί πρώτα η βιολογική σας ηλικία σε σύγκριση με τη χρονολογική. Ο πιο αξιόπιστος τρόπος για να εκτιμηθεί η βιολογική ηλικία είναι η μέτρηση του μήκους των τελομερών και της δραστηριότητας του ενζύμου τελομεράση.

Αυτή η ερευνητική εργασία που ανακαλύπτει για το πώς τα τελομερή μέσω του ενζύμου τελομεράση, προστατεύουν τα χρωμοσώματα από την αποδόμηση κατά τη διάρκεια της αντιγραφής του DNA, βραβεύτηκε με Nobel Ιατρικής και Φυσιολογίας το 2009 στους Dr.Blackburn, Dr.Greider και Dr.Szostak (αν και το πρώτο (ανθρώπινο) τελομερές απομόνωθηκε από τον Robert Moysis το 1988). Οι επιστήμονες επίσης διαπίστωσαν ότι τα τελομερή δεν παραμένουν αδρανή. Σε αντίθεση, κονταίνουν μετα από κυτταρική διαίρεση. Οποτε, αν μειωθεί το μήκος των τελομερών, δεν λαμβάνεται ένα τέλει αντίγραφο του υγιούς κυττάρου και ως αποτέλεσμα, έχει την ταχύτερη γήρανση. Η ανακάλυψη αυτή, έριξε φως στην 'σιωπηλή', για τα τότε δεδομένα, περιοχή στο άκρο των χρωμοσωμάτων η οποία δεν φαινόταν να επιτελεί κανένα ιδιαίτερο σκοπό. Εμοιαζε περισσότερο με την πλαστική μανσέτα στο τέλος των κορδονίων που εμποδίζει το ξετίλιγμα του νήματος. Από γενετική σκοπιά, τα τελομερή στα άκρα των χρωμοσωμάτων αποτελούνται από μια επαναλαμβανόμενη αλυσίδα έξι βάσεων (TTAGG) στο DNA και καλύπτονται από πρωτείνες, δημιουργώντας ένα 'καπάκι' προστασίας, όπου αποτρέπουν την απώλεια γενετικών πληροφοριών.

Εν συνεχεία, η τελομεράση είναι ένα ένζυμο στο ανθρώπινο DNA το οποίο θεωρείται και ως το υπερ-ένζυμο που υπόσχεται υγεία και αιωνία νεότητα διότι δεν αντιγράφει γενετική πληροφορία, αλλά συμπληρώνει και πάλι σε μήκος το τελομερές. Υπό άλλες συνθήκες (π.χ. δυσλειτουργία της τελομεράσης), κάθε φορά που διαιρούνται τα κύτταρα μας, ένα μικρό κομμάτι των άκρων του τελομερούς δεν αντιγράφεται με αποτέλεσμα το θυγατρικό κύτταρο να περιλαμβάνει ένα κοντινότερο τελομερές από το αρχικό κύτταρο. Έτσι από ένα ορισμένο αριθμό διαιρέσεων το κύτταρο φθάνει στο όριο 'Hayflick' • (από τον ανατόμο Lanard Hayflick (1961) που πειραματίστηκε για τον αν η γήρανση οφείλεται στην εξασθένηση των ίδιων των κυττάρων που κατά επέκταση παρασέρνουν μαζί τους ολόκληρο τον οργανισμό). Σε αυτό το όριο, το κύτταρο αποτελείται με ένα κρίσι-

μα μικρότερο τελομερές που δεν μπορεί να ελατωθεί περισσότερο και τα γονίδια δεν προστατεύονται και ως συνέπεια προκαλείται η φθορά του ιστού που οδηγεί στην γήρανση. Το μήκος, επομένως του τελομερούς είναι το βιολογικό ρολόι που μετρά τον απομένοντα χρόνο ζωής του κυττάρου και είναι δείκτης της ηλικίας του.

Για την επιβράδυνση της σμίκρυνσης των τελομερών έχουν μελετηθεί χιλιάδες ουσίες με βάση την ενεργοποίηση του ενζύμου που τα διατηρεί σταθερά, δηλαδή τις τελομεράσες. Τα τελευταία χρόνια μια ουσία από το φυτό αστράγαλο (*Astragalus membranaceus*) , η TA65, απομονώθηκε από αυτό το βότανο και χρησιμοποιείται εντατικά σε ανθρώπους και προσδίδει πολλά οφέλη για την υγεία καθώς βοηθά στην πρόσληψη μιας λίστας ασθενειών. Η υψηλή δραστηριότητα σε *astragalus* (ανάλογα με το ποσοστό των *astragalosides*) έχει μοναδική δράση στα τελομερή του DNA διότι διατηρεί το μήκος των τελομερών με αποτέλεσμα να προκύπτουν νέα πανομοιότυπα τέλεια. Εξαιτίας αυτής της δράσης, επεκτείνουν την διάρκεια ζωής των κυττάρων



του μαστού, του αμφιβληστροειδούς χιτώνα και του παχέος εντέρου με συμπληρώματα τελομεράσης. Μια παρατεταμένη διάρκεια ζωής σε κυτταρικό επίπεδο ωφελεί όλα τα συστήματα οργάνων, συμπεριλαμβανομένων και του δέρματος, όπου κατά επέκταση βελτιώνει την εξωτερική εμφάνιση. Το κυριότερο θετικό αποτέλεσμα που έχουν τα *astragalosides*, καθώς τονώνεται η αναπαραγωγή του ενζύμου της τελομεράσης,

είναι η αυξημένη ανθεκτικότητα στις ασθένειες που σχετίζονται με την προχωρισμένη ηλικία. Τα *astragalosides* ενεργοποιούν τα κατεστραμένα T4 κύτταρα (εξειδικευμένα λευκά αιμοσφαίρια που προκαλούν ανοσολογική απόκριση), για να καταστρέψουν τα βακτήρια, του ιούς και τις πρωτεΐνες που είναι ξένες προς τον οργανισμό.

Πηγές:

<http://lpi.oregonstate.edu/infocenter/vitamins/vitaminC/>

<http://ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/17347788>

http://en.wikipedia.org/wiki/Grifola_frondosa

ΠΑΤΡΕΥΩ : Περιοδική έκδοση της επιστημονικής εταιρίας του νοσοκομείου Metropolitan, "Επαναφέροντας το βιολογικό ρολόι", Τεύχος 26/ Ανοιξη-Καλοκαίρι 2013

www.nature.com/Popylar Science, August 2011.

AgeLessTelomeres

Αντιγηραντική φόρμουλα για την διατήρηση του μήκους του τελομερούς των κυττάρων.



• Ζήστε περισσότερο, παραμείνετε δυνατοί, φανείτε υπέροχοι και νιώστε νεότεροι.

Το AgeLessTelomeres περιέχει *astragalosides*, μελέτες έδειξαν ότι διατηρούν το μήκος του τελομερούς στα κύτταρά σας και κατά τη διάρκεια της αντιγραφής για να επιβραδύνουν την γήρανση. Επιτέλους, ο χρόνος είναι με το μέρος σας!

Τα συμπληρώματα διατροφής δεν είναι υποκατάστατα μιας ισορροπημένης διατροφής.

Πωλούνται αποκλειστικά σε επιλεγμένα φαρμακεία.

Επιλεγμένο συνεργείο από τον Καναδά
ΕΣΛΙΣΗ - ΔΙΑΝΟΜΗ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ ΑΠΟ ΤΗΝ
ADELCO A.E. ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΑ ΦΑΡΜΑΚΩΝ & ΚΑΛΩΝΗΤΕΡΩΝ
ΓΕΡΑΚΙΩΣ 37, ΑΡΕΣΣΟΚΑΛΟ ΤΗΛ: 210 4819313-14



Αρ. Γνωστοποίησης ΕΟΦ
22559/19-03-2013

www.newrootsherbal.com
www.adelco.gr

Έτσι φαίνονται τώρα
αυτές που είναι 62 χρονών!



Σύνδεσμος Παρουσίαση εταιρείας

Η πορεία μας ξεκίνησε το 1990 στην Αθήνα, και από τότε έχουμε κατακτήσει κυρίαρχη θέση στην εγχώρια ελληνική αγορά των παραφαρμακευτικών, ιατροτεχνολογικών, νοσοκομειακών προϊόντων, Α' υλών, υλικών συσκευασίας και εργαστηριακού εξοπλισμού.

Είμαστε μια 100% Ελληνική & οικογενειακή επιχείρηση που στο ανθρώπινο δυναμικό της αριθμεί 45 άτομα. Το 2000 μεταφερθήκαμε σε ιδιόκτητες εγκαταστάσεις, ενώ το 2009 αποτέλεσε ορόσημο η έναρξη λειτουργίας της σύγχρονης εργαστηριακής μας μονάδας, η οποία από το 2012 διαθέτει πιστοποίηση συμμόρφωσης με τους Κανόνες Καλής Παραγωγής (GMPs) από τον Εθνικό Οργανισμό Φαρμάκων (ΕΟΦ) (GMP Certificate: 86178/5-12-12). Κύριος σκοπός της εταιρείας μας είναι η επένδυση στον εκσυγχρονισμό των εγκαταστάσεων και εξοπλισμών μας, εφαρμόζοντας νέες διαδικασίες για την ταχύτερη και καλύτερη εξυπηρέτηση των πελατών μας. Στηρίζουμε την Ελλάδα και επενδύουμε στην εξωστρέφεια. Θέτοντας διαρκώς υψηλούς στόχους και με βασικό μέλημα την παροχή υψηλής ποιότητας προϊόντων και υπηρεσιών, έχουμε υιοθετήσει επαγγελματικές πρακτικές που διέπονται από κώδικες ηθικής. Φιλοσοφία της εταιρείας μας είναι να αποτελεί για εσάς έναν ουσιαστικό συνεργάτη και να σας παρέχει τα καλύτερα προϊόντα στις πιο ανταγωνιστικές τιμές, στηρίζοντας σας καθημερινά.

Το 2013 γεννήθηκε το νέο brand name "CHEMCO" κάτω από το οποίο εισήχθησαν όλες οι πρώτες ύλες που διαχειριζόμαστε στο εργαστήριό μας.

Συνολικά διαχειριζόμαστε μια ευρεία γκάμα

προϊόντων που περιλαμβάνει έκδοχα, δραστικές ουσίες, καλλυντικές πρώτες ύλες, φυτικά και χημικά προϊόντα (5,000 κωδικούς). Βασικό πλεονέκτημα μας αποτελεί η ευελιξία μας στην παροχή των τελικών προϊόντων σε ποσότητες (βάρος πρώτης ύλης / περιέκτη) που ανταποκρίνονται στις απαιτήσεις σας, καθώς και την επισημάνση του τελικού περιέκτη με τα στοιχεία της επιλογής σας. Με στόχο την κάλυψη των αναγκών σας, παρέχουμε συμβουλευτική υποστήριξη και δυνατότητα εξεύρεσης εξειδικευμένων ποιοτικών προϊόντων, στην καλύτερη δυνατή τιμή, στο συντομότερο δυνατό χρόνο.

Το Τμήμα Διασφάλισης Ποιότητας (Quality Assurance, QA) εφαρμόζει ένα απαιτητικό Σύστημα Ποιότητας που διέπει όλα τα στάδια από την επιλογή της πρώτης ύλης, ελέγχοντας και αξιολογώντας διαρκώς τους προμηθευτές της εταιρείας (πιστοποιημένους και ευρωπαϊκούς), την τελική της αποδέσμευση μέχρι και την παραλαβή της από εσάς. Εξασφαλίζουμε έτσι την ανάγκη για υψηλής ποιότητας προϊόντα και την ιχνηλασιμότητα αυτών.

Το Τμήμα Ελέγχου Ποιότητας πραγματοποιεί αυστηρούς ελέγχους ταυτοποίησης, μικροβιολογικής και χημικής καθαρότητας σε όλα τα υλικά που διαχειριζόμαστε, με τη χρήση σύγχρονου εξοπλισμού από ένα άρτια εκπαιδευμένο προσωπικό εξειδικευμένου στη φαρ-

μακευτική ανάλυση, σύμφωνα με τα πρότυπα Ορθής Εργαστηριακής Πρακτικής (Good Laboratory Practices, GLPs).

Το Τμήμα Παραγωγής ελέγχει και αξιολογεί τις διεργασίες ανασυσκευασίας, οι οποίες διαρκώς βελτιώνονται μέσω της χρήσης στατιστικών μεθόδων αξιολόγησης και πειραματικού σχεδιασμού (Quality by Design). Οι περιβαλλοντικές συνθήκες (θερμοκρασία, υγρασία, διαφορική πίεση) καταγράφονται ηλεκτρονικά και ελέγχονται, προκειμένου να διασφαλιστεί η πραγματοποίηση της διεργασίας ανασυσκευασίας εντός καθορισμένων αυστηρών προδιαγραφών που εξασφαλίζουν την ποιότητα των τελικών προϊόντων.

Νέες Βάσεις για Παρασκευή Γαληνικών Σκευασμάτων

Στην ελληνική πραγματικότητα η παρασκευή γαληνικών σκευασμάτων περιλαμβάνει συνήθως τη μεταβολή της δόσης ή/και της φαρμακοτεχνικής μορφής ώστε να καλυφθούν οι ανάγκες κυρίως σε παιδιατρικά και γηριατρικά σκευάσματα. Η αλήθεια είναι όμως ότι υπάρχουν διάφορες κατηγορίες γαληνικών σκευασμάτων οι οποίες καλύπτουν μία πληθώρα αναγκών. Μερικά χαρακτηριστικά παραδείγματα είναι: Θεραπεία Ορμονικής Υποκατάστασης (HRT), Διαχείριση του Πόνου (Pain Management), Οδοντιατρικά (Dental Compounding), Παιδιατρικά (Pediatric), Αθλητιατρικά (Sports Medicine) και Κτηνιατρικά (Veterinary).

Θεραπεία Ορμονικής Υποκατάστασης και HRT Base Botanical

Μία ιδανική έτοιμη βάση για χρήση στη θεραπεία ορμονικής υποκατάστασης είναι η HRT Base Botanical (Πίνακας Ι). Η HRT Base Botanical παρέχει παρατεταμένη διείσδυση στο δέρμα, είναι υποαλλεργική και περιέχει πλήρως φυσικά συστατικά και αντιοξειδωτικά. Είναι κατάλληλη και για κολπική εφαρμογή και αποτελεί την ιδανική επιλογή για υψηλές συγκεντρώσεις λιπόφιλων δραστικών συστατικών.



Λιποσώματα και LipoBase™

Ένας από τους τομείς εφαρμογής των λιποσωματικών συστημάτων στη θεραπευτική είναι η τοπική δερματική και διαδερμική χορήγηση δραστικών ουσιών, καθώς αυξάνουν τη διαπερατότητα τους από το δέρμα. Με τη βάση LipoBase™ ο φαρμακοποιός μπορεί να εκμεταλλευτεί τις ιδιότητες των λιποσωμάτων στη παρασκευή γαληνικών σκευασμάτων. Η LipoBase™ συνδυάζει καταπληκτική υφή και εμφάνιση με εξαιρετική ικανότητα διαπέρασης του δέρματος και ενυδάτωσης. Μπορεί να ενσωματώσει και να διασφαλίσει την ταχύτατη απορρόφηση τόσο υδρόφιλων όσο υδρόφοβων δραστικών ουσιών. Επίσης, περιέχει φυσικά συστατικά και συντηρητικά, αναμειγνύεται και με το νερό και με έλαια και είναι ιδανική για καλλυντικά σκευάσματα για εφαρμογή στο πρόσωπο.

Πίνακας Ι. Δραστικές Ουσίες Συμβατές με τις βάσεις LipoBase Heavy™, PLO 20™ και HRT Base Botanical™

LipoBase Heavy™		PLO 20™	HRT Base Botanical™
Capsaicin	Hydroquinone	Diltiazem	Estradiol
Dexamethasone	Lorazepam	Gabapentin	Estriol
Diclofenac	Menthol	Ibuprofen	Estrone
Diltiazem	Morphine	Ketoprofen	Medroxyprogesterone
DMSA	Piroxicam	Methimazole	Prednisolone
Gabapentin	Promethazine	Piroxicam	Progesterone
Glutathione	Strattera	Prednisolone	
Glycolic Acid	Thorazine	Prednisone	
Haloperidol	Vitamins	Promethazine	

Ένα από τα σημαντικότερα πλεονεκτήματα της LipoBase™ είναι η συμβατότητα της με σημαντικό αριθμό φαρμακευτικών ουσιών και επομένως η καταλληλότητα της για ένα μεγάλο εύρος εφαρμογών όπως σε σκευάσματα αθλητιατρικά, για τη διαχείριση του πόνου, για διαβήτη, για δερματικές παθήσεις κ.α. (Πίνακας I).

Έτοιμη Βάση PLO 20™ (Pluronic Lecithin Organogel)

Η PLO 20™ αποτελεί μία ισχυρή, διαδερμικής χορήγησης, έτοιμη προς χρήση βάση με ικανότητα να ενσωματώνει υψηλές συγκεντρώσεις σε δραστικές ουσίες (λιπόφιλες και υδρόφιλες). Παρέχει αυξημένη διαπερατότητα και υψηλή σταθερότητα ενώ παράλληλα δεν απαιτεί διαβροχή και λειοτρίβηση των κόνεων πριν την ενσωμάτωσή τους. Είναι συμβατή με σημαντικό αριθμό φαρμακευτικών ουσιών και κατάλληλη για ένα μεγάλο εύρος εφαρμογών (Πίνακας I) όπως σε σκευάσματα κτηνιατρικά, αθλητιατρικά, για τη διαχείριση του πόνου, για διαβήτη, για πληγές, κ.α



Topi-Click®

Έξυπνη, αποτελεσματική συσκευή χορήγησης σκευασμάτων τοπικής χρήσης!

Το Topi -CLICK® είναι μία έξυπνη, αποτελεσματική συσκευή χορήγησης σκευασμάτων τοπικής χρήσης!

Η ομορφιά του Topi -CLICK® είναι η ευκολία της χρήσης του. Απλά ανοίγετε το καπάκι, γυρίζετε τη βάση τόσο ώστε να εξωθηθεί η ποσότητα του σκευάσματος της τοπικής εφαρμογής που είναι απαραίτητη σύμφωνα με τη δοσολογία (ακούγεται χαρακτηριστικό «κλικ») και εφαρμόζετε πάνω στο δέρμα.

Ο πρωτοποριακός αυτός περιέκτης εμφανίζει πολύ σημαντικά πλεονεκτήματα:

- Δυνατότητα εφαρμογής σε ποικιλία φαρμακοτεχνικών μορφών π.χ. γέλη, κρέμα, αλοιφή ή λοσιόν
- Μέγιστη ακρίβεια στη δόση και ευκολία

εφαρμογής

- Κατασκευασμένο από πλαστικό εγκεκριμένο από τον FDA που προστατεύει το περιεχόμενο από την επίδραση της υπεριώδους (UV) ακτινοβολίας
- Σχεδιασμός που προστατεύει το προϊόν από επιμολύνσεις κατά τη χρήση από τον ασθενή και ανθίσταται σε τυχαίο άνοιγμα στην τσάντα, στην τσέπη ή σε αποσκευές.
- Σχεδιασμός φιλικός προς τη χρήση με οπτικά και απτικά «κλικ» κάνουν εύκολη την ακρίβεια στη δόση ακόμη και για ασθενείς με περιορισμούς στην όραση ή την ακοή
- Ποικιλία διαθέσιμων χρωμάτων που το κάνει εύκολο για ασθενείς που λαμβάνουν πολλά διαφορετικά φάρμακα να τα διαχωρίσουν μεταξύ τους
- Μεγάλος έλεγχος της κίνησης του εμβόλου

Επιπλέον Στοιχεία

□ Μπορεί να χρησιμοποιηθεί για τη διανομή από 5-35g ανάλογα με την αναλογία όγκου προς μάζα της βάσης που χρησιμοποιείτε.

□ Κάθε κλικ (¼ της στροφής της βάσης του δοχείου Topi -CLICK®) μετακινεί το έμβολο κατά περίπου 0,25 ml όγκο χώρου και με αυτόν τον τρόπο εξωθούνται 0,25 ml κρέμας κατά μέσο όρο.

□ Ο αριθμός των κλικ που απαιτείται συνήθως είναι 2 κλικ (δηλαδή 0,5ml περίπου). Έτσι, όταν γεμίζεται το Topi -CLICK® με περίπου 34ml αυτό θα προσφέρει περίπου 64 δόσεις.

!!! Με κάθε παραγγελία παραλαμβάνετε ηλεκτρονικά ένα φύλλο οδηγιών χρήσης του Topi -CLICK® που μπορείτε να διαμορφώσετε με τα στοιχεία και το Logo του φαρμακείου σας!



Πρώτες Ύλεις

για την παραγωγή γαληνικών σκευασμάτων



- ✓ Οι **πιο οικονομικές** βάσεις κρέμας της αγοράς
- ✓ Παρασκευάζονται σύμφωνα με τα **πρότυπα GMPs**
- ✓ Ελέγχονται **микροβιολογικά**

Αποτελούν τις **οικονομικότερες βάσεις κρέμας** στην αγορά και παρέχουν ευκολία στην παραγωγή σκευασμάτων τοπικής εφαρμογής, **εξοικονομώντας στον φαρμακοποιό πολύτιμο χρόνο.**

ΑΜΦΙΦΙΛΗ ΚΡΕΜΑ ΒΑΣΗ CARAVAGIO ΓΙΑ ΤΟΠΙΚΗ ΧΡΗΣΗ

INCI

Aqua; petrolatum; propylene glycol; caprylic/capric triglyceride; PEG-8 stearate; cetearyl alcohol; glyceryl stearate; phenoxyethanol; sodium benzoate; potassium sorbate; citric acid

Χρήση

Έχει την ικανότητα να απορροφά τόσο υδατικά όσο και ελαιώδη διαλύματα, λειτουργώντας σαν Ν/Λ (W/O) γαλάκτωμα στην πρώτη περίπτωση και Λ/Ν (O/W) στη δεύτερη περίπτωση.

Εάν θέλετε να ενσωματώσετε και υδατικά και ελαιώδη διαλύματα τα ελαιώδη θα πρέπει να ενσωματωθούν πρώτα.

Tip

10g κρέμας μπορούν να ενσωματώσουν:

- 4g υδροαλκοολικού διαλύματος 70%,
- 6g νερού, γλυκερίνης, προπυλενογλυκόλης ή διαλυμάτων αυτών,
- 6g ελαιώδους διαλύματος.

Ασυμβασίες

Η κρέμα παρουσιάζει ασυμβασία με σαλικυλικά, φαινόλες, άλατα ιωδίου, βισμούθιο, άργυρο και ταννίνες.

Αποθήκευση

Διατηρείται σε καλό κλειστό περιέκτη, προστατευμένο από το φως, μακριά από πηγές θερμότητας.

Συσκευασίες

100 gr / 500 gr / 1 kg / 5 kg

κωδ. 10974

ΒΑΣΗ GEL - ΚΡΕΜΑ DE NITTIS

INCI

Aqua; Glycerin; Acrylamide/sodium acryloyldimethyltaurate copolymer; C13-14 Isoparaffin; Phenoxyethanol; Laureth-7; Disodium EDTA; EMethylparaben; Butylparaben; Ethylparaben; Propylparaben

Συσκευασίες

100 gr / 250 gr / 500 gr / 1 kg / 5 kg / 25 kg

κωδ. 12289

ΚΡΕΜΑ ΒΑΣΗ CETOMACROGOL KLIMT ΥΔΡΟΦΙΛΗ ΚΡΕΜΑ ΒΑΣΗ ΓΙΑ ΤΟΠΙΚΗ ΧΡΗΣΗ

INCI

Aqua, Petrolatum, Cetearyl alcohol, Paraffinum Liquidum, Cetearth-20, Imidazolidinyl urea; Disodium EDTA; Methylchloroisothiazolinone, Methylisothiazolinone

Tip

10g κρέμας μπορεί να ενσωματώσουν:

- 3g υδροαλκοολικών διαλυμάτων 70°.
- 7g νερού, γλυκερίνης, προπυλενογλυκόλης και των διαλυμάτων τους. Μεγαλύτερες ποσότητες αυξάνουν σημαντικά τη ρευστότητα του σκευάσματος και αποσταθεροποιούν το γαλάκτωμα.
- Τα λιπαρά συστατικά ενσωματώνονται δύσκολα δεδομένου ότι πρόκειται για Λ/Ν (O/W) γαλάκτωμα.

Ασυμβασίες

Η κρέμα βάση εμφανίζει ασυμβασία με σουλφοναμίδια, σαλικυλικά, φαινολικές ενώσεις, ιωδιούχα, άλατα του υδραργύρου,

Συσκευασίες

100 gr / 250 gr / 500 gr / 1 kg / 5 kg / 25 kg

κωδ. 12288

CARBOPOL ΒΑΣΗ GEL DEGAS ΒΑΣΗ ΓΕΛΗΣ ΓΙΑ ΤΟΠΙΚΗ ΧΡΗΣΗ

INCI

Aqua; Propylene glycol; Carbomer; Imidazolidinyl urea; Disodium EDTA; Methylchloroisothiazolinone, Methylisothiazolinone; Triethanolamine

Συσκευασίες

100 gr / 250 gr / 500 gr / 1 kg / 5 kg / 25 kg

κωδ. 12292

ΚΡΕΜΑ ΒΑΣΗ Λ/Ν (O/W) CANOVA ΥΔΡΟΦΙΛΗ ΚΡΕΜΑ ΒΑΣΗ ΓΙΑ ΤΟΠΙΚΗ ΧΡΗΣΗ

INCI

Aqua; C12-20 Acid PEG-8 ester; Cetearyl ethylhexanoate and Isopropyl myristate; Diethylhexylcyclohexane; PEG-20-glycerol stearate; Glycerin; Glycerol Stearate; Dimethicone; Phenoxyethanol; Sodium benzoate; Potassium sorbate; Carbomer; Disodium EDTA; Lecithin-tocopherol-ascorbyl palmitate-citric acid; Sodium hydroxide

Αποθήκευση

Διατηρείται σε καλό κλειστό περιέκτη, προστατευμένο από το φως και τη θερμότητα, σε δροσερό και ξηρό μέρος.

Συσκευασίες

100 gr / 500 gr / 1 kg / 5 kg / 25 kg

κωδ. 12287

ΚΡΕΜΑ ΒΑΣΗ Ν/Λ (W/O) BOTERO ΛΙΠΟΦΙΛΗ ΚΡΕΜΑ ΒΑΣΗ ΓΙΑ ΤΟΠΙΚΗ ΧΡΗΣΗ

INCI

Aqua; Paraffinum liquidum; Polyglyceryl-2-Dipolyhydroxystearate; Glycerin; Hydrogenated Castor Oil; Cera alba; Dimethicone; Magnesium sulfate; Phenoxyethanol; Sodium benzoate; Potassium sorbate

Αποθήκευση

Διατηρείται σε καλό κλειστό περιέκτη, προστατευμένο από το φως και τη θερμότητα, σε δροσερό και ξηρό μέρος.

Συσκευασίες

100 gr / 500 gr / 1 kg / 5 kg / 25 kg

κωδ. 12285

Έλενα Μουρελάτου - Υπεύθυνη Τμήματος Διασφάλισης Ποιότητας, ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ Α.Ε.

- Φαρμακοποιός, Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών (ΕΚΠΑ)
- Υποψήφια Διδάκτωρ Φαρμακευτικής ΝανοΤεχνολογίας, Τμήμα Φαρμακευτικής, Τομέας Φαρμακευτικής Τεχνολογίας, ΕΚΠΑ με Θέμα Διατριβής: «Σχεδιασμός και ανάπτυξη συστημάτων ελεγχόμενης αποδέσμευσης αντικαρκινικών φαρμάκων για στοχευμένη θεραπεία»

- Δέκα δημοσιεύσεις σε περιοδικά του εξωτερικού όπως τα: Journal of Nanoscience and Nanotechnology, Journal of Physical Chemistry κ.α.

- Κάτοχος Μεταπτυχιακού Διπλώματος Ειδίκευσης στη «Βιομηχανική Φαρμακευτική», Τομέας Φαρμακευτικής Τεχνολογίας, ΕΚΠΑ το οποίο περιλαμβάνει:

- Εκτεταμένη μελέτη στη Φαρμακευτική Τεχνολογία και στην ανάπτυξη φαρμακοτεχνικών μορφών

- Θεωρητική και πρακτική εκπαίδευση προσανατολισμένη στην παραγωγή και στον έλεγχο φαρμακευτικών μορφών

- Θέμα διπλωματικής εργασίας: «Σχεδιασμός και μελέτη λιποσωμιακών βιοαισθητήρων για την ανίχνευση του γένους *Mycobacterium* spp.»

Τάνια Κατσιβέλη - Υπεύθυνη Τμήματος Παραγωγής, ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ Α.Ε.

- Φαρμακοποιός, Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών (ΕΚΠΑ)

- Θέμα Πτυχιακής Εργασίας: «Γαληνικά Σκευάσματα στο Ελληνικό Φαρμακείο του Σήμερα»

- Κάτοχος Μεταπτυχιακού Διπλώματος Ειδίκευσης στη «Βιομηχανική Φαρμακευτική», Τομέας Φαρμακευτικής Τεχνολογίας, ΕΚΠΑ το οποίο περιλαμβάνει:

- Εκτεταμένη μελέτη στη Φαρμακευτική Τεχνολογία και στην ανάπτυξη φαρμακοτεχνικών μορφών

- Θεωρητική και πρακτική εκπαίδευση προσανατολισμένη στην παραγωγή και στον έλεγχο φαρμακευτικών μορφών

- Εφαρμογή μεθόδων Πειραματικού Σχεδιασμού (Design of Experiments, Quality

by Design focused product and process development)

- Θέμα διπλωματικής εργασίας: «Εφαρμογή Τεχνικών Πειραματικού Σχεδιασμού στην ανάπτυξη μίας λιτής διεργασίας παραγωγής σφαιριδίων άμεσης αποδέσμευσης»

Νίκος Τζουτζάς - Υπεύθυνος Τμήματος Ελέγχου Ποιότητας, ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ Α.Ε.

- Χημικός, Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών

- Μεταπτυχιακό Δίπλωμα Ειδίκευσης «Παραγωγή και Έλεγχος Φαρμακευτικών Ενώσεων», Τομέας Φαρμακευτικής Χημείας, Τμήμα Φαρμακευτικής, Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών

- Θεωρητική και πρακτική εκπαίδευση για την εφαρμογή επιστημονικών και τεχνολογικών γνώσεων στο επιστημονικό πεδίο της Φαρμακευτικής Χημείας τόσο σε ερευνητικό επίπεδο όσο και στο επίπεδο αναγκών της Φαρμακευτικής βιομηχανίας.

- Θέμα διπλωματικής εργασίας: «Σχεδιασμός και σύνθεση νέων σπειρανικών 2,6 – δικετοπιπεραζινο – 1 – ακετοϋδροξαμικών οξέων με ισχυρή in vitro αντιρυπανοσωμική δράση» Χαλιώτη Μαρίτα - Τμήμα Ελέγχου Ποιότητας, ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ Α.Ε.

- Χημικός, Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών

- Υποψήφια Διδάκτωρ Ιατρικής Σχολής

- Μεταπτυχιακό Δίπλωμα Ειδίκευσης «Κλινική Βιοχημεία & Μοριακή Διαγνωστική», Τμήματα Βιολογίας, Χημείας και Νοσηλευτικής, Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών

- Εκτεταμένη μελέτη στη Βιοστατιστική- Βιοπληροφορική, στη Κλινική Χημεία, σε Σύγχρονες Βιοχημικές και Βιοφυσικές Μεθόδους Ανάλυσης και στη Διοίκηση Εργαστηρίου

- Θέμα διπλωματικής εργασίας: «Ταυτόχρονη ποσοτικοποίηση της 17α-Υδροξυπρογεστερόνης, 11-Δεοξυκορτιζόλης, Δ4 ανδροστενεδιόνη,

κορτιζόλης και κορτιζόνης σε κηλίδες αίματος νεογνών με χρήση υγρής χρωματογραφίας – φασματομετρίας μαζών σε σειρά»



Έξυπνη συσκευασία Near field communication

εμείς το κάνουμε

Απόδειξη γνησιότητας προϊόντων

Δυνατότητα πρόσληψης μεγάλου όγκου πληροφοριών

Αντικλεπτικό σύστημα

Απογραφή κατά ζήτηση (on demand)



Genomed

Υπηρεσίες Ανάπτυξης Έξυπνης συσκευασίας

Δρ.Νομικός Σπυρίδων

Τμήμα Τεχνολογίας Γραφικών Τεχνών ΤΕΙ Αθηνών

Email: nomik@aegean.gr τηλ: 6932 360063

Web: www.smartprintmedia.com

Παναγιώτης Κοντογεώργης Κεντρικό : Ομήρου 70 Ν.Σμόρνη, 17121

PNG ltd.

τηλ: 6942 085648

email: panos@png.com.gr www.genomed.gr, e-mail: genomed@genomed.gr

Web: www.png.com.gr

Συνταγές Ομορφιάς

Οι συνταγές είναι από το βιβλίο του Ομότιμου Καθηγητή της Φαρμακευτικής Σχολής Πανεπιστημίου Αθηνών, Γεωργίου Θ. Παπαϊωάννου.

Συνταγές για πούδρες

I. Συνταγή

Τάλκης	80,0g
Οξείδιο του ψευδάργυρου	5,0g
Στεατικός ψευδάργυρος	5,0g
Άμυλο ρυζιού	5,0g

II. Συνταγή

Τάλκης	30,3g
Οξείδιο του ψευδάργυρου	24,0g
Στεατικός ψευδάργυρος	6,0g
Ανθρακικό ασβέστιο	40,0g
Άρωμα και χρώμα	q.s.

III. Συνταγή

Βαζελίνη	50g
Κηρός μελισσών (λευκός)	40g
Παραφινέλαιο	40g
Στεαρίνη	20g
Μονοστεατική γλυκερίνη	75g
Νερό	500g
Τάλκης	1000g
Άρωμα	q.s.

IV. Συνταγή

Τάλκης	26,7g
Καολίνης	56,7g
Οξείδιο του ψευδάργυρου	3,3g
Άμυλο ρυζιού	13,3g
Άρωμα και χρώμα	q.s.

V. Συνταγή

Τάλκης	61,75g
Λαουρυλο- θεικό νάτριο	0,75g
Διοξείδιο του τιτανίου	7,50g
Στεατικός ψευδάργυρος	6,0g

Ανόργανη χρωστική	1,00g
Παραφινέλαιο	4,50g
Κήτειον σπέρμα	3,00g
Κητυλική αλκοόλη	1,50g
Λανολίνη	1,00g
Γλυκερίνη	7,50g
Εξαχλωροφαίνιο	0,25g
Marinol	00,25g
Methylparaben	0,09g
Propylparaben	0,09g
Άρωμα	0,12g

VI. Συνταγή

Βασικό νιτρικό βισμούθιο	5,0g
Άμυλο	5,0g
Οξείδιο του ψευδάργυρου	10,3g
Γλυκερίνη	15,0g
Ροδόνηρο	65,0g

VII. Συνταγή

Οξείδιο του ψευδάργυρου	3,0g
Ανθρακικό ασβέστιο	15,0g
Καολίνης	2,0g
Γλυκερίνη	15,0g
Νερό	65,0g
Χρωστικές, συντηρητικό και άρωμα	q.s.

VIII. Συνταγή

Οξείδιο του ψευδάργυρου	6,0g
Ανθρακικό ασβέστιο	16,0g
Μεθυλοκυτταρίνη	0,5g
Γλυκερίνη	16,0g
Νερό μέχρι	100,0g
Χρωστικές, συντηρητικό και άρωμα	q.s.

IX. Συνταγή

A) Χρωματισμένη πούδρα		
Τάλκης	89,75g %	80g
Διοξείδιο του τιτανίου	9,00g %	
Οξείδια του σιδήρου	1,25g %	
B) Γαλάκτωμα (βάση)		
Παραφινέλαιο	35,0%	50g
Στεατικό οξύ	15,0 %	
Λανολίνη	3,0%	

Στεαρυλική Αλκοόλη	3,0%	50g
Μονοστεατική γλυκερίνη	2,2%	
Κικέλαιο	1,2%	
Τριαιθονολαμίνη	3,0%	
Πολυαιθυλενογλυκόλη	10,0%	
Απιονισμένο νερό	27,6%	

Γ) Άρωμα q.s

X. Συνταγή

Τάλκης	48,3g
Καολίνης	16,1g
Οξείδιο του ψευδάργυρου	8,0g
Ανθρακικό ασβέστιο	4,0g
Διοξείδιο του τιτανίου	4,0g
Οξείδιο του σιδήρου (μίγμα)	1,0g
Σορβιτόλη	4,1g
Atiacel	9,7g
Προπυλενογλυκόλη	2,4g
Παραφινέλαιο	2,4g
Συντηρητικό και άρωμα	q.s



china glaze
Nail Care Cosmetics

EDK NAIL Group - Περικλέους 53 Χολαργός - Τηλ. 210-6538220 - www.edknail.gr



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΚΟΣΜΗΤΟΛΟΓΙΑΣ
HELLENIC SOCIETY OF COSMETOLOGY

Η Ελληνική Εταιρεία Κοσμητολογίας (Ε.Ε.Κ.) είναι Επιστημονικό Σωματείο μη κερδοσκοπικού χαρακτήρα που ιδρύθηκε το Νοέμβριο του 1995.

Η Ε.Ε.Κ. έχει ως σκοπούς:

- 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.
- 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.
- Τη δημοσίευση άρθρων επιστημονικής και τεχνικής φύσης.
- 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.
- Τη μελέτη των εκπαιδευτικών αναγκών στο χώρο της Κοσμητολογίας.

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

Τακτικά Μέλη της Ε.Ε.Κ. μπορούν να είναι: Φαρμακοποιοί, Γιατροί, Χημικοί, 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

- Για την εγγραφή Μέλους απαιτείται η υποβολή αίτησης του ενδιαφερόμενου στο Διοικητικό Συμβούλιο.
 - 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
HELLENIC SOCIETY OF COSMETOLOGY

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

ΑΙΤΗΣΗ

Επώνυμο :

Προς

Όνομα :

το Διοικητικό Συμβούλιο

Όνομα Πατρός :

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

Ειδικότητα :

Μεταπτυχιακοί τίτλοι :

Κύριοι,

Επαγγελματική απασχόληση :

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

Διεύθυνση επικοινωνίας

Οδός:

Καταθέτω στο λογαριασμό της «Εθνική Τράπεζα»

Αριθ.: Ταχ.Κωδ.: Περιοχή:

IBAN: 6R32 0110 1330 0000 1332 9609 070 το

Τηλέφωνο εργασίας:

πόσο των είκοσι ευρώ (20€) για την εγγραφή μου και συνδρομή του έτους 2014.

Fax:

Τηλέφωνο κινητό:

e-Mail:

Με τιμή,

Δηλώνω υπεύθυνα με βάση το νόμο Ν.1599/1986

ότι τα παραπάνω στοιχεία είναι ακριβή

..... 2014

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

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

Site: www.eek.org.gr

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>

“StatusMed Hellas”

health-care products & bio-cosmetics

COMPTOIR DU PASTEL



Τα λιπαρά οξέα είναι απαραίτητα για την καλή λειτουργία των κυττάρων της επιδερμίδας. Τα λιπαρά οξέα Ωμέγα 3, 6 και 9 δεν παράγονται από τον οργανισμό και για το λόγο αυτό είναι απαραίτητη η συμπληρωματική λήψη τους. Η έλλειψή τους προκαλεί ανισορροπία που μπορεί να προκαλέσει αυξημένη ευαισθησία του δέρματος απέναντι στις εξωτερικές επιθέσεις, όπως το συνηθισμένο ‘τράβηγμα’ της επιδερμίδας που διψάει, κ.α.... Το λάδι του 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 τη λάμψη του.

ECOCERT
Βιολογική Κοσμετολογία
«Οικολογική και βιολογική κοσμετολογία»
Εγκεκριμένη από τον ECOCERT Green life: <http://cosmetiques.ecocert.com>
“StatusMed Hellas” health care & bio-cosmetics.Τηλ.: 210. 6777800



AHAVA
ACTIVE DEADSEA MINERALS

Σαν ο κορυφαίος κατασκευαστής καινοτόμων προϊόντων φροντίδας του δέρματος η AHAVA γνωρίζει περισσότερα από οποιονδήποτε άλλον σχετικά με την επιστήμη πίσω από τη δύναμη της Νεκρά Θάλασσας να αναζωογονεί το δέρμα. Σήμερα, η AHAVA Dead Sea Laboratories παρουσιάζει το προϊόν ESSENTIAL MOISTURIZING LOTION BROADSPECTRUM SPF 15, μία νέα είσοδος στη σειρά TimetoHydrate που εστιάζει στην ενυδάτωση και προστασία.

Το ESSENTIAL MOISTURIZING LOTION BROADSPECTRUM SPF 15 (50 ml) είναι μία ελαφριά λοσιόν με βελουδίνη υφή, σχεδιασμένη να παρέχει στο δέρμα ενυδάτωση που διαρκεί, υψηλή αντιοξειδωτική προστασία και προστασία ευρέος φάσματος έναντι των UVA/UVB. Δρα επίσης στην υφή του δέρματος, λειτουργώντας σαν μία ιδανική βάση για το make-up.

Βασικοί Ισχυρισμοί:
Σε μία σειρά κλινικών και invitro δοκιμών, το ESSENTIAL MOISTURIZING LOTION BROADSPECTRU MSPF 15 (50 ml) έδειξε σημαντική βελτίωση όσον αφορά μερικές κρίσιμες παραμέτρους:
• 22% αύξηση στην ενυδάτωση του δέρματος, 30 λεπτά μετά την εφαρμογή.
• 17% αύξηση στην ενυδάτωση του δέρματος 8 ώρες

μετά την εφαρμογή
• Προστασία SPF15 ευρέος φάσματος

Κύρια Καινοτομία:
Το ESSENTIALMOISTURIZINGLOTIONBROADSPECTRUMS PF 15 (50 ml) χρησιμοποιεί την αποκλειστική τεχνολογία UV της AHAVA, το UrbanComplex™, ένα ισχυρό συνεργατικό μίγμα μεταλλικών στοιχείων από τη Νεκρά Θάλασσα και σπάνια βοτανικά εκχυλίσματα με αποδεδειγμένη αντιοξειδωτική δράση που ελαχιστοποιεί τις βλαβερές επιδράσεις του περιβάλλοντος. Κύρια συστατικά:

- Osmoter™
- Urban Complex™
- Ερυθρό φύκος:
- Ηλιέλαιο:
- Φραγκόσυκο
- Εκχύλισμα μύρου:
- Antarticin NF3:
- Ginger, φλοιός κανέλλας, εκχύλισμα Sanguisorbaofficinalis
- Εκχύλισμα αγγουριού.

Dr. Isabelle Friat – R&D Manager της AHAVA
Το ESSENTIAL MOISTURIZING LOTION BORAD SPECTRUM SPF 15 συνδυάζεται μετα Essential Day Moisturizers (N/D, Combination, Very Dry) (50 ml), Hydration Cream Mask (100 ml), Night Replenisher (50 ml), Gentle Eye Cream (15 ml) και Essential Reviving Serum (30 ml) στη σειρά Time to Hydrate.



Η Hydrovit Anti-Ageing Cream είναι μία κρέμα προσώπου με αντιρυτιδικές και αντιγηραντικές ιδιότητες. Κλινική μελέτη 28 ημερών έδειξε ότι η Hydrovit Anti-Ageing Cream μειώνει τον αριθμό και το βάθος τόσο των επιφανειακών όσο και των έντονων ρυτίδων. Επίσης, απαλύνει τα σημάδια του χρόνου καθυστερώντας την εμφάνιση μόνιμων ρυτίδων και βελτιώνει τις ατέλειες της επιδερμίδας. Σε νέα airless συσκευασία των 50 ml.



Η Hydrovit Anti-Spot Cream είναι μία κρέμα με αποχρωματικές και αντιοξειδωτικές ιδιότητες, η οποία βασίζει τη δράση της σε φυσικά συστατικά, όπως τα Anti-Spot Extracts, φυτικά εκχυλίσματα Μουριάς, Ρηξίπετρας, Ρίζας Σκουτελλάριας και Σταφυλιού, καθώς στο μικροσύμπλοκο Βιταμίνης C-PMg με αποχρωματική και αντιοξειδωτική δράση. Είναι ιδανική για την αντιμετώπιση μελαγχρωματικών βλαβών όπως εφηλίδες, μέλασμα, χλόασμα, πανάδες, δερματικές κηλίδες, ενώ μπορεί να χρησιμοποιηθεί και μετά από θεραπείες laser, peeling. Σε συσκευασία των 50 ml.



Με νέα και ενισχυμένη σύνθεση το προϊόν Hydrovit Retinol Plus είναι διαθέσιμο στο πλησιέστερο σας φαρμακείο!

Η δράση του βασίζεται στις αποδεδειγμένες αντιρυτιδικές και αντιγηραντικές ιδιότητες της Ρετινόλης, ενώ παράλληλα περιέχει δερματοτροφικούς παράγοντες όπως Βιταμίνες, ω-Λιπαρά οξέα και Λεκιθίνη.

Η αεροστεγής συσκευασία των μονοδόσεων Hydrovit Retinol Plus προστατεύει τα ευαίσθητα συστατικά και είναι απαλλαγμένη από συντηρητικά. Κυκλοφορεί σε συσκευασία 60 μονοδόσεων.

NOVAQUASOL A®
Vitamin A - Dexpanthenol

ΠΕΡΙΛΗΨΗ ΤΩΝ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΩΝ ΤΟΥ ΠΡΟΪΟΝΤΟΣ NOVAQUASOL A®



Vitamin A, Dexpanthenol **1. ΕΜΠΟΡΙΚΗ ΟΝΟΜΑΣΙΑ ΤΟΥ ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΟΥ ΠΡΟΪΟΝΤΟΣ:** NOVAQUASOL A® **2. ΠΟΙΟΤΙΚΗ ΚΑΙ ΠΟΣΙΤΙΚΗ ΣΥΝΘΕΣΗ ΣΕ ΔΡΑΣΤΙΚΑ ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ:** Κάθε γραμμάριο κρέμας περιέχει: Vitamin A 7.055 IU, Dexpanthenol 20 mg. **3. ΦΑΡΜΑΚΟΤΕΧΝΙΚΗ ΜΟΡΦΗ:** Κρέμα εξωτερικής χρήσης **4. ΚΛΙΝΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ:** **4.1. Θεραπευτικές ενδείξεις:** Ελαφρές δερματοπάθειες. **4.2. Δοσολογία και τρόπος χορήγησης:** Τρόπος χορήγησης: Κρέμα για εξωτερική χρήση **Δοσολογία:** Μικρή ποσότητα κρέμας αλείφεται ελαφρά στην πάσχουσα περιοχή δύο φορές την ημέρα ή κατά τις οδηγίες του γιατρού (όχι στα μάτια). **4.3 Αντενδείξεις:** Η NOVAQUASOL A® αντενδείκνυται σε άτομα με ιστορικό υπερευαισθησίας σε κάποιο από τα συστατικά της. **4.4 Ειδικές προειδοποιήσεις και ιδιαίτερες προφυλάξεις κατά την χρήση:** Εάν κατά τη θεραπεία εμφανιστεί ερεθισμός συνιστάται η διακοπή του φαρμάκου. Πρέπει να αποφεύγεται η εφαρμογή της κρέμας επάνω ή γύρω από τα μάτια. Δεν υπάρχει καμία γνωστή αναστολή για ιδιαίτερες προφυλάξεις κατά την χρησιμοποίηση του φαρμάκου από τα παιδιά. Στις σπάνιες περιπτώσεις εμφάνισης αλλεργίας στα έκδοχα η χρήση του φαρμάκου πρέπει να αποφεύγεται. Στα έκδοχα περιέχονται καφερόλη και μενθόλη. **4.5. Αλληλεπιδράσεις με άλλα φάρμακα ή ουσίες:** Δεν υπάρχει καμία γνωστή αναστολή για αλληλεπιδράσεις με άλλα φάρμακα ή ουσίες. **4.6. Κύηση και γαλουχία:** **Χρήση κατά την κύηση:** Δεν υπάρχει καμία γνωστή αναστολή για ιδιαίτερες προφυλάξεις κατά την χρησιμοποίηση του φαρμάκου κατά την εγκυμοσύνη. **Χρήση κατά την γαλουχία:** Δεν υπάρχει καμία γνωστή αναστολή για ιδιαίτερες προφυλάξεις κατά την χρησιμοποίηση του φαρμάκου κατά τον θηλασμό. **4.7. Επίδραση στην ικανότητα οδήγησης και χειρισμού μηχανημάτων:** Δεν υπάρχει καμία γνωστή αναστολή για την επίδραση του φαρμάκου στην ικανότητα οδήγησης και χειρισμού μηχανημάτων. **4.8. Ανεπιθύμητες ενέργειες:** Δεν έχει αναφερθεί μέχρι σήμερα κανένα περιστατικό ερεθισμού ή αντίδρασης υπερευαισθησίας. **4.9 Υπερδοσολογία-Αντιμετώπιση:** Εάν το φάρμακο ληφθεί κατά λάθος από το στόμα θα πρέπει να γίνει η κατάλληλη συμπτωματική αγωγή. Δεν υπάρχει καμία γνωστή αναστολή υπερδοσολογίας με το φάρμακο. **5. ΦΑΡΜΑΚΟΛΟΓΙΚΕΣ ΙΔΙΟΤΗΤΕΣ:** **5.1 Φαρμακοδυναμικές Ιδιότητες:** Η κρέμα NOVAQUASOL A® συνδυάζει την αντιυπεркеρατωτική και επιθηλιοπλαστική δράση της βιταμίνης Α με την αποδεδειγμένη αντικνημώδη, επιθηλιοπλαστική και επουλωτική δράση της πανθενόλης. Η βιταμίνη Α δρα ευνοϊκά στις υπερκερατωτικές και δυσπλαστικές εκδηλώσεις του δέρματος και το επαναφέρει στη φυσιολογική του κατάσταση. Η dexpanthenol είναι η αντίστοιχη αλκοόλη του παντοθενικού οξέος, χρησιμοποιείται σε πολυάριθμες δερματικές παθήσεις διότι προάγει την επιθηλιοποίηση και έχει αξιολογημένη αντικνημώδη δράση. **5.2 Φαρμακοκινητικές Ιδιότητες:** Η φαρμακοκινητική της NOVAQUASOL A® είναι παρόμοια με τη συνήθη των τοπικά εφαρμοζόμενων βιταμινούχων κρεμών. Το ειδικό υδρόφιλο έκδοχο διασπείρει στο δέρμα, απορροφάται από την επιδερμίδα και τις υποκείμενες στρώσεις και έτσι εξασφαλίζει ταχύ θεραπευτικό αποτέλεσμα. Η dexpanthenol κατά την τοπική χρήση, διασπείρεται στο δέρμα όπου υφίσταται μεταβολισμό σε παντοθενικό οξύ που αντιστοιχεί στα προσβεβλημένα συστατικά του συνενζύμου Α, είναι απαραίτητη στον κύκλο του KREBS. Είναι απαραίτητο στην ανάπτυξη και ανάπτυξη του επιθηλίου. Η χρήση της πανθενόλης τοπικά ενεργοποιεί τον πολλαπλασιασμό των ινδοβλαστών και έτσι την παραγωγή κολλαγόνου και των ελαστικών που είναι ευεργετικά για την επόχλιση του δέρματος. **5.3 Προκλινικά στοιχεία για την ασφαλεία:** Δεν εφαρμόζεται. **6. ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ:** **6.1 Κατάλογος των εκδόχων:** Cetyl alcohol, Cetyl palmitate, Propyl paraben, Methyl paraben, Sodium lauryl sulfate, Glycerin, Menthol, Camphor, Purified Water. **6.2 Ασυμβατότητες:** Καμία γνωστή. **6.3 Διάρκεια ζωής:** 12 μήνες. **6.4 Ιδιαίτερες συνθήκες κατά τη φύλαξη του προϊόντος:** Φυλάσσεται σε θερμοκρασία δωματίου. **6.5 Φύση και συστατικά του περιεχτή:** Αλευκή έως υποκίτρινη υδατοδιαλυτή κρέμα σε σωληνάριο ασφαλείας από αλουμίνιο. Κάθε σωληνάριο περιέχει (28,35 g) ή 50 g. **6.6 Οδηγίες χρήσης/χειρισμού:** Δεν είναι απαραίτητες. **6.7 Κάτοχος οδίας κυκλοφορίας:** Διοικητής: Μινέρβη φαρμακευτική ο.ε. Υπεύθυνος κυκλοφορίας: Μινέρβη φαρμακευτική ο.ε. Κληροδο 132, 121 31 Αθήνα. Τηλ.: 5702199 FAX: 5728215 **7. ΑΡΙΘΜΟΣ ΑΔΕΙΑΣ ΚΥΚΛΟΦΟΡΙΑΣ:** 23274/9-10-2001 **8. ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ ΠΡΩΤΗΣ ΑΔΕΙΑΣ ΚΥΚΛΟΦΟΡΙΑΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ:** 12-03-81. **ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ ΑΝΑΘΕΩΡΗΣΕΩΣ ΤΟΥ ΚΕΙΜΕΝΟΥ:** 9-10-2001. Το φάρμακο αυτό χορηγείται μόνο με ιατρική συνταγή.

Βεβαιωθείτε ότι γίνονται τα φάρμακα που αγοράζετε και αναγράφεται GARC τις αναθεωρημένες ενδείξεις για όλα τα φάρμακα Διακρίνοντας τον «ΚΥΡΗΝΟ ΚΑΡΤΑ»

Collagen Pro- Active: Προστασία στις αλλαγές του καιρού!

Πολλοί και διαφορετικοί, σε επιστημονικό τομέα, επιστημόνες συνηγορούν για τις ευεργετικές ιδιότητες και τα πολλαπλά οφέλη που έχει για τον οργανισμό η καθημερινή πρόσληψη του υδρολυμένου πόσιμου κολλαγόνου. Γιατροί των περισσότερων ειδικοτήτων μεταξύ των οποίων είναι παθολόγοι, ορθοπαιδικοί, δερματολόγοι, ενδοκρινολόγοι, πλαστικοί χειρουργοί και γυναικολόγοι βεβαιώνουν την ανάγκη που έχουν, τόσο οι άνδρες, όσο και οι γυναίκες να ενισχύσουν τον οργανισμό τους λαμβάνοντας καθημερινά την απαραίτητη δοσολογία.



Την ίδια διαβεβαίωση παρέχουν και οι υπόλοιποι επαγγελματίες από το χώρο της υγείας. Να σημειωθεί, ότι η πλειονότητα των φαρμακοποιών το προτείνει σε άτομα που αντιμετωπίζουν προβλήματα τριχόπτωσης, αρθρίτιδας, οστεοπόρωσης και σε δερματικά προβλήματα. Ειδικότερα στο θέμα της οστεοαρθρίτιδας και φυσικά στην οστεοπόρωση, την οστεοπενία αλλά και σε κάθε είδους αρθριτικά προβλήματα, κυρίως τώρα με την υγρασία, η καθημερινή πρόσληψη κολλαγόνου βοηθά πολύ καθοριστικά στη μείωση

του πόνου, στην ανάπλαση του χόνδρου και στην αντιμετώπιση της δυσκαμψίας των αρθρώσεων. Τέλος, οι διαιτολόγοι το προτείνουν στα άτομα που θέλουν να χάσουν βάρος χωρίς όμως να καταπονήσουν τον οργανισμό τους.

Το Collagen Pro- Active, είναι το κορυφαίο και πλέον ιδανικό συμπλήρωμα διατροφής που δικαιώνει όλους τους επαγγελματίες υγείας για τις συστάσεις τους, αποτελώντας το πιο καινοτόμο προϊόν στην επιστήμη του κολλαγόνου. Περιέχει επίσης πυρίτιο, μαγνήσιο και τις βιταμίνες B1, B2, B5, B6. Χαρίζει νεανικό δέρμα, λαμπερά μαλλιά και υγιή νύχια. Είναι απαραίτητο συστατικό για τη συντήρηση των αρθρώσεων, των οστών και των μυών.

Ενημερωθείτε για το Collagen Pro-Active και από το νέο site www.collagenpower.gr
Drink Collagen for Health & Beauty
<https://www.facebook.com/DrinkCollagen?fref=ts>



Perfectil Platinum

Μία πρωτοποριακή κλινική μελέτη που δημοσιεύθηκε στο Clinical Interventions in Aging (Νοέμβριος 2013) έδειξε για πρώτη φορά ότι ένα συμπλήρωμα διατροφής με μικρο-θρεπτικά συστατικά (Perfectil Platinum της Vitabiotics) μπορεί να βοηθήσει κατά της γήρανσης του δέρματος που προκαλείται από τις άσχημες καιρικές συνθήκες κατά τη διάρκεια του χειμώνα (πρόληψη τραχύτητας επιδερμίδας, λεπτών ρυτίδων). Πρόκειται για την 1η έρευνα παγκοσμίως που δείχνει ότι ένα συμπλήρωμα ομορφιάς με μικρο-θρεπτικά συστατικά (Perfectil Platinum της Vitabiotics) μπορεί να συμβάλει στην πρόληψη των επιπτώσεων του χειμώνα στη γήρανση του δέρματος.

Σχετικά με τη μελέτη

Στη μελέτη (διπλή-τυφλή ελεγχόμενη με placebo) συμμετείχαν 80 υγιείς γυναίκες ηλικίας 35-55 ετών, οι οποίες λάμβαναν είτε 2 ταμπλέτες Perfectil Platinum είτε 2 ταμπλέτες placebo ημερησίως για 4 μήνες. Η μελέτη πραγματοποιήθηκε κατά την χειμερινή περίοδο (Οκτώβριος - Απρίλιος).

Η μελέτη διεξήχθη στο Πανεπιστημιακό Νοσοκομείο St. Jacques της Μπεζανσόν της Γαλλίας, ένα από τα παλαιότερα ιατρικά ιδρύματα της Ευρώπης που χρονολογείται από το 1182 και αποτελεί ένα από τα πιο διάσημα και σημαντικά κέντρα δερματολογικής έρευνας της Γαλλίας.

Αποτελέσματα μελέτης

Στις γυναίκες που πήραν placebo (δεν πήραν συμπλήρωμα διατροφής) παρατηρήθηκαν:

- σημαντικές αυξήσεις στην τραχύτητα της επιδερμίδας

- λεπτές ρυτίδες
 - σημαντικά μειωμένο πάχος του δέρματος
 - μειωμένη ελαστικότητα του δέρματος
- Αντίθετα, στις γυναίκες που έλαβαν το συμπλήρωμα ομορφιάς με μικρο-θρεπτικά συστατικά:**
- δεν παρατηρήθηκαν τέτοιες μεταβολές
 - το πάχος του δέρματος παρέμεινε σταθερό
 - το συμπλήρωμα διατροφής τις προστάτευσε από την επιδείνωση των λεπτών ρυτίδων στην επιδερμίδα

Επίσης:

- Οι λεπτές ρυτίδες ήταν κατά 2,5 φορές αυξημένες στην ομάδα που πήρε placebo σε σχέση με την ομάδα που έλαβε το συμπλήρωμα διατροφής.
- Η τραχύτητα του δέρματος αυξήθηκε σε διπλάσιο βαθμό στην ομάδα που πήρε placebo σε σχέση με την ομάδα που έλαβε το συμπλήρωμα διατροφής.

Η μελέτη κατέληξε ότι το Perfectil Platinum μπορεί να αποτρέψει την αρνητική επίδραση του χειμώνα στο δέρμα. Ο καθηγητής Philippe Humbert, επικεφαλής της τμήματος Δερματολογίας του Πανεπιστημιακού Νοσοκομείου της Μπεζανσόν και παγκοσμίως φήμης επιστήμονας με εξειδίκευση στη μελέτη του δέρματος και τις δερματολογικές αναλύσεις, ηγήθηκε της μελέτης. Ο ίδιος σχολίασε: «Τα αποτελέσματα αυτής της μελέτης δείχνουν ότι οι γυναίκες που θέλουν να προστατέψουν το δέρμα τους από τις κακές καιρικές συνθήκες του χειμώνα, θα πρέπει να εξετάσουν τη χρήση ενός συμπληρώματος διατροφής, όπως το Perfectil Platinum. Το κρύο και η ξηρότητα του καιρού κατά τη διάρκεια του χειμώνα έχουν σημαντικές επιπτώσεις στην κατάσταση του εκτεθειμένου δέρματος και ιδιαίτερα του προσώπου. Με το πέρας του χρόνου, οι αλλαγές στην τραχύτητα, το πάχος και την ελαστικότητα του δέρματος οδηγούν στην ορατή γήρανσή του».

Συμπέρασμα

Κατά τη διάρκεια των χειμερινών μηνών, η ποιότητα του δέρματος υποβαθμίζεται λόγω των κρύων και ξηρών συνθηκών, των μεγάλων μεταβολών στη θερμοκρασία (ζέστη στους εσωτερικούς χώρους, κρύο στους εξωτερικούς) και του αέρα. Όλα αυτά μπορεί να προκαλέσουν ξηρότητα στην επιδερμίδα και να οδηγήσουν στην αύξηση της τραχύτητάς της. Μακροπρόθεσμα, οι μεταβολές αυτές μπορούν να επιταχύνουν τη γήρανση του δέρματος.

Το Perfectil Platinum περιέχει ένα εύρος θρεπτικών συστατικών, όπως βιοθαλάσσιο κολλαγόνο, προανθοκυανιδίνες από φλοιό πεύκου και εκχύλισμα σπόρων κόκκινου σταφυλιού, λυκοπένιο και άλφα λιποϊκό οξύ, τα οποία μπορούν να βοηθήσουν στην προστασία του δέρματος από τα σημάδια της γήρανσης που προκαλούνται λόγω των δυσμενών καιρικών συνθηκών κατά τη διάρκεια του χειμώνα.



Φαρμακεία μέλη της ΕΕΚ

Αγγελοπούλου Ελένη,
Ηπείρου 160, 18121, Κορυδαλλός

Αναγνωστόπουλος Δημήτριος
Θουκυδίδου 42, 17456, ΑΛΙΜΟΣ

Αναγνωστοπούλου Αγγελική
Θουκυδίδου 42, 17456, ΑΛΙΜΟΣ

Ανδρέου Θεόδωρος
ΠΡΟΜΥΡΙΟ (Σηπιάδα), 37006
Δήμος Νότιου Πηλίου-ΒΟΛΟΣ

Αντωνίνη Ανδριάννα
Καυκάσου 7, 18121, ΚΟΡΥΔΑΛΛΟΣ

Αντωνοπούλου Αλεξάνδρα
Πλατεία Δούρου, 15234, ΧΑΛΑΝΔΡΙ

Αρμακόλα Ελένη
Πλ. Ηρώων, 84100, ΣΥΡΟΣ

Αρχοντάκης Γρηγόριος
Πλατεία Βενιέλου, Χανία-Κρήτης

Βαρδαμίδης Νικόλαος
Ερμου 2, 2710, Πυργός Ηλείας

Βαρδιάμπασης Κωνσταντίνος
Αγ. Ανδρέας, Δήμος Νικ. Φωκά, 74100, ΡΕΘΥΜΝΟ

Βασιλάτου Κατερίνα
Μεσσηνίας 2, 14451, ΜΕΤΑΜΟΡΦΩΣΗ

Βατόπουλος Ιωάννης
Πλάτωνος 137-139, 17673, ΚΑΛΛΙΘΕΑ

Βεκρή Ελίνα
Εκάβης 48, 11146, ΓΑΛΑΤΣΙ

Βενέτη Δημήτρα
Λακωνίας 20, 15234, Χαλάνδρι

Βλαμακη Γεωργία
Μιχελidakis 11, 73100, Χανιά, ΚΡΗΤΗΣ

Βλαχάκη Μαρία
Αριστοτέλους 1, 73100, ΧΑΝΙΑ (Κουνουπιδιανά)

Βλάχος Αριστόκριτος
Λεωφ. Σαλαμίνας 170, 18900, ΣΑΛΑΜΙΝΑ

Βλαχοστέργιος Ιωάννης
Αμαλίας 4, 4122, Λάρισα
Βραδης Σταύρος
Ηρ. Πολυτεχνείου 28, 18532, Πειραιάς

Γάζος Επαμεινώνδας
Αθηνάς 62-64, 18120, ΚΟΡΥΔΑΛΛΟΣ

Γαρδίκης Κωνσταντίνος
Σκαλιστήρη 4, 11253, ΑΘΗΝΑ

Γερακιού Τζουλία
Πλαστήρα 11, 16673, Βούλα

Γεωργιάδης Κωνσταντίνος
Μαλαγάρδη 17, 18120, ΚΟΡΥΔΑΛΛΟΣ

Γιαζιτζόγλου Κλεοπάτρα
Παρνηθος 25-27, 11364, ΑΝΩ ΚΥΨΕΛΗ

Γιουβάνογλου Μαριέττα
Ασκληπείου 40, ΑΘΗΝΑ

Γκίνα Μαρία
ΡΗΓΑ ΦΕΡΑΙΟΥ 42, 17455, ΑΛΙΜΟΣ

Γκλιάνης Αναστάσιος
ΘΕΡΜΟΠΥΛΩΝ 6, 15351, ΠΑΛΛΗΝΗ

Γκολφινόπουλου Πηνελόπη
Βελβενδου 24, 11363, ΚΥΨΕΛΗ

Γονιδάκης Νικόλαος
Περικλέους 6, 12244, ΑΙΓΑΛΕΩ

Γραμμενίδης Ιωάννης
Κορίνθου 355, 26222, Πάτρα

Δημητρίου Ευτυχία
Αναγεννησεώς 2, 12243, Αιγάλεω

Δημητρίου Ευτυχία
Εθνάρχου Μακαρίου 39, 16341, Ηλιούπολη

Δημητρού Ασπασία
Εθν. Μακαρίου 39, 16341, ΗΛΙΟΥΠΟΛΗ

Δριτσα Ειρήνη
Αγίου Συλλα 63, 15236, Ν. ΠΕΝΤΕΛΗ

Ελευθεράτου-Φλαμπουράρη Στυλιανή
Αφών Αλιβιζάτου 25, 28200, ΛΗΞΟΥΡΙ
ΑΛΟΝΙΑΣ
Ελευθερίου Κλεοπάτρα
Λυκούργου 77-79, 17676, ΚΑΛΛΙΘΕΑ

Ευθυμιάδης Ιωάννης
Ζησιμοπούλου 9, 17564, Π. ΦΑΛΗΡΟ

Ευθυμιάδου-Τσέλεκα Ευανθία
Ζησιμοπούλου 91, 17564, Π. ΦΑΛΗΡΟ

Ζαγκας Χρήστος
Θεμιστοκλέους 3, 15342, ΑΓ. ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ

Ζάγκος Ιωάννης
Κλεισθένους 11, 10552, ΑΘΗΝΑ

Ζαζάνη Αγγελική
Μακρυγιάννη 57, 18345, Μοσχάτο

Ζαννάκης Νικόλαος
Ερατοσθένους 22, 11635, Παγκράτι

Ζαχαρόπουλος Ικόλαος
Φηρα, 84700, ΣΑΝΤΟΡΙΝΗ

Ζερβουδάκη Καλλιόπη
Πειραιώς 52, 10436, ΑΘΗΝΑ

Ζήκας Σεραφείμ
Επαμεινώνδα 1, 32 200, ΘΗΒΑ

Ζήση Μαρία - Ήβη
Νικ. Ουρανού 2, 11471, ΑΘΗΝΑ

Θεοφίλου Ευστάθιος
Κάλβου 15, 11473, ΓΚΥΖΗ

Καΐσας Γεώργιος
14ης ΜΑΙΟΥ 88, 68100, ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗ

Κακαγιάννης Στυλιανός
Αρχιμήδους 64, 16343, ΗΛΙΟΥΠΟΛΗ

Καλλιμάνης Παναγιώτης
Λεσβου 57, 11364, ΚΥΨΕΛΗ

Καλλιτση Αναστασία
Γράμμου 22, 15235, ΒΡΙΛΗΣΣΙΑ

Καλπογιάννη Βασιλική
Δαναΐδων 2, 15232, Χαλάνδρι
Καμινάρη Ευανθία
Ελ. Βενιζέλου 90, 18534, Πειραιάς

Καμπουρόπουλος Ιωάννης
Μαικηνα 107, 1571, Ιλίσια

Κανδύλης Στέλιος
Δυοβουνιώτη 30, 37100, ΧΑΛΚΙΔΑ

Καραμπούλα Αγγελική
Πλατεία Ηρώων 11, 84100, ΕΡΜΟΥΠΟΛΗ ΣΥΡΟΣ

Καρασμάνης Αντώνιος
Παρνηθος 62, Μαρούσι

Καρουζάκη Ανίκα
Κωλέπτη 33, 10677, Εξάρχεια

Κασαρτζιαν Πέτρος-Εμμανουήλ
Σειρηνων 54, 17563, Π. ΦΑΛΗΡΟ

Κεχαγιά Γεωργία
Λεωφ. Φυλής 75, 13351, Άνω Λιόσια

Κλιάνη Φωτεινή
Ν. Μπελογιάννη 2, 56625, ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ

Κοζώνης Αναστάσιος
Μαραθόκαμπος, 83102, Σάμος

Κόντου Ιφιγένεια
Λ. Ριανκούρ 57, ΑΘΗΝΑ

Κοσκινά Νταϊέν
Θεσσαλονίκης 53, 14561, ΚΗΦΙΣΙΑ

Κοτσιρα Αναστασια Αρκαδίας 47, 12132, ΠΕΡΙΣΤΕΡΙ	Μπαμπίλη Ελένη Γεννηματά 8, 16562, ΑΝΩ ΓΛΥΦΑΔΑ	Περγαντά Ιωάννα Μεσολογγίου 40-42,14231, Νεά Ιωνία	Συνοδινού Μαρία Αναλήψεως 4, 15235, Β
Κουρμπέλη Παναγιώτα Λ. Μαραθώνος 22Γ, 19009,Πικέρμι	Μπαντόλα Δήμητρα Φούφας 50005, Πτολεμαΐδα	Πολιτη Σταματουλα Καποδιστρίου & Μιαούλη 27,19300, Ασρόπυργος	Σύψη Γεωργία Ευδήπου 5, 11773, ΓΟΥΔΙ
Κούτρας Γεώργιος Ελ. Βενιζέλου 169, 17123,Ν. ΣΜΥΡΝΗ	Μπατζακάκη Μαρία Παναγή Τσαλάρη 85, 12134, Περιστέρι	Πολίτης Σπύρος Φιλελλήων 7, 10557, ΑΘΗΝΑ	Τζαμαλούκα Βασιλική Μπιζανίου 52, 14451, ΜΕΤΑΜΟΡΦΩΣΗ
Κοψολαίμη Πολυξένη Αγ.Ειρήνης 3, 19013, Π. ΦΩΚΑΙΑ	Μπογδάνου Ειρήνη Όλγας 7, ΑΝΩ ΓΛΥΦΑΔΑ	Πολλάλη Παναγιώτα Κριτοβουλίδου 18, 10445, Κ.ΠΑΤΗΣΙΑ	Τζάνης Λουκάς Υψηλάντου κ' Α. Γιαννούρη 30, 18758, ΚΕΡΑΤΣΙΝΙ
Κυριαζάνου Αλίκη Βασ. Γεωργίου Β' 11, 15237, Φιλοθέη Κυριδης Ιωάννης Θεσσαλονίκης 23,15344, ΓΕΡΑΚΑΣ ΑΤΤΙΚΗΣ	Μπράϊλα Πηνελόπη Διοχάρους 26, 16121, ΚΑΙΣΙΑΡΙΑΝΗ Μώρος Δημήτριος 2ας Μαΐου 26, Ν. ΣΜΥΡΝΗ	Πουτούρη Δέσποινα Πλατ. Διοικητηρίου 1, 59200, Νάουσα - Ημαθία Προύντζου Καλλιόπη Σικελιανού 4, 12243, ΑΙΓΑΛΕΩ	Τότσικα Βαρβάρα Δελφών 50, 54651, Θεσσαλονίκη Τριανταφύλλη-Μπακάκου Ελένη Κηφησίας 281, 14561, ΚΗΦΙΣΙΑ
Κωνσταντινίδου Σοφία (Σισσυ) Λουκή Ακρίτα 8Α, 15237, ΦΙΛΟΘΕΗ	Μώρου Μαρία 2ας Μαΐου 26, Ν. ΣΜΥΡΝΗ	Ραφτόπουλος Παναγιώτης Λεωφ. Κηφισίας 5, 11523, Αθήνα	Τσίγκρης Δημήτριος Αγ. Φανουρίου 35, 11633, ΠΑΓΚΡΑΤΙ
Κώστα-Παραμυθέλλη Μαρία Αγ. Ελευθερίου 4, 12137, ΠΕΡΙΣΤΕΡΙ	Νέξερη Αγγελική Πανιωνίου 26, 16121, Καισαριανή	Ρούσσος Μάριος Πρωτοπαπαδάκη 23, 84100, ΕΡΜΟΥΠΟΛΗ ΣΥΡΟΣ	Τσίκα Ζωή Πράβιου 14, 12136, ΠΕΡΙΣΤΕΡΙ
Λαγός Χρήστος Θεαγένους 3, 19100, ΜΕΓΑΡΑ ΑΤΤΙΚΗΣ	Ξένος Κωνσταντίνος Αγ. Ανδρέου 15Β & Τσαμαδού, ΠΑΤΡΑ	Σαραντέα Μαρία Βουλγαροκτόνου 29, 11473, ΑΘΗΝΑ	Φιλίππου Γεωργιος Τσουδερου 52, 10445, Κ. Πατησια
Λαδόπουλος Παναγιώτης Ελλησπόντου 57, 17124, Νεα Σμύρνη	Παπαδοπούλου Αγγελική Συμπρακάκη 6668, 10445, Κ.ΠΑΤΗΣΙΑ	Σελαμτζή Ουρανία Παναγή Τσαλδάρη 37, 12134, Περιστέρι	Χαραλαμπάκης Ιωάννης Κανάρη 5-7, 18537, ΠΕΙΡΑΙΑΣ
Λάρου Βασιλική Πασίωνος 33, 11632, Ν. ΚΟΣΜΟΣ	Παπαδοπούλου Αθηνά Ολυμπιάδα, 50200, Πτολεμαΐδα	Σέργη Ευσταθία Μελαχρινού 6, 17124, Ν. ΣΜΥΡΝΗ	Χριστοφίλου Μαγδα Ελαιων και Εχινου 2, 14564, Ν. Κηφισια
Λοζα Αικατερίνη 26χλμ. Λεωφ. Μαραθωνος, 19009, Ραφήνα	Παπαδοπούλου Μαρία Προικονησου 14, 17124, Νεα Σμύρνη	Σέπτας Γεώργιος Αναπαύσεως 5, 11636, ΠΑΓΚΡΑΤΙ	Χρηστίδης Δημήτριος Σαγγαρίου 18, 18452, Νίκαια
Μακρή Βαρβάρα Ανδρέα Παπανδρέου 8, 15233, Χαλάνδρι	Παπαευθυμίου Ευαγγελία Παπάγου 118, 13451, Καματερό	Σιγάλα Διονυσία Μίνως 53, 12241, ΑΙΓΑΛΕΩ	Ψαρουδάκη Αγγελική Αγ. Τριαδος 30, 16674, ΓΛΥΦΑΔΑ
Μανίκας Νικόλαος Φιλίππου Λίτσα 26, 15234, ΧΑΛΑΝΔΡΙ	Παπαϊωάννου Γεώργιος Ασκληπίου 144, 11471, Νεοπολη Εξαρχειων	Σιμάτη Ιωάννα Εθνικής Αντιστάσεως 66, 15772, ΖΩΓΡΑΦΟΥ	
Μελά Γεωργία Αντ.Θεοχάρη 29, 18537, ΠΕΙΡΑΙΑΣ	Παπαϊωάννου Ιωάννης Ασκληπίου 144, 11471, Νεοπολη Εξαρχειων	Σκούντζου-Πορτοκάλη Αθηνά Αχιλλέως 31, 17562, Π. ΦΑΛΗΡΟ	
Μουρούτη Στεφανία Μύλων 65,10441, ΚΟΛΩΝΟΣ	Παράκη Παναγιώτα Θηβών 116-118, 18509, ΠΕΙΡΑΙΑΣ	Σταυράκη Μαρία Κ. Παλαιολόγου 54-56, 17564, Π. Φάληρο	
Μπαλαφούτη Γεωργία Ζακύνθου 27-29, 26441, Πάτρα	Παύλου Παναγούλα Γ. Παπανδρέου 82, 14552, ΜΕΤΑΜΟΡΦΩΣΗ	Στεφανάκη Δήμητρα Τοπάλη 61- Σωκράτους, 38221, ΒΟΛΟΣ	

private label για καλλυντικά με την επωνυμία
του δικού σου φαρμακείου



Εργαστήριο Φαρμακείου
Pharmacy Lab

Θαύματα Ομορφιάς
εμπνευσμένα από την Ιατρική
Αισθητική, ανεπτυγμένα
από εξειδικευμένους
επιστήμονες

εμείς το κάνουμε

www.genomed.gr

Collagen Pro-Active

“Η κορυφαία επιλογή,”



Το συστήνουν:

- ✓ Γιατροί
- ✓ Φαρμακοποιοί
- ✓ Διατροφολόγοι
- ✓ Γυμναστές
- ✓ Διαιτολόγοι

**Ζητήστε το από τον
φαρμακοποιό σας**

ΠΡΟΣΟΧΗ ΣΤΙΣ ΑΠΟΜΙΜΗΣΕΙΣ
ΤΟ ΑΥΘΕΝΤΙΚΟ COLLAGEN PRO ACTIVE ΕΧΕΙ ΤΟ 
ΣΤΗΝ ΕΤΙΚΕΤΑ ΚΑΙ ΚΑΘΕΤΑ ΤΗ ΛΕΞΗ COLLAGEN



Αποκλειστική διάθεση για Ελλάδα & Κύπρο: COLLAGEN POWER A.E.

Ηρώς Κωνσταντοπούλου 47-49, Βόριωνας Τ.Κ. 16231

Τηλ.: 801 300 3100 (αστική χρέωση) & 213 008 1013; Fax: 211 800 5435; e-mail: info@collagenpower.gr



Επισκεφθείτε την ιστοσελίδα μας www.collagenpower.gr



Drink Collagen for Health & Beauty